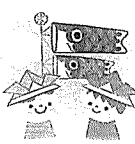

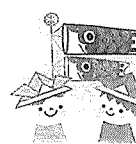





幼児食献立表



日	月	火	水	木	金	土
1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日
米飯 おさかなふりかけ チキンカツ ビーフソテー レアチーズイチゴ みそ汁 ----- ドーナツ	米飯 こいのぼりバーグ たこさんウインナーとポテト 子どもの日ゼリー わかめスープ ----- ヨーグルトクレープ	米飯 肉じゃが ツナサラダ フルーチェ ピーチ味 みそ汁 ----- ソフトサラダ	米飯 鶏肉の照り焼き 高野豆腐炒り煮 オレンジゼリー みそ汁 ----- りんごタルト	焼きそば さつまいものココロサラダ 杏仁豆腐 いんげんとコーンのスープ ----- たいやき(あんこ)	米飯 鯖の味噌煮 がんと里芋の含め煮 果物缶(りんご) みそ汁 ----- マンナウエファー/ヤクルト	米飯 おさかなふりかけ 豚肉のスタミナ焼き かぶのえびあんかけ バナナ みそ汁 ----- バウムクーヘン
米飯 カレイのみそバター焼き マカロニサラダ 果物缶(みかん) ほうれん草のスープ ----- イチゴスティック	米飯 鶏つくね焼き もやしの胡麻しょうゆ和え ジョア みそ汁 ----- ほうれん草の焼き	チキンカレー コールスロー フルーツミックスゼリー コンソメスープ ----- みかんクレープ	しょうゆラーメン 餃子 オクラとちくわの和え物 フルーチェ イチゴ味 ----- 白い風船/りんご乳酸菌飲料	米飯 チキンオープン焼き かぼちゃの含め煮 青りんごゼリー みそ汁 ----- カステラ風蒸しケーキ	米飯 きのことハンバーグ 春雨のサラダ フルーツヨーグルト みそ汁 ----- クリームパン	米飯 赤魚の煮付け 牛肉ゴロッケ いちごパバロア ジョア みそ汁 ----- ブルーベリータルト
米飯 おさかなふりかけ 豚肉のケチャップ炒め ツナサラダ 果物缶(黄桃・白桃) みそ汁 ----- 牛乳ケーキ	米飯 えびフライとナゲット ほうれん草のごま和え マスカットゼリー みそ汁 ----- 豆乳プリンタルト	米飯 鶏肉と春筍の炒め煮 枝豆サラダ プロセスチーズ(ディズニー) みそ汁 ----- いちごのパンナコッタ	米飯 鱈のマヨコーン焼き 炒り豆腐 パインゼリー みそ汁 ----- 今川焼(カスタード)	米飯 中華煮 蒸し鶏ときゅうりの和え物 プリン 中華スープ ----- ソフトせんべい	米飯 焼き鳥卵焼き添え 高野豆腐炒り煮 ストロベリーゼリー みそ汁 ----- ととやき(いちご)	米飯 ロールキャベツ ほうれん草しらす和え ジョア コンソメスープ ----- ふんわり卵ケーキ
米飯 鶏肉の甘辛煮 切干大根の煮物 野菜&果実 ピーチ みそ汁 ----- ビスコ/星たべよ	パン(ロールパン) 肉団子のブラウンシチュー マカロニサラダ フルーチェ みかん味 ----- 鮭おにぎり	たぬきうどん 豆腐焼売 さつま芋のレモン煮 牛乳プリン ----- 原宿ドック(ココアバナナ)	米飯 鶏の唐揚げ かぶのえびあんかけ レアチーズイチゴ みそ汁 ----- 白あんぱん	米飯 鱈のパン粉焼き ひじき炒り煮 ぶどうゼリー みそ汁 ----- アンパンマンせんべい/ヤクルト	米飯 麻婆豆腐 ナムル ラ・フランスゼリー みそ汁 ----- チーズ蒸しケーキ	米飯 鶏の味噌マヨ焼き 塩トロミ炒め ヨーグルト みそ汁 ----- バニラアイス
米飯 かけいり煮付け かぼちゃサラダ バナナ みそ汁 ----- 蒸しケーキ(プレーン)	米飯 おろしハンバーグ 里芋の煮物 いちごゼリー わかめスープ ----- ヨーグルトブルーベリーソース	クリームスパゲティ フロッキーサラダ スマイルポテト さくらんぼゼリー わかめスープ ----- りんごと桃のケーキ				



「早寝・早起き・朝ごはん」で元気！



「目覚ましごはん」という言葉があるように、朝ごはんを食べると、頭・体・腸にも目覚めのスイッチが入ります。ごはんの香りや色は五感を働かせて脳を刺激します。日中にたっぷり体を動かすと、おなかが空いておいしく食べられ、夜はぐっすりと眠れます。生活リズムを整え、元気に過ごしましょう。

