

日 ／ 曜	完了期	後期	中期	初期
1 — 木	麦茶、野菜ビスケット	ビスケット	野菜リング	10倍粥 かぼちゃ煮 ブロッコリー煮
	カレーライス	かぼちゃと鶏のドリア風	かぼちゃと鶏のドリア風	
	きゅうりともやしナムル	(5倍粥・かぼちゃ・鶏ひき肉)	(7倍粥・かぼちゃ・鶏ひき肉)	
	わかめスープ	にんじんとたまねぎの味噌汁	にんじんとたまねぎの味噌汁	
2 — 金	麦茶、バタービスケット	おせんべい	おせんべい	10倍粥 カレー煮 ほうれんそう煮
	焼きそば	煮込みうどん	煮込みうどん	
	のっぺい汁	(うどん・しらす・キャベツ・にんじん)	(うどん・しらす・キャベツ・にんじん)	
	バナナ	ほうれんそうの味噌汁	ほうれんそうの味噌汁	
3 — 土	麦茶、白雪せんべい	おせんべい	おせんべい	10倍粥 にんじん煮 じゃがいも煮
	チキンライス	あんかけごはん	あんかけごはん	
	ツナボテサラダ	(5倍粥・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん)	(7倍粥・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん)	
	コンソメスープ(キャベツ・たまねぎ・コーン)	マッシュポテト	マッシュポテト	
5 — 月	麦茶、野菜ビスケット	ビスケット	野菜リング	10倍粥 にんじん煮 ブロッコリー煮
	豚肉とキャベツの中華炒め	5倍粥	7倍粥	
	はるさめサラダ	鶏ひき肉とキャベツのうま煮	鶏ひき肉とキャベツのうま煮	
	ごはん	にんじんスティック	にんじんのとろみ煮	
6 — 火	麦茶、スティックビスケット	おせんべい	おせんべい	10倍粥 とうふ煮 ほうれんそう煮
	ミートローフ	5倍粥	7倍粥	
	カレーポテトサラダ	ハンバーグ(鶏ひき肉・とうふ)	ハンバーグ風(鶏ひき肉・とうふ)	
	ごはん	マッシュポテト	マッシュポテト	
7 — 水	麦茶、バタービスケット	ビスケット	おせんべい	10倍粥 しらす煮 ブロッコリー煮
	鶏肉のみそ焼き	あんかけごはん	あんかけごはん	
	こまつなのごま和え	(5倍粥・しらす・にんじん・ほうれんそう)	(7倍粥・しらす・にんじん・ほうれんそう)	
	あじさいごはん	茹でブロッコリー	ブロッコリーのとろみ煮	
8 — 木	麦茶、塩せんべい	おせんべい	おせんべい	10倍粥 にんじん煮 ほうれんそう煮
	鶏ささみのカレー風味サラダ	5倍粥	7倍粥	
	ごはん	大豆とにんじんのトマト煮	大豆とにんじんのトマト煮	
	味噌汁(こまつな・ねぎ・えのきだけ)	茹でキャベツ	キャベツのとろみ煮	
9 — 金	麦茶、ウエハース	ウエハース	野菜リング	10倍粥 ほうれんそう煮 かぼちゃ煮
	じゃがいものそぼろ煮	5倍粥	7倍粥	
	キャベツのごまだれサラダ	ほうれんそうの白和え	ほうれんそうの白和え	
	ごはん	マッシュかぼちゃ	マッシュかぼちゃ	
10 — 土	麦茶、白雪せんべい	おせんべい	おせんべい	10倍粥 しらす煮 にんじん煮
	豚丼	あんかけごはん	あんかけごはん	
	はるさめサラダ	(5倍粥・しらす・たまねぎ・にんじん)	(7倍粥・しらす・たまねぎ・にんじん)	
	味噌汁(油揚げ・しめじ・キャベツ)	キャベツの味噌汁	キャベツの味噌汁	
12 — 月	麦茶、クリームサンドビスケット	ビスケット	おせんべい	10倍粥 にんじん煮 ほうれんそう煮
	ささみとブロッコリーのあんかけ	5倍粥	7倍粥	
	さバグティサラダ	ささみとブロッコリーのあんかけ	ささみとブロッコリーのあんかけ	
	ごはん	茹でキャベツ	キャベツのとろみ煮	
13 — 火	麦茶、塩せんべい	おせんべい	おせんべい	10倍粥 カレー煮 ブロッコリー煮
	カレーのごま照り焼き	5倍粥	7倍粥	
	カミカミ和え	カレーの煮付け	カレーのうま煮	
	ごはん	きゅうりスティック	ブロッコリーのとろみ煮	
14 — 水	麦茶、ウエハース	ウエハース	野菜リング	10倍粥 かぼちゃ煮 ほうれんそう煮
	じゃがいものそぼろ煮	5倍粥	7倍粥	
	キャベツのごまだれサラダ	ほうれんそうの白和え	ほうれんそうの白和え	
	ごはん	マッシュかぼちゃ	マッシュかぼちゃ	
15 — 木	麦茶、スティックビスケット	おせんべい	ヨーグルト	10倍粥 しらす煮 ブロッコリー煮
	しゅうまい	5倍粥	7倍粥	
	きんぴらごぼう	しらすとブロッコリーの和え物	しらすとブロッコリーのうま煮	
	ごはん	にんじんスティック	にんじんのとろみ煮	
16 — 金	麦茶、バタービスケット	ビスケット	おせんべい	10倍粥 じゃがいも煮 にんじん煮
	じゃがいものそぼろ煮	5倍粥	7倍粥	
	こまつなのおかか和え	じゃがいものそぼろ煮	じゃがいものそぼろ煮	
	ごはん	茹でブロッコリー	ブロッコリーのとろみ煮	



令和5年6月

草加あおぞら保育園

日 ／ 曜	完了期	後期	中期	初期
17 － 土 －	麦茶、クリームサンドビスケット キーマカレー きゅうりの塩こんぶ和え はるさめスープ パイン 牛乳、カルピスゼリー、ビスケット	ウエハース かぼちゃと鶏のドリア風 (5倍粥・鶏ひき肉・かぼちゃ) たまねぎとにんじんの味噌汁 ビスケット	おせんべい かぼちゃと鶏のドリア風 (7倍粥・鶏ひき肉・かぼちゃ) たまねぎとにんじんの味噌汁 野菜リング	10倍粥 かぼちゃ煮 ブロッコリー煮
19 － 月 －	麦茶、塩せんべい 鶏肉のトマト煮 ツナポテトサラダ ごはん りんご コンソメスープ (キャベツ・たまねぎ・コーン) 牛乳、メロンパンクッキー	おせんべい 5倍粥 しらすとほうれんそうの和え物 マッシュポテト キャベツの味噌汁 かぼちゃ団子	おせんべい 7倍粥 しらすとほうれんそうのうま煮 マッシュポテト キャベツの味噌汁 かぼちゃ団子	10倍粥 しらす煮 ほうれんそう煮
20 － 火 －	麦茶、クリームサンドビスケット ちくわの煮物 ミニゼリー 大豆とひじきの煮物 わかめごはん 味噌汁 (しめじ・こまつな・高野豆腐) 牛乳、かぼちゃスコーン	ビスケット 5倍粥 大豆とにんじんのうま煮 茹でブロッコリー こまつなの味噌汁 バナナヨーグルト	マッシュかぼちゃ 7倍粥 大豆とにんじんのうま煮 ブロッコリーのとろみ煮 こまつなの味噌汁 バナナヨーグルト	10倍粥 にんじん煮 ブロッコリー煮
21 － 水 －	麦茶、バタービスケット ハヤシライス 切干大根のサラダ わかめスープ もも 牛乳、お好み焼き	おせんべい かぼちゃと鶏のドリア風 (5倍粥・鶏ひき肉・かぼちゃ) 野菜スティック キャベツのおやき	おせんべい かぼちゃと鶏のドリア風 (7倍粥・鶏ひき肉・かぼちゃ) にんじんのとろみ煮 キャベツ粥	10倍粥 かぼちゃ煮 ほうれんそう煮
22 － 木 －	麦茶、野菜ビスケット マーボー豆腐丼 彩りナムル 中華スープ (こまつな・しめじ・コーン) みかん 牛乳、そうめん	ビスケット マーボー豆腐丼 (5倍粥・鶏ひき肉・とう ふ・たまねぎ) にんじんの味噌汁 にゅうめん	野菜リング マーボー豆腐丼 (7倍粥・鶏ひき肉・とう ふ・たまねぎ) にんじんの味噌汁 にゅうめん	10倍粥 とうふ煮 にんじん煮
23 － 金 －	麦茶、白雪せんべい 鶏つくね ミニゼリー こまつなサラダ ごはん 味噌汁 (油揚げ・キャベツ・えのきだけ) 牛乳、かぼちゃ団子	おせんべい 5倍粥 鶏つくね (鶏ひき肉・とうふ) 茹でキャベツ ほうれんそうの味噌汁 かぼちゃ団子	おせんべい 7倍粥 鶏つくね風 (鶏ひき肉・とうふ) キャベツのとろみ煮 ほうれんそうの味噌汁 マッシュかぼちゃ	10倍粥 ほうれんそう煮 とうふ煮
24 － 土 －	麦茶、ウエハース チャーハン こまつなとちくわのナムル 味噌汁 (ねぎ・しめじ・とうふ) みかん 牛乳、バナナきなこ	ウエハース あんかけごはん (5倍粥・しらす・たまね ぎ・にんじん) とうふの味噌汁 バナナきなこ	おせんべい あんかけごはん (7倍粥・しらす・たまね ぎ・にんじん) とうふの味噌汁 バナナきなこ	10倍粥 しらす煮 にんじん煮
26 － 月 －	麦茶、スティックビスケット ボーケチャップ カミカミ和え ごはん 味噌汁 (えのきだけ・とうふ・こまつな) 牛乳、フルーツヨーグルト	ビスケット 5倍粥 とうふとにんじんのうま煮 きゅうりスティック こまつなの味噌汁 バナナヨーグルト	野菜リング 7倍粥 とうふとにんじんのうま煮 ブロッコリーのとろみ煮 こまつなの味噌汁 バナナヨーグルト	10倍粥 とうふ煮 ブロッコリー煮
27 － 火 －	麦茶、塩せんべい 鶏肉の照り焼き りんご ひじきのサラダ じゅーしー 味噌汁 (わかめ・なめこ・ねぎ) 牛乳、にんじんケーキ	おせんべい 5倍粥 しらすとほうれんそうの和え物 マッシュかぼちゃ にんじんの味噌汁 にんじん粥	おせんべい 7倍粥 しらすとほうれんそうのうま煮 マッシュかぼちゃ にんじんの味噌汁 にんじん粥	10倍粥 かぼちゃ煮 ほうれんそう煮
28 － 水 －	麦茶、白雪せんべい ミートスパゲティ キャベツのツナマヨサラダ コンソメスープ (ほうれんそう・たまねぎ・にんじん) バナナ 牛乳、しらすとこまつなのおにぎり	おせんべい スープスパゲティ (スパゲティ・鶏ひき肉・ にんじん・ほうれんそう) 茹でキャベツ しらす粥	おせんべい スープスパゲティ (スパゲティ・鶏ひき肉・に んじん・ほうれんそう) キャベツのとろみ煮 しらす粥	10倍粥 にんじん煮 ほうれんそう煮
29 － 木 －	麦茶、バタービスケット 豚肉のしょうが焼き ごぼうサラダ バイン ごはん 味噌汁 (しめじ・こまつな・高野豆腐) 牛乳、ふかしいも (のり塩)	ビスケット 5倍粥 カレーの煮付け 茹でブロッコリー にんじんとたまねぎの味噌汁 ふかしいも	ヨーグルト 7倍粥 カレーのうま煮 ブロッコリーのとろみ煮 にんじんとたまねぎの味噌汁 マッシュポテト	10倍粥 カレー煮 ブロッコリー煮
30 － 金 －	麦茶、クリームサンドビスケット ハンバーグ もも キャベツとひじきの和風コールスロー ごはん 味噌汁 (にんじん・たまねぎ・しめじ) 牛乳、ごまクッキー	おせんべい 5倍粥 ハンバーグ (鶏ひき肉・とうふ) にんじんスティック キャベツの味噌汁 ひじき粥	野菜リング 7倍粥 ハンバーグ風 (鶏ひき肉・とうふ) にんじんのとろみ煮 キャベツの味噌汁 ひじき粥	10倍粥 とうふ煮 にんじん煮

☆仕入れの都合により、献立が変更になる事があります。ご了承下さい。

☆かつおだしを毎回使用致します。

☆とろみやつなぎで片栗粉を使用致します。

☆ごはんの量…完了ごはん (80g)、5倍粥 (90g)、7倍粥 (50～80g)、10倍粥 (30g～)