

日 曜	献立名	材 料 名		
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
1 水	おかゆ 煮魚 かぼちゃ煮 ほうれん草煮 みそ汁	水稲穀粒(精白米)／三 温糖1kg	調製粉乳／まがれい	日本かぼちゃ／ほうれんそ う／にんじん／玉葱
2 木	おかゆ 鶏挽肉入り野菜あんかけ 煮きゅうり トマト煮 みそ汁	水稲穀粒(精白米)／か たくり粉1kg	調製粉乳／鶏若鶏肉ひ き肉	にんじん／はくさい／きゅ うり／トマト／玉葱
3 金	おかゆ そばろ煮 キャベツ煮 じゃが芋煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／三 温糖1kg／かたくり粉 1kg／じゃがいも	調製粉乳／豚ひき肉	玉葱／キャベツ／にんじん
4 土	おかゆ 鶏挽肉入り野菜あんかけ ほうれん草煮 かぼちゃ煮 味噌汁	水稲穀粒(精白米)／か たくり粉1kg／三温糖 1kg	調製粉乳／鶏若鶏肉ひ き肉	にんじん／玉葱／ほうれん そう／日本かぼちゃ
6 月	おかゆ キャベツとしらす煮 ほうれん草煮 じゃが芋煮 清汁	水稲穀粒(精白米)／ じゃがいも	調製粉乳／しらす干し (微乾燥品)／木綿豆腐	キャベツ／にんじん／ほう れんそう／こまつな
7 火	おかゆ そばろ煮 キャベツ煮 トマト煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／三 温糖1kg／かたくり粉 1kg	調製粉乳／豚ひき肉	玉葱／キャベツ／トマト／ にんじん
8 水	おかゆ 煮魚 人参煮 じゃが芋煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／ じゃがいも	調製粉乳／まがれい	にんじん／キャベツ／玉葱
9 木	おかゆ ツナと人参煮 ブロッコリー煮 さつま芋煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／さ つまいも／三温糖1kg	調製粉乳／まぐろ缶詰 (油漬フレーク)	にんじん／ブロッコリー／ キャベツ／玉葱
10 金	おかゆ 鶏挽肉入り野菜あんかけ ほうれん草煮 トマト煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／か たくり粉1kg	調製粉乳／鶏若鶏肉ひ き肉	にんじん／はくさい／ほう れんそう／トマト／キャベ ツ／玉葱
11 土	おかゆ ツナと大根煮 人参煮 かぼちゃ煮 みそ汁	水稲穀粒(精白米)／三 温糖1kg	調製粉乳／まぐろ缶詰 (油漬フレーク)	だいこん／にんじん／日本 かぼちゃ／玉葱
13 月	おかゆ 鶏挽肉入り野菜あんかけ 大根煮 トマト煮 みそ汁	水稲穀粒(精白米)／か たくり粉1kg	調製粉乳／鶏若鶏肉ひ き肉	にんじん／はくさい／だい こん／トマト／日本かぼ ちゃ／玉葱
14 火	おかゆ 鶏挽肉入り野菜あんかけ 大根煮 トマト煮 みそ汁	水稲穀粒(精白米)／か たくり粉1kg	調製粉乳／鶏若鶏肉ひ き肉	にんじん／はくさい／だい こん／トマト／日本かぼ ちゃ／玉葱
15 水	おかゆ そばろ煮 かぼちゃ煮 キャベツ煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／三 温糖1kg／かたくり粉 1kg	調製粉乳／豚ひき肉	玉葱／日本かぼちゃ／キャ ベツ／にんじん

令和2年 4月分

献立表 (中期)

西東京市立芝久保保育園

日 曜	献立名	材 料 名		
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
16 木	おかゆ そばろ煮 かぶ煮 ほうれん草煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／三 温糖1kg／かたくり粉 1kg	調製粉乳／豚ひき肉	玉葱／かぶ／ほうれんそう ／キャベツ／にんじん
17 金	おかゆ 魚のみそ煮 キャベツ煮 じゃが芋煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／ じゃがいも	調製粉乳／まがれい	キャベツ／玉葱／にんじん
18 土	おかゆ 煮魚 キャベツ煮 かぼちゃ煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／三 温糖1kg	調製粉乳／まがれい	キャベツ／日本かぼちゃ／ 玉葱／にんじん
20 月	おかゆ 煮魚 かぶ煮 かぼちゃ煮 みそ汁	水稲穀粒(精白米)／三 温糖1kg	調製粉乳／まがれい	かぶ／日本かぼちゃ／玉葱 ／にんじん
21 火	おかゆ 魚のみそ煮 ほうれん草煮 トマト煮 スープ	水稲穀粒(精白米)	調製粉乳／まがれい	ほうれんそう／トマト／ キャベツ／玉葱／にんじん
22 水	おかゆ 麻婆豆腐風 煮きゅうり さつま芋煮 みそ汁	水稲穀粒(精白米)／三 温糖1kg／かたくり粉 1kg／さつまいも	調製粉乳／豚ひき肉	玉葱／にんじん／きゅうり ／日本かぼちゃ
23 木	おかゆ 鶏挽肉入り野菜あんかけ キャベツ煮 トマト煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／か たくり粉1kg	調製粉乳／鶏若鶏肉ひ き肉	にんじん／はくさい／キャ ベツ／トマト／玉葱
24 金	おかゆ そばろ煮 トマト煮 ブロッコリー煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／三 温糖1kg／かたくり粉 1kg	調製粉乳／豚ひき肉	玉葱／トマト／ブロッ コリー／キャベツ／にんじん
25 土	おかゆ 煮魚 キャベツ煮 じゃが芋煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／ じゃがいも	調製粉乳／まがれい	キャベツ／玉葱／にんじん
27 月	おかゆ 魚のみそ煮 煮きゅうり トマト煮 清汁	水稲穀粒(精白米)	調製粉乳／まがれい	きゅうり／トマト／にんじ ん／こまつな
28 火	おかゆ そばろ煮 キャベツ煮 トマト煮 みそ汁	水稲穀粒(精白米)／三 温糖1kg／かたくり粉 1kg	調製粉乳／豚ひき肉	玉葱／キャベツ／トマト／ 日本かぼちゃ
30 木	おかゆ そばろ煮 キャベツ煮 トマト煮 清汁	水稲穀粒(精白米)／三 温糖1kg／かたくり粉 1kg	調製粉乳／豚ひき肉	玉葱／キャベツ／トマト／ にんじん／こまつな