



♥ はあとほいくえん  
9がつこんだてひょう



日	曜日	前期	中期	後期	10時のおやつ	3時のおやつ
1	金	ほうれん草がゆ 人参マッシュ	おかゆ 肉野菜炒め ほうれん草の和え物 スープ	ごはん 肉野菜炒め ほうれん草の和え物 スープ	ポップコーン	きな粉パン
4	月	小松菜がゆ 白身魚の煮物	おかゆ 白身魚のソテー 小松菜のごま和え すまし汁	ごはん 白身魚のソテー 小松菜のごま和え すまし汁	ヨーグルト	ホットケーキ
5	火	人参がゆ キャベツのトトロ口煮	ちゃんぽんうどん ツナサラダ バナナ	ちゃんぽんうどん ツナサラダ バナナ	小魚家族	わかめおにぎり
6	水	ほうれん草がゆ かぼちゃのマッシュ	そぼろがゆ ほうれん草の和え物 みそ汁	そぼろ丼 ほうれん草の和え物 みそ汁	野菜家族	クッキー
7	木	鮭がゆ さつまいものマッシュ	おかゆ 鮭のソテー さつまいもサラダ すまし汁	ごはん 鮭のソテー さつまいもサラダ すまし汁	オレンジ	蒸しパン
8	金	おかゆ 人参のトトロ口煮	おかゆ みそ炒め 人参サラダ スープ	ごはん 牛肉のみそ炒め 人参サラダ スープ	小魚家族	ゼリー
11	月	白身魚がゆ 人参と大根のトトロ口煮	雑炊 白身魚の煮物 みそ汁	雑炊 白身魚の煮物 みそ汁	ビスケット	フルーツサンド
12	火	きゅうりがゆ じゃが芋のマッシュ	鶏雑炊 きゅうりのサラダ バナナ	チキンカレー きゅうりのサラダ バナナ	ヨーグルト	ホットケーキ
13	水	ほうれん草がゆ 人参のトトロ口煮	豚雑炊 ほうれん草の和え物 けんちん汁	豚こぼろ丼 ほうれん草の和え物 けんちん汁	ポップコーン	クッキー
14	木	キャベツがゆ さつまいものマッシュ	おかゆ 白身魚の煮物 キャベツの和え物 さつまい	ごはん 白身魚の焼き物 キャベツの和え物 さつまい	野菜家族	蒸しパン
15	金	ほうれん草がゆ じゃが芋のマッシュ	おかゆ 肉じゃが ほうれん草の白和え みそ汁	ごはん 肉じゃが ほうれん草の白和え みそ汁	バナナ	お好み焼き
19	火	おかゆ じゃが芋の煮物	おかゆ チキンソテー きゅうりのサラダ ポトフ	ごはん チキンソテー きゅうりのサラダ ポトフ	小魚家族	プリン
20	水	ほうれん草がゆ 大根と人参のトトロ口煮	雑炊 大根サラダ スープ	ビビンバ 大根サラダ スープ	野菜家族	ホットケーキ
21	木	鮭がゆ ブロッコリーの煮物	おかゆ 鮭のソテー ブロッコリーサラダ すまし汁	ごはん 鮭のソテー ブロッコリーサラダ すまし汁	ビスケット	麩のきな粉ラスク
22	金	キャベツがゆ かぼちゃのマッシュ	うどん キャベツの和え物 バナナ	うどん キャベツの和え物 バナナ	バナナ	わかめおにぎり
25	月	白身魚がゆ 人参と豆腐の煮物	おかゆ 白身魚のみぞれ煮 ひじきのおやき すまし汁	ごはん 白身魚のみぞれ煮 ひじきのおやき すまし汁	小魚家族	ゼリー
26	火	人参がゆ 豆腐のトトロ口煮	そぼろ豆腐がゆ ひじきのおやき すまし汁	炒り豆腐丼 ひじきのおやき すまし汁	ヨーグルト	蒸しパン
27	水	豆腐がゆ ブロッコリーのトトロ口煮	おかゆ 豆腐ハンバーグ ブロッコリーサラダ バナナ	ごはん 豆腐ハンバーグ ブロッコリーサラダ バナナ	ビスケット	お誕生日ケーキ
28	木	白身魚がゆ 人参のマッシュ	おかゆ 白身魚の煮物 きゅうりのサラダ すまし汁	ごはん 白身魚の煮物 きゅうりのサラダ すまし汁	ヨーグルト	ツナサンド
29	金	ブロッコリーがゆ 人参と白身魚の煮物	雑炊 鶏つくね ブロッコリーサラダ すまし汁	雑炊 鶏つくね ブロッコリーサラダ すまし汁	野菜家族	ホットケーキ

\*都合によりメニューを変更する場合があります。