


D a o p 7月の指導計画・・・夏バテしないようしっかり食べる。 A B C E

月	火	水	木	金	土
			1 白がゆ 肉じゃが	2 白がゆ 野菜のトマト煮	3 鶏うどん
			米・鶏ミンチ・人参 じゃが芋・玉ねぎ グリーンピース	米・トマト・玉ねぎ なすび・人参	うどん・鶏ミンチ・人参 玉ねぎ・ほうれん草
			ハイハイ	りんご	パン
5 白がゆ キャベツとツナの 煮物	6 白がゆ ポトフ	7 白がゆ 鶏ミンチと 千切大根煮	8 白がゆ 八宝菜	9 白がゆ 白身魚の味噌煮	10 鶏団子とひじき丼
米・キャベツ・ツナ・人参 玉ねぎ	米・鶏ミンチ・じゃが芋 玉ねぎ・人参・キャベツ ブロッコリー	米・鶏ミンチ・千切大根 人参・高野豆腐	米・鶏ミンチ・白菜 人参・玉ねぎ・チンゲン菜 鶏がら	米・白身魚・人参・白菜 玉ねぎ・味噌・小松菜	米・鶏ミンチ・ひじき 人参・玉ねぎ
お米スナック	クッキー	ゼリー	かぼちゃポーロ	ビスコ	パン
12 白がゆ 豚汁	13 白がゆ すき焼き風煮	14 白がゆ 鶏団子と小松菜煮	15 白がゆ 南瓜のそぼろ煮	16 鮭がゆ にゅうめん	17 白がゆ 豆腐の野菜煮
米・鶏ミンチ・大根 人参・玉ねぎ・水菜	米・鶏ミンチ・人参 白菜・豆腐・すきふ 玉ねぎ	米・鶏ミンチ・人参 玉ねぎ・小松菜	米・鶏ミンチ・南瓜 玉ねぎ・人参 グリーンピース	米・鮭・そうめん・人参 玉ねぎ・豆腐	米・豆腐・人参・大根 里芋・白菜
マンナ	豆乳クッキー	ゼリー	バナナ	アンパンマンせんべい	パン
19 白がゆ 豆腐中華風煮	20 白がゆ 冬瓜のそぼろ煮	21 白がゆ 鶏ささみと野菜煮	22 海の日	23 スポーツの日	24 けんちんうどん
米・鶏ミンチ・人参 玉ねぎ・チンゲン菜 鶏がら・豆腐	米・鶏ミンチ・冬瓜 里芋・人参・ほうれん草 玉ねぎ	米・鶏ミンチ・大根 じゃが芋・小松菜・人参 玉ねぎ			うどん・鶏ミンチ・人参 大根・里芋・豆腐 味噌
バナナ	動物ビスケット	ゼリー			パン
26 白がゆ さつま汁	27 白がゆ しらすの野菜煮	28 人参がゆ 高野豆腐煮	29 白がゆ 大豆とじゃが芋の ケチャップ煮	30 白がゆ 鶏団子の野菜煮	31 白がゆ さつま芋の煮物
米・鶏ミンチ・さつま芋 玉ねぎ・人参・味噌	米・しらす・大根・人参 玉ねぎ・ブロッコリー	米・高野豆腐・人参 玉ねぎ・小松菜	米・鶏ミンチ・大豆 じゃが芋・玉ねぎ・人参 ケチャップ	米・鶏ミンチ・大根 人参・ほうれん草・里芋	米・さつま芋・人参 玉ねぎ・白菜
りんご	紫芋せんべい	ゼリー	ふかし芋	すいか	パン

☆献立は変更する事があります。