## 補食献立表

令和7年11月 上井草保育園

<del>-</del> -	· - ·	<del>午</del> 11万 	上 T F K F B F F F F F F F F F F F F F F F F			
$ _{\Box} $		<del>ر ب</del> 4±	<u> </u>		料名 	
田曜		献立	   熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの		   その他
01	1	麦茶	Westle or a cos	m ( b) ( b) ( c)	LT. () ING 3 CIE/CO O ()	麦茶
±	2	ソフトサラダ				
04		おかかチャーハン	  米、油		人参	  醤油、塩、かつお節(だし用)
火		みそ汁(玉ねぎ・さつま芋)			玉ねぎ	
05		スープ(人参・チンゲン菜)			人参、チンゲン菜	コンソメ、塩
水			┃ ┃米粉ミックス、油、三温糖		ブルーベリージャム	
06	(1)	ケチャップライス	米、油		人参、玉ねぎ	  ケチャップ、塩
木	_	スープ(小松菜・長ネギ)	/ N / M		長ねぎ、小松菜	中華だしの素、塩
07	1	じゃが芋の甘辛煮	  じゃが芋、三温糖		ZIOCY JIAN	醤油
金		みそ汁(人参・玉ねぎ)			  人参、玉ねぎ	当他  米みそ、煮干し、昆布(だし用))
08		麦茶			ハシモルと	麦茶
土	2	<sup>                                   </sup>				Z/N
10	1)	にんじんケーキ	    米粉ミックス、三温糖、油		人参	
月月		スープ(玉ねぎ・人参)	ハガル・ノノハ、―――信、川		人参、玉ねぎ	コンソメ、塩
л 11		野菜のフォー	     米粉めん	わかめ	人参、玉ねざ	コンノ人、塩   醤油、かつお節(だし用)、塩、昆布(だし用)
火 火		麦茶		17/13/65	八多、玉包と	麦茶
12	1	茶飯おにぎり	*		1	麦尔   醤油、酒、塩、昆布(だし用)
水		衆戚のにさり   みそ汁(しめじ・人参)	<u></u>		しめじ、人参	
13		かやくごはん	*	ひじき	人参	醤油、みりん風
		かくこはん     みそ汁(じゃが芋・ほうれん草)		003	スタ ほうれん草	番畑、のりん風   米みそ、煮干し、昆布(だし用)
木					<del> </del>	醤油、塩
14		きのこのフォー	米粉めん、油 		舞茸、人参	
金 1.5		スープ(キャベツ・人参)			キャベツ、人参	中華だしの素、塩
15		麦茶				麦茶
土		ソフトサラダ	N/		1 41 20+# 14	
17		雑炊   まな	米		しめじ、えのき茸、人参	かつお節(だし用)、醤油、塩、昆布(だし用)
月		麦茶	N/ 24		1 45	麦茶
18		おかかチャーハン	米、油		人参	醤油、塩、かつお節(だし用)
火		みそ汁(玉ねぎ・さつま芋)	ごりま手		玉ねぎ	米みそ、煮干し、昆布(だし用)
19		スープ(人参・チンゲン菜)			人参、さつま芋、チンゲン菜	コノソメ、塩 
水		· ·	米粉ミックス、油、三温糖		ブルーベリージャム	L-T
20	1	ケチャップライス	米、油		人参、玉ねぎ	ケチャップ、塩
木		スープ(小松菜・長ネギ)	1 v 4 v ++ >= u+		長ねぎ、小松菜	中華だしの素、塩
21	1	じゃが芋の甘辛煮	じゃが芋、三温糖 			置油 
金		みそ汁(人参・玉ねぎ)			人参、玉ねぎ	米みそ、煮干し、昆布(だし用)
22		麦茶				麦茶
±	2	ソフトサラダ	Melinia	la tost	1.6. 7.1-20	SHETS. I I I I I I I I I I I I I I I I I I I
25		野菜のフォー	<del>米粉</del> めん 	わかめ	人参、玉ねぎ 	醤油、かつお節(だし用)、塩、昆布(だし用)
火		麦茶	lu.			麦茶
26		茶飯おにぎり	米			醤油、酒、塩、昆布(だし用)
水		みそ汁(しめじ・人参)			しめじ、人参	米みそ、煮干し、昆布(だし用)
27		かやくごはん	米	ひじき	人参	醤油、みりん風
木			じゃが芋		ほうれん草	米みそ、煮干し、昆布(だし用)
28		きのこのフォー	米粉めん、油		舞茸、人参	醤油、塩
金		スープ(キャベツ・人参)			キャベツ、人参	中華だしの素、塩
29		麦茶				麦茶
土	2	ソフトサラダ				