

子ども未来プラザ西新小岩 10月予定献立表

葛飾区上平井保育園



曜	日付	メニュー	主 な 材 料		
			熱や力になるもの	血や肉になるもの	体の調子をととのえるもの
水	15	押麦入りごはん 味噌汁 肉豆腐 果物 青菜ときのこ炒め	米 押麦 サラダ油 砂糖 しらたき ごま油 片栗粉	豚肉 豆腐 みそ	にんじん たまねぎ はくさい しめじ こまつな キャベツ もやし かき
金	31	トマトライス 南瓜と豆のスープ 豆腐入りチキンナゲット 果物 茹で野菜サラダ	米 サラダ油 砂糖 片栗粉 オリーブ油	鶏むね 豆腐 大豆	にんじん たまねぎ ピーマン コーン トマトピューレー ブロッコリー カリフラワー かぼちゃ りんご

*この献立表は区内公立保育園統一の予定表です。行事その他の都合により、内容を変更することがありますのでご了承ください。