

2017年 9月～中期～

日付	曜	材料と体内での主なはたらき		
		血や肉となる食べ物	力や熱となる食物	体の調子を整える食物
1	金	絹ごし豆腐	米	人参 胡瓜
2	土	柿	米 サツマイモ	人参 キャバツ
3	日			
4	月	絹ごし豆腐	米 ジャがいも	カブ
5	火	柿	米 片栗粉	西洋南瓜 ブロッコリー
6	水	ササミ	米 片栗粉	トマト キャバツ 玉葱
7	木	柿	米	西洋南瓜 大根 小松菜
8	金			
9	土	柿	米	冬瓜 玉葱 ブロッコリー
10	日			
11	月	絹ごし豆腐	米 ジャがいも	キャバツ トマト
12	火	柿	米	人参 バナナ
13	水	鮭 保育園ミルク	米 片栗粉	西洋南瓜 キャバツ 胡瓜
14	木	ササミ	米	ピーマン
15	金	絹ごし豆腐	米	茄子 玉葱 人参
16	土	絹ごし豆腐	米 片栗粉	人参 玉葱 バナナ
17	日			
18	月			
19	火	ササミ	米	キャバツ 人参
20	水	柿	米 ジャがいも	玉葱 胡瓜
21	木			
22	金	鮭	米	玉葱 小松菜
23	土			
24	日			
25	月	ソラ 絹ごし豆腐	米 片栗粉	冬瓜 人参
26	火	キウイ	米 さつまいも	胡瓜
27	水	絹ごし豆腐 ソラ	米	トマト 西洋南瓜
28	木	柿	米 片栗粉	パプリカ 人参 玉葱
29	金	絹ごし豆腐	米	小松菜 ミトマト
30	土	柿	米 片栗粉	西洋南瓜 玉葱

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります。また、月齢に応じて食材、調理形態を変更することがあります。