

2019年 4月

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	月	粋	米	トマト
2	火	絹ごし豆腐	米	人参 小松菜
3	水	粋	米 ジャガイモ	
4	木	絹ごし豆腐	米	キャベツ
5	金	粋	米	大根 人参 玉葱
6	土	絹ごし豆腐	米	人参 ホウレン草 胡瓜
7	日			
8	月	絹ごし豆腐	米	人参 大根
9	火	ゆし豆腐	米 片栗粉	人参
10	水	粋	米 片栗粉	ブロッコリー トマト
11	木	粋 豚汁	米	
12	金	粋	米	トマト キャベツ
13	土	絹ごし豆腐	米	バナナ
14	日			
15	月	絹ごし豆腐	米	人参 胡瓜
16	火	粋	米 片栗粉	白菜 ホウレン草
17	水	粋 絹ごし豆腐	米 片栗粉	人参
18	木		米	
19	金	絹ごし豆腐	米	ホウレン草 胡瓜
20	土	粋	米	小松菜 人参 バナナ
21	日			
22	月	粋	米	大根 人参
23	火	粋	米 片栗粉 ジャガイモ	キャベツ
24	水	粋	米	大根 バナナ
25	木	鮭 きな粉	米	人参
26	金	絹ごし豆腐	米 そうめん	大根 人参
27	土	粋	米	ブロッコリー バナナ
28	日			
29	月			
30	火			

☆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。

