

月	火	水	木	金	土
31 ひじきそぼろ丼 ほうれん草の煮物 みそ汁 ○精白米 豚肉赤身ミンチ ひじき 玉葱 にんじん 三度豆 片栗粉 ○ほうれん草 玉葱 ○大根 にんじん ねぎ 昆布 削り節	☆給食・間食は行事などの都合により、 献立日が変更になる場合があります。			公立こども園のこどもたちにアンケートを行い、 人気のあったメニューを「リクエストメニュー」 として実施します。 焼きおにぎり（19日）、 ナスとベーコンのトマトパスタ、 シュガートースト（27日） 	 1 和風スパゲティ すまし汁 ○スパゲティ ベーコン 玉葱 にんじん エリンギ 小松菜 糸のり ○鶏肉 生しいたけ ねぎ 昆布 削り節
フライドポテト					
3 軟飯 鶏肉の中華炒め煮 春雨の甘酢煮 みそ汁 ○精白米 ○鶏肉 玉葱 チンゲン菜 ○はるさめ きゅうり にんじん ○切麩 しめじ ねぎ 昆布 削り節	4 夏のトマト入りハヤシライス キャベツの洋風煮 ヨーグルト ○精白米 豚肉 玉葱 じゃがいも にんじん トマト セロリ チーズ 小麦粉 りんご ケチャップ 鶏がら ○キャベツ 玉葱 にんじん ○ヨーグルト	5 軟飯 煮魚 ほうれん草の煮物 オクラ入りすまし汁 ○精白米 ○白身魚 ○ほうれん草 玉葱 にんじん ○ゆば えのき茸 にんじん オクラ 昆布 削り節	6 元気モリモリごはん 鶏肉と玉葱の煮物 白菜の煮浸し みそ汁 ○精白米 ちりめんじゃこ ひじき にんじん うすあげ ○鶏肉 玉葱 ○白菜 にんじん ○豆腐 生しいたけ ねぎ 昆布 削り節	7 軟飯 豚肉と野菜の炒め煮 南瓜サラダ みそ汁 ○精白米 ○豚肉 玉葱 太もやし にら ○南瓜 玉葱 きゅうり にんじん マヨドレ ○大根 干しわかめ ねぎ 昆布 削り節	8 煮込みうどん さつま芋の煮物 ○うどん 鶏肉 玉葱 にんじん ねぎ 昆布 削り節 ○さつま芋 にんじん
人参ケーキ	ちんすこう	わかめおにぎり	とうもろこしとフルーツ		
10 軟飯 豚肉とピーマンの炒め煮 高野豆腐の煮物 みそ汁 ○精白米 ○豚肉 玉葱 ピーマン ○高野豆腐 玉葱 にんじん ○白菜 にんじん ねぎ 昆布 削り節	 ～お知らせ～ 間食には牛乳が付きます。 おにぎりの日は お茶になります。 	12 軟飯 鶏肉と玉葱の煮物 マカロニの煮物 みそ汁 ○精白米 ○鶏肉 玉葱 ○マカロニ 玉葱 にんじん ○切麩 えのき茸 ねぎ 昆布 削り節	13 軟飯 豚じゃが 野菜の煮物 すまし汁 ○精白米 ○豚肉 じゃがいも 玉葱 にんじん ○キャベツ 玉葱 にんじん ピーマン ○豆腐 しめじ ねぎ 昆布 削り節	14 軟飯 鶏肉と玉葱の煮物 小松菜のじゃこ煮 みそ汁 ○精白米 ○鶏肉 玉葱 ○小松菜 白菜 にんじん ちりめんじゃこ ○玉葱 干しわかめ ねぎ 昆布 削り節	15 ツナと青じそのスパゲティ すまし汁 ○スパゲティ ツナ缶（水煮） 玉葱 にんじん エリンギ 青じそ ○鶏肉 大根 ねぎ 昆布 削り節
フルーツ蒸しパン					
17 軟飯 豚肉と野菜のみそ煮 切干大根煮 すまし汁 ○精白米 ○豚肉 玉葱 しめじ ○切干し大根 にんじん 三度豆 ○切麩 にんじん ねぎ 昆布 削り節	18 麦ごはんと味付のり 白身魚の竜田揚げ 春雨の中華風煮 みそ汁 ○精白米 麦 味付のり ○白身魚 片栗粉 ○はるさめ きゅうり にんじん ○じゃがいも 玉葱 ねぎ 昆布 削り節	19 軟飯 鶏肉と玉葱のケチャップ煮 堺産小松菜とハムの煮物 冬瓜スープ 	20 とうもろこしごはん 豚肉と玉葱の煮物 ひじき煮 みそ汁 ○精白米 とうもろこし ○豚肉 玉葱 ○ひじき にんじん ちくわ ○豆腐 大根 ねぎ 昆布 削り節	21 鶏肉丼 チンゲン菜の煮物 そうめん入りすまし汁 ○精白米 鶏肉 玉葱 にんじん 生しいたけ ねぎ ○チンゲン菜 玉葱 ○そうめん 白菜 干しわかめ ねぎ 昆布 削り節	22 煮込みうどん 豚肉と野菜の煮物 ○うどん 鶏肉 玉葱 にんじん ねぎ 昆布 削り節 ○豚肉 キャベツ もやし にんじん ピーマン
サクリチーズスティック	ミルクもち	焼きおにぎり 	ざくざくアップルケーキ	ふのラスク（ココア）	
24 軟飯 豚肉と玉葱の煮物 高野豆腐の含め煮 みそ汁 ○精白米 ○豚肉 玉葱 ○高野豆腐 玉葱 にんじん みつば ○白菜 生しいたけ ねぎ 昆布 削り節	25 トマト入り夏野菜ハヤシライス 茹で野菜サラダ ヨーグルト ○精白米 鶏肉 玉葱 南瓜 なす 小麦粉 りんご チーズ トマト ケチャップ 鶏がら ○キャベツ きゅうり にんじん マヨドレ ○ヨーグルト	26 軟飯 豚肉と野菜の煮物 チンゲン菜の煮物 すまし汁 ○精白米 ○豚肉 玉葱 エリンギ ○チンゲン菜 玉葱 にんじん ○大根 干しわかめ ねぎ 昆布 削り節	27 軟飯 鶏肉と玉葱の煮物 ナスとベーコンのトマトパスタ すまし汁 	28 軟飯と味付のり 煮魚 小松菜の土佐煮 南瓜のみそ汁 ○精白米 味付のり ○白身魚 ○小松菜 玉葱 にんじん 花かつお ○南瓜 玉葱 ねぎ 昆布 削り節	29 みそ煮込みうどん じゃが芋の煮物 ○うどん 鶏肉 玉葱 にんじん ねぎ 昆布 削り節 ○じゃがいも 玉葱 にんじん
りんご蒸しパン	豆乳クッキー	人参おにぎり	シュガートースト 	わらびもち	

月	火	水	木	金	土
31 豚そぼろ丼又はおじや ほうれん草の煮物 みそ汁 ○精白米 豚肉 玉葱 にんじん 三度豆 ○ほうれん草 玉葱 ○大根 にんじん ねぎ	☆給食・間食は行事などの都合により、献立日が変更になる場合があります。 				1 かゆ 白身魚と野菜の煮物 すまし汁 ○精白米 ○白身魚 玉葱 にんじん 小松菜 ○鶏肉ミンチ状 生しいたけ ねぎ
じゃが芋煮					
3 かゆ又は軟飯 鶏肉と野菜の煮物 春雨の煮物 みそ汁 ○精白米 ○鶏肉ミンチ状 玉葱 チンゲン菜 ○はるさめ きゅうり にんじん ○切麩 しめじ ねぎ	4 かゆ又は軟飯 トマトシチュー キャベツの洋風煮 ヨーグルト ○精白米 ○豚肉ミンチ状 玉葱 じゃがいも にんじん トマト セロリー チーズ 小麦粉 りんご ケチャップ ○キャベツ 玉葱 にんじん ○ヨーグルト	5 かゆ又は軟飯 煮魚 ほうれん草の煮物 すまし汁 ○精白米 ○白身魚 ○ほうれん草 玉葱 にんじん ○ゆば えのき茸 にんじん	6 おじや 鶏肉と玉葱の煮物 白菜の煮浸し みそ汁 ○精白米 ちりめんじゃこ にんじん ○鶏肉ミンチ状 玉葱 ○白菜 にんじん ○豆腐 生しいたけ ねぎ	7 かゆ又は軟飯 豚肉と野菜の煮物 南瓜の煮物 みそ汁 ○精白米 ○豚肉ミンチ状 玉葱 太もやし ○南瓜 玉葱 きゅうり にんじん ○大根 干しわかめ ねぎ	8 煮込みうどん さつま芋の煮物 ○うどん 鶏肉ミンチ状 玉葱 にんじん ねぎ ○さつま芋 にんじん
人参煮	りんご煮	わかめがゆ	りんご煮		
10 かゆ又は軟飯 豚肉と野菜の煮物 高野豆腐の煮物 みそ汁 ○精白米 ○豚肉ミンチ状 玉葱 ピーマン ○高野豆腐 玉葱 にんじん ○白菜 にんじん ねぎ		12 かゆ又は軟飯 鶏肉と玉葱の煮物 マカロニの煮物 みそ汁 ○精白米 ○鶏肉ミンチ状 玉葱 ○マカロニ 玉葱 にんじん ○切麩 えのき茸 ねぎ	13 かゆ又は軟飯 豚肉とじゃが芋の煮物 野菜の煮物 すまし汁 ○精白米 ○豚肉ミンチ状 じゃがいも 玉葱 にんじん ○キャベツ 玉葱 にんじん ピーマン ○豆腐 しめじ ねぎ	14 かゆ又は軟飯 鶏肉と玉葱の煮物 小松菜のじゃこ煮 みそ汁 ○精白米 ○鶏肉ミンチ状 玉葱 ○小松菜 白菜 にんじん ちりめんじゃこ ○玉葱 干しわかめ ねぎ	15 かゆ 白身魚と野菜の煮物 すまし汁 ○精白米 ○白身魚 玉葱 にんじん ○鶏肉ミンチ状 大根 ねぎ
りんご煮					
17 かゆ又は軟飯 豚肉と野菜のみそ煮 大根の煮物 すまし汁 ○精白米 ○豚肉ミンチ状 玉葱 しめじ ○大根 にんじん 三度豆 ○切麩 にんじん ねぎ	18 かゆ 煮魚 春雨の煮物 みそ汁 ○精白米 ○白身魚 ○はるさめ きゅうり にんじん ○じゃがいも 玉葱 ねぎ	19 かゆ又は軟飯 鶏肉と玉葱のケチャップ煮 堺産小松菜の煮物 冬瓜スープ ○精白米 ○鶏肉ミンチ状 玉葱 ケチャップ ○小松菜(堺産) 玉葱 にんじん ○冬瓜 えのき茸 ねぎ	20 かゆ 豚肉と玉葱の煮物 キャベツの煮物 みそ汁 ○精白米 ○豚肉ミンチ状 玉葱 ○キャベツ にんじん ○豆腐 大根 ねぎ	21 鶏肉丼又はおじや チンゲン菜の煮物 そうめん入りすまし汁 ○精白米 鶏肉ミンチ状 玉葱 にんじん 生しいたけ ねぎ ○チンゲン菜 玉葱 ○そうめん 白菜 干しわかめ ねぎ	22 煮込みうどん 豚肉と野菜の煮物 ○うどん 鶏肉ミンチ状 玉葱 にんじん ねぎ ○豚肉ミンチ状 キャベツ もやし にんじん ピーマン
りんご煮	人参煮	かゆ(しょうゆ味)	りんご煮	さつま芋煮	
24 かゆ又は軟飯 豚肉と玉葱の煮物 高野豆腐の含め煮 みそ汁 ○精白米 ○豚肉ミンチ状 玉葱 ○高野豆腐 玉葱 にんじん みつば ○白菜 生しいたけ ねぎ	25 かゆ又は軟飯 トマトシチュー 野菜の洋風煮 ヨーグルト ○精白米 ○鶏肉ミンチ状 玉葱 南瓜 なす 小麦粉 りんご チーズ トマト ケチャップ ○キャベツ きゅうり にんじん ○ヨーグルト	26 かゆ又は軟飯 豚肉と野菜の煮物 チンゲン菜の煮物 すまし汁 ○精白米 ○豚肉ミンチ状 玉葱 ○チンゲン菜 玉葱 にんじん ○大根 干しわかめ ねぎ	27 かゆ又は軟飯 鶏肉と玉葱の煮物 スパゲティと野菜の煮物 すまし汁 ○精白米 ○鶏肉ミンチ状 玉葱 ○スパゲティ 玉葱 なす にんじん トマト ケチャップ ○豆腐 しめじ ねぎ	28 かゆ又は軟飯 煮魚 小松菜の煮物 南瓜のみそ汁 ○精白米 ○白身魚 ○小松菜 玉葱 にんじん ○南瓜 玉葱 ねぎ	29 みそ煮込みうどん じゃが芋の煮物 ○うどん 鶏肉ミンチ状 玉葱 にんじん ねぎ ○じゃがいも 玉葱 にんじん
りんご煮	じゃが芋煮	人参がゆ	りんご煮	人参煮	

月	火	水	木	金	土
31 かゆ 白身魚と野菜のつぶし煮 ほうれん草のつぶし煮 みそ汁 ○精白米 ○白身魚 玉葱 にんじん 三度豆 ○ほうれん草 玉葱 ○大根 にんじん ねぎ	☆給食・間食は行事などの都合により、献立日が変更になる場合があります。 				1 かゆ 白身魚と野菜のつぶし煮 すまし汁 ○精白米 ○白身魚 玉葱 にんじん 小松菜 ○鶏肉ミンチ状 生しいたけ ねぎ
3 かゆ 鶏肉と野菜のつぶし煮 春雨のつぶし煮 みそ汁 ○精白米 ○鶏肉ミンチ状 玉葱 チンゲン菜 ○はるさめ きゅうり にんじん ○切麩 しめじ ねぎ	4 かゆ トマトシチュー 白身魚のつぶし煮 キャベツのつぶし煮 ○精白米 ○玉葱 じゃがいも にんじん トマト セロリー チーズ 小麦粉 りんご ○白身魚 ○キャベツ 玉葱 にんじん	5 かゆ 白身魚のつぶし煮 ほうれん草のつぶし煮 すまし汁 ○精白米 ○白身魚 ○ほうれん草 玉葱 にんじん ○ゆば えのき茸 にんじん	6 おじや 鶏肉と玉葱のつぶし煮 白菜のつぶし煮 みそ汁 ○精白米 ちりめんじゃこ にんじん ○鶏肉ミンチ状 玉葱 ○白菜 にんじん ○豆腐 生しいたけ ねぎ	7 かゆ 白身魚と玉葱のつぶし煮 南瓜のつぶし煮 みそ汁 ○精白米 ○白身魚 玉葱 ○南瓜 玉葱 きゅうり にんじん ○大根 干しわかめ ねぎ	8 煮込みうどん さつま芋のつぶし煮 ○うどん 鶏肉ミンチ状 玉葱 にんじん ねぎ ○さつま芋 にんじん
10 かゆ 白身魚と玉葱のつぶし煮 高野豆腐のつぶし煮 みそ汁 ○精白米 ○白身魚 玉葱 ○高野豆腐 玉葱 にんじん ○白菜 にんじん ねぎ		12 かゆ 鶏肉と玉葱のつぶし煮 マカロニのつぶし煮 みそ汁 ○精白米 ○鶏肉ミンチ状 玉葱 ○マカロニ 玉葱 にんじん ○切麩 えのき茸 ねぎ	13 かゆ 白身魚と野菜のつぶし煮 野菜のつぶし煮 すまし汁 ○精白米 ○白身魚 じゃがいも 玉葱 にんじん ○キャベツ 玉葱 にんじん ○豆腐 しめじ ねぎ	14 かゆ 鶏肉と玉葱のつぶし煮 小松菜のつぶし煮 みそ汁 ○精白米 ○鶏肉ミンチ状 玉葱 ○小松菜 白菜 にんじん ちりめんじゃこ ○玉葱 干しわかめ ねぎ	15 かゆ 白身魚と野菜のつぶし煮 すまし汁 ○精白米 ○白身魚 玉葱 にんじん ○鶏肉ミンチ状 大根 ねぎ
17 かゆ 白身魚と野菜のつぶし煮 大根のつぶし煮 すまし汁 ○精白米 ○白身魚 玉葱 しめじ ○大根 にんじん 三度豆 ○切麩 にんじん ねぎ	18 かゆ 白身魚のつぶし煮 春雨のつぶし煮 みそ汁 ○精白米 ○白身魚 ○はるさめ きゅうり にんじん ○じゃがいも 玉葱 ねぎ	19 かゆ 鶏肉と玉葱のつぶし煮 堺産小松菜のつぶし煮 冬瓜スープ  ○精白米 ○鶏肉ミンチ状 玉葱 ○小松菜(堺産) 玉葱 にんじん ○冬瓜 えのき茸 ねぎ	20 かゆ 白身魚と玉葱のつぶし煮 キャベツのつぶし煮 みそ汁 ○精白米 ○白身魚 玉葱 ○キャベツ にんじん ○豆腐 大根 ねぎ	21 かゆ 鶏肉と野菜のつぶし煮 チンゲン菜のつぶし煮 そうめん入りすまし汁 ○精白米 ○鶏肉ミンチ状 玉葱 にんじん 生しいたけ ねぎ ○チンゲン菜 玉葱 ○そうめん 白菜 干しわかめ ねぎ	22 煮込みうどん 野菜のつぶし煮 ○うどん 鶏肉ミンチ状 玉葱 にんじん ねぎ ○キャベツ もやし にんじん
24 かゆ 白身魚と玉葱のつぶし煮 高野豆腐のつぶし煮 みそ汁 ○精白米 ○白身魚 玉葱 ○高野豆腐 玉葱 にんじん みつば ○白菜 生しいたけ ねぎ	25 かゆ トマトシチュー 白身魚のつぶし煮 野菜のつぶし煮 ○精白米 ○玉葱 南瓜 なす 小麦粉 りんご チーズ トマト ○白身魚 ○キャベツ きゅうり にんじん	26 かゆ 白身魚と玉葱のつぶし煮 チンゲン菜のつぶし煮 すまし汁 ○精白米 ○白身魚 玉葱 ○チンゲン菜 玉葱 にんじん ○大根 干しわかめ ねぎ	27 かゆ 鶏肉と玉葱のつぶし煮 パゲティと野菜のつぶし煮 すまし汁 ○精白米 ○鶏肉ミンチ状 玉葱 ○スパゲティ 玉葱 なす にんじん トマト ○豆腐 しめじ ねぎ	28 かゆ 白身魚のつぶし煮 小松菜のつぶし煮 南瓜のみそ汁 ○精白米 ○白身魚 ○小松菜 玉葱 にんじん ○南瓜 玉葱 ねぎ	29 煮込みうどん じゃが芋のつぶし煮 ○うどん 鶏肉ミンチ状 玉葱 にんじん ねぎ ○じゃがいも 玉葱 にんじん

月	火	水	木	金	土
31 つぶしがゆ 白身魚のすりつぶし煮 ほうれん草ペースト 人参ペースト ○精白米 ○白身魚 昆布だし ○ほうれん草 昆布だし ○にんじん ゆで汁又は野菜スープ	☆給食・間食は行事などの都合により、献立日が変更になる場合があります。 				1 つぶしがゆ 白身魚のすりつぶし煮 小松菜ペースト 人参ペースト ○精白米 ○白身魚 昆布だし ○小松菜 昆布だし ○にんじん ゆで汁又は野菜スープ
3 つぶしがゆ 白身魚のすりつぶし煮 チンゲン菜ペースト 人参ペースト ○精白米 ○白身魚 昆布だし ○チンゲン菜 ゆで汁又は野菜スープ ○にんじん ゆで汁又は野菜スープ	4 つぶしがゆ 白身魚のすりつぶし煮 トマトペースト 人参ペースト ○精白米 ○白身魚 昆布だし ○トマト ゆで汁又は野菜スープ ○にんじん ゆで汁又は野菜スープ	5 つぶしがゆ 白身魚のすりつぶし煮 ほうれん草ペースト 人参ペースト ○精白米 ○白身魚 昆布だし ○ほうれん草 昆布だし ○にんじん ゆで汁又は野菜スープ	6 つぶしがゆ 白身魚のすりつぶし煮 白菜ペースト 人参ペースト ○精白米 ○白身魚 昆布だし ○白菜 昆布だし ○にんじん ゆで汁又は野菜スープ	7 つぶしがゆ 白身魚のすりつぶし煮 南瓜ペースト 人参ペースト ○精白米 ○白身魚 昆布だし ○南瓜 ゆで汁又は野菜スープ ○にんじん ゆで汁又は野菜スープ	8 うどんペースト 白身魚のすりつぶし煮 さつま芋ペースト 人参ペースト ○うどん 昆布だし ○白身魚 昆布だし ○さつま芋 ゆで汁又は野菜スープ ○にんじん ゆで汁又は野菜スープ
10 つぶしがゆ 白身魚のすりつぶし煮 白菜ペースト 人参ペースト ○精白米 ○白身魚 昆布だし ○白菜 昆布だし ○にんじん ゆで汁又は野菜スープ		12 つぶしがゆ 白身魚のすりつぶし煮 玉葱ペースト 人参ペースト ○精白米 ○白身魚 昆布だし ○玉葱 ゆで汁又は野菜スープ ○にんじん ゆで汁又は野菜スープ	13 つぶしがゆ 白身魚のすりつぶし煮 キャベツペースト 人参ペースト ○精白米 ○白身魚 昆布だし ○キャベツ ゆで汁又は野菜スープ ○にんじん ゆで汁又は野菜スープ	14 つぶしがゆ 白身魚のすりつぶし煮 小松菜ペースト 人参ペースト ○精白米 ○白身魚 昆布だし ○小松菜 昆布だし ○にんじん ゆで汁又は野菜スープ	15 つぶしがゆ 白身魚のすりつぶし煮 大根ペースト 人参ペースト ○精白米 ○白身魚 昆布だし ○大根 ゆで汁又は野菜スープ ○にんじん ゆで汁又は野菜スープ
17 つぶしがゆ 白身魚のすりつぶし煮 大根ペースト 人参ペースト ○精白米 ○白身魚 昆布だし ○大根 ゆで汁又は野菜スープ ○にんじん ゆで汁又は野菜スープ	18 つぶしがゆ 白身魚のすりつぶし煮 じゃが芋ペースト 人参ペースト ○精白米 ○白身魚 昆布だし ○じゃがいも ゆで汁又は野菜スープ ○にんじん ゆで汁又は野菜スープ	19 つぶしがゆ 白身魚のすりつぶし煮 小松菜ペースト 人参ペースト ○精白米 ○白身魚 昆布だし ○小松菜(堺産) 昆布だし ○にんじん ゆで汁又は野菜スープ 食育の日 	20 つぶしがゆ 白身魚のすりつぶし煮 キャベツペースト 人参ペースト ○精白米 ○白身魚 昆布だし ○キャベツ ゆで汁又は野菜スープ ○にんじん ゆで汁又は野菜スープ	21 つぶしがゆ 白身魚のすりつぶし煮 チンゲン菜ペースト 人参ペースト ○精白米 ○白身魚 昆布だし ○チンゲン菜 ゆで汁又は野菜スープ ○にんじん ゆで汁又は野菜スープ	22 うどんペースト 白身魚のすりつぶし煮 玉葱ペースト 人参ペースト ○うどん 昆布だし ○白身魚 昆布だし ○玉葱 ゆで汁又は野菜スープ ○にんじん ゆで汁又は野菜スープ
24 つぶしがゆ 白身魚のすりつぶし煮 玉葱ペースト 人参ペースト ○精白米 ○白身魚 昆布だし ○玉葱 ゆで汁又は野菜スープ ○にんじん ゆで汁又は野菜スープ	25 つぶしがゆ 白身魚のすりつぶし煮 キャベツペースト 人参ペースト ○精白米 ○白身魚 昆布だし ○キャベツ ゆで汁又は野菜スープ ○にんじん ゆで汁又は野菜スープ	26 つぶしがゆ 白身魚のすりつぶし煮 チンゲン菜ペースト 人参ペースト ○精白米 ○白身魚 昆布だし ○チンゲン菜 ゆで汁又は野菜スープ ○にんじん ゆで汁又は野菜スープ	27 つぶしがゆ 白身魚のすりつぶし煮 トマトペースト 人参ペースト ○精白米 ○白身魚 昆布だし ○トマト ゆで汁又は野菜スープ ○にんじん ゆで汁又は野菜スープ	28 つぶしがゆ 白身魚のすりつぶし煮 南瓜ペースト 人参ペースト ○精白米 ○白身魚 昆布だし ○南瓜 ゆで汁又は野菜スープ ○にんじん ゆで汁又は野菜スープ	29 うどんペースト 白身魚のすりつぶし煮 じゃが芋ペースト 人参ペースト ○うどん 昆布だし ○白身魚 昆布だし ○じゃがいも ゆで汁又は野菜スープ ○にんじん ゆで汁又は野菜スープ