

2022年5月

予定献立表

あい音保育園

日付	献立名	材料名	午前おやつ
			午後おやつ
2 (月)	御飯 みそ汁(こまつな・えのき) 豚肉のしょうが焼き キャベツと油揚げの炒め煮	せんべい／牛乳／米／こまつな、えのきたけ、ねぎ、かつお・昆布だし汁 米みそ／豚肉(肩ロース)、しょうが、油、しょうゆ、酒／キャベツ、油揚げ 油、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん／せんべい／クラッカー ／牛乳	せんべい 牛乳 クラッカー・せんべい 牛乳
6 (金)	御飯 豆腐みそ汁(なめこ・ねぎ) 鶏肉の甘辛煮 もやしのごま酢あえ	クラッカー／牛乳／米／木綿豆腐、なめこ、ねぎ、かつお・昆布だし汁 米みそ／鶏もも肉(皮付き)、砂糖、しょうゆ、酒、水／もやし、にんじん 酢、砂糖、ごま／ホットケーキ粉、牛乳、ココア(ピュアココア) ／牛乳	クラッcker 牛乳 ココアホットケーキ 牛乳
7 (土)	わかめうどん オレンジ	せんべい／麦茶(浸出液)／ゆでうどん、油揚げ、たまねぎ、にんじん ほうれんそう、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、食塩 ／オレンジ／せんべい／クラッcker／麦茶(浸出液)	せんべい お茶 クラッcker・せんべい お茶
9 (月)	御飯 みそ汁(あさり) おからのカリッと揚げ チングン菜のあえ物	せんべい／牛乳／米／あさり水煮缶、ねぎ、かつおだし汁 米みそ／豚ひき肉、牛ひき肉、おから、たまねぎ、水、食塩 片栗粉、油／チングンサイ、にんじん、しらず干し、かつおだし汁 しょうゆ、砂糖／クラッcker、クリームチーズ、ツナ水煮缶／牛乳	せんべい 牛乳 クラッckerサンド(ツナチーズ) 牛乳
10 (火)	御飯 みそ汁(キャベツ・えのき) かじきの照り焼き 里芋と厚揚げの煮物	ヨーグルト(加糖)／麦茶(浸出液)／米／キャベツ、えのきたけ、カットわかめ かつお・昆布だし汁、米みそ／かじき、しょうゆ、みりん、砂糖／さといも、生揚げ にんじん、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、酒、砂糖、いんげん／米粉 ベーキングパウダー、オレンジ濃縮果汁、油、砂糖／牛乳	ヨーグルト お茶 米粉蒸しパン(オレンジジュース) 牛乳
11 (水)	カレーライス フレンチサラダ オレンジ	ブルーン／牛乳／米、豚肉(肩ロース)、じやがいも、たまねぎ、にんじん 油、カレールウ／キャベツ、きゅうり、にんじん、ツナ油漬缶、油、酢 食塩、白こしとう／オレンジ／クラッcker／せんべい／牛乳	ブルーン 牛乳 クラッcker・せんべい 牛乳
12 (木)	御飯 みそ汁(こまつな・えのき) 肉団子 きゅうりの酢の物(しらず)	チーズ／麦茶(浸出液)／米／こまつな、えのきたけ、ねぎ、かつお・昆布だし汁 米みそ／豚ひき肉、豚レバー、たまねぎ、ねぎ、酒、食塩、片栗粉 油、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、砂糖、片栗粉／きゅうり、にんじん カットわかめ、しらず干し、酢、砂糖、しょうゆ、ごま／じやがいも、食塩、片栗粉 油、しょうゆ、あおのり／牛乳	チーズ お茶 芋もち 牛乳
13 (金)	ミートスパゲティー アスパラとコーンのサラダ フルーツカクテル(もも)	クラッcker／牛乳／スパゲティー、牛ひき肉、豚ひき肉、たまねぎ にんじん、油、水、ケチャップ、ウスターーズ、しょうゆ、砂糖、食塩 米粉／キャベツ、グリーンアスパラガス、コーン缶、酢、油、食塩 ／みかん缶、もも缶(白桃)、バイン缶／米、こんぶ佃煮／牛乳	クラッcker 牛乳 昆布おにぎり 牛乳
14 (土)	きのこうどん オレンジ	せんべい／麦茶(浸出液)／ゆでうどん、たまねぎ、しいたけ、しめじ えのきたけ、こまつな、にんじん、ねぎ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ みりん、食塩、片栗粉／オレンジ／せんべい／クラッcker ／麦茶(浸出液)	せんべい お茶 クラッcker・せんべい お茶
17 (火)	御飯 みそ汁(さつま芋・ねぎ) さわらとごぼうの煮つけ 小松菜とコーンの和え物	ヨーグルト(加糖)／麦茶(浸出液)／米／さつまいも、ねぎ かつお・昆布だし汁、米みそ／さわら、ごぼう、油、しょうが、しょうゆ 酒、砂糖／こまつな、にんじん、コーン缶、しょうゆ、砂糖 ／マカラニ、きな粉、砂糖、食塩／牛乳	ヨーグルト お茶 マカラニきな粉 牛乳
18 (水)	御飯 みそ汁(だいこん・あげ) 厚揚げの炒め物 きゅうりのピクルス	ブルーン／牛乳／だいこん、油揚げ、かつお・昆布だし汁 米みそ／生揚げ、豚ひき肉、たけのこ(ゆで)、たまねぎ、にんじん にら、しめじ、ごま油、しょうゆ、中華だしの素、片栗粉／きゅうり、米酢 しょうゆ、砂糖、ごま油、食塩／せんべい／クラッcker／牛乳	ブルーン 牛乳 クラッcker・せんべい 牛乳
19 (木)	御飯 豆腐すまし汁(わかめ) ポークみそ焼き 切干大根と凍り豆腐の煮物	チーズ／麦茶(浸出液)／米／木綿豆腐、カットわかめ、ねぎ、かつお・昆布だし汁 しょうゆ、食塩／豚肉(肩ロース)、にんじん、たまねぎ、砂糖、しょうゆ、米みそ 本みりん／切り干しだいこん、干ししいたけ、凍り豆腐、油揚げ、にんじん、水 しょうゆ、砂糖／食パン、いちごジャム／牛乳	チーズ お茶 いちごジャムサンド 牛乳
26 (木) 誕生日会	そらまめ御飯 みそ汁(玉ねぎ・油あげ) 鶏つくね(豆腐) ひじきの煮物	チーズ／麦茶(浸出液)／米、そらまめ、こんぶだし、酒、食塩／たまねぎ、にんじん 油揚げ、かつお・昆布だし汁、米みそ／鶏ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、ねぎ、しょうゆ みりん、食塩、片栗粉／ひじき、油揚げ、にんじん、ごま油、しょうゆ、みりん、砂糖 さやえんどう／りんご天然果汁、砂糖、粉かんてん、水、生クリーム 砂糖／牛乳	チーズ お茶 りんごゼリー 牛乳
30 (月)	御飯 みそ汁(チングン菜・だいこん) 肉豆腐(ひき肉) きゅうりのピクルス	せんべい／牛乳／米／チングンサイ、だいこん、ねぎ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁 米みそ／豚ひき肉、焼き豆腐、たまねぎ、ねぎ、えのきたけ、しょうが、しょうゆ、みりん 砂糖／きゅうり、米酢、しょうゆ、砂糖、ごま油、食塩／ほうれんそう、チーズ、ホットケーキ粉 無塩バター、砂糖、牛乳／牛乳	せんべい 牛乳 カップチーズケーキ 牛乳

※材料の都合により、献立の変更もありますのでご了承ください。

	エネルギー	たんぱく質
3歳未満児	433Kcal (Kcal)	18. 1g (g)
3歳以上児	547Kcal (Kcal)	21. 6g (g)

()は、目標量です。



～行事食～

★誕生日会(26日)

昼食

- ・そらまめ御飯
- ・みそ汁(玉ねぎ・油あげ)
- ・鶏つくね(豆腐)
- ・ひじきの煮物

午後おやつ

- ・りんごゼリー
- ・牛乳

日	離乳食12~18(完了食)	離乳食9~11(後期食)	離乳食7~8(中期食)	離乳食開始期(初期食)
2日 (月)	牛前 せんべい 軟飯 みそ汁(こまつな・えのき) こまつな、えのきたけ、ねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ	午前 全粥 みそ汁(こまつな) こまつな、かつお・昆布だし汁、米みそ	7分粥 みそ汁(こまつな) こまつな、かつお・昆布だし汁、米みそ	つぶし粥 野菜のつぶし煮 こまつな、キャベツ、にんじん かつお・昆布だし汁
	昼食 豚肉のしょうが焼き 豚肉(肩ロース)、しょうが、油、しょうゆ、酒	午前 キヤベツと鶏肉の煮物 キヤベツ、鶏ささ身、にんじん、かつお・昆布だし汁 しょうゆ	キヤベツと鶏肉の煮物 キヤベツ、鶏ささ身、にんじん かつお・昆布だし汁、しょうゆ	
	16日 (月)	キヤベツと油揚げの炒め煮 キヤベツ、油揚げ、油、かつお・昆布だし汁 しょうゆ、みりん		
6日 (金)	牛後 せんべい クラッカー	午後 人參粥 米、にんじん 野菜のミルク煮 じやがいも、たまねぎ、にんじん、水、育児用ミルク	人參粥 米、にんじん 野菜のミルク煮 じやがいも、たまねぎ、にんじん 育児用ミルク	
	牛乳	スープ かぼちゃ、かつおだし汁	スープ かぼちゃ、かつおだし汁	
	午前 牛前 豆腐みそ汁(なめこ・ねぎ) 木綿豆腐、なめこ、ねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ	午前 全粥 豆腐みそ汁 木綿豆腐、かつお・昆布だし汁、米みそ	7分粥 豆腐みそ汁 木綿豆腐、かつお・昆布だし汁、米みそ	つぶし粥 豆腐と野菜のつぶし煮 木綿豆腐、にんじん かつお・昆布だし汁
20日 (金)	昼食 豚肉の甘辛煮 角もも肉(皮付き)、砂糖、しょうゆ、酒、水	午前 鶏肉と野菜の煮物 角もも肉(皮付き)、もやし、にんじん、砂糖、しょうゆ、水	鶏肉と野菜の煮物 角もも肉(皮付き)、もやし、にんじん 砂糖、しょうゆ	
	21日 (土)	午後 もやしのごま酢あえ もやし、にんじん、酢、砂糖、ごま ココアホットケーキ ホットケーキ粉、牛乳、ココア(ピュアココア)	午後 雜炊 米、にんじん、ほうれんそう、かつおだし汁 木の葉かぼちゃ 鶏ひき肉、かぼちゃ、にんじん、たまねぎ、食塩、油	雜炊 米、にんじん、ほうれんそう、かつおだし汁 木の葉かぼちゃ 鶏ひき肉、かぼちゃ、にんじん たまねぎ、食塩、油
7日 (土)	午前 せんべい お茶・麦茶			
	午前 わかめうどん ゆでうどん、油揚げ、たまねぎ、にんじん、ほうれんそう カットわかめ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、食塩	午前 煮込みうどん ゆでうどん、たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、カットわかめ かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩	ぐたぐた煮込みうどん ぐたぐた、たまねぎ、にんじん ほうれんそう、カットわかめ かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩	つぶし粥
	オレンジ	午前 オレンジ	オレンジ	野菜のつぶし煮 たまねぎ、にんじん、ほうれんそう じやがいも、かつおだし汁
23日 (月)	午後 せんべい クラッcker	午後 しらす粥 米、しらす干し 鰯と野菜の煮物 焼ふ、たまねぎ、にんじん、砂糖、しょうゆ、かつおだし汁	しらす粥 米、しらす干し 鰯と野菜の煮物 焼ふ、たまねぎ、にんじん、砂糖 しょうゆ、かつおだし汁	
	お茶・麦茶	午後 お茶・麦茶	お茶・麦茶	
	午前 せんべい 牛乳			
9日 (月)	午前 軟飯 みそ汁(あさり) あさり水煮缶、ねぎ、かつおだし汁、米みそ	午前 全粥 みそ汁 じやがいも、かつおだし汁、米みそ	7分粥 みそ汁 じやがいも、かつおだし汁、米みそ	つぶし粥 野菜のつぶし煮 じやがいも、たまねぎ にんじん、かつおだし汁
	昼食 おからからのカリッと揚げ 豚ひき肉、牛ひき肉、おから、たまねぎ、水、食塩 片栗粉、油	午前 豚肉と野菜の煮物 豚ひき肉、チングンサイ、たまねぎ、にんじん、かつおだし汁 砂糖、しょうゆ、片栗粉	豚肉と野菜の煮物 豚ひき肉、チングンサイ、たまねぎ、にんじん かつおだし汁、砂糖、しょうゆ、片栗粉	
	24日 (火)	チングン菜のあえ物 チングンサイ、にんじん、しらす干し、かつおだし汁 しょうゆ、砂糖		
10日 (火)	午後 クラッcker-サンド(パナチーズ) クラッcker、クリームチーズ、ツナ水煮缶 牛乳	午後 豆腐ステーキ野菜あん 木綿豆腐、片栗粉、油、にんじん、たまねぎ、砂糖 しょうゆ、片栗粉	午後 全粥 豆腐ステーキ野菜あん 木綿豆腐、片栗粉、油、にんじん たまねぎ、砂糖、しょうゆ、片栗粉	
	午前 ヨーグルト お茶・麦茶	午前 スープ キヤベツ、かつおだし汁、食塩	午後 スープ キヤベツ、かつおだし汁、食塩	
	午前 軟飯 みそ汁(キャベツ・えのき) キャベツ、えのきたけ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁 米みそ	午前 全粥 みそ汁(キャベツ) キャベツ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、米みそ	7分粥 みそ汁(キャベツ) キャベツ、カットわかめ かつお・昆布だし汁、米みそ	つぶし粥 野菜のつぶし煮 キャベツ、じやがいも、たまねぎ かつお・昆布だし汁
24日 (火)	午前 かじきの照り焼き かじき、しょうゆ、みりん、砂糖 里芋と厚揚げの煮物 さといも、生揚げ、にんじん、かつお・昆布だし汁、しょうゆ 酒、砂糖、いんげん	午前 たらと野菜の煮物 たら、さといも、にんじん、しょうゆ、砂糖	たらと野菜の煮物 たら、さといも、にんじん、しょうゆ、砂糖	
	午後 米粉蒸しパン(オレンジジュース) 米粉、ベーキングパウダー、オレンジ濃縮果汁、油、砂糖 牛乳	午後 雑炊 米、にんじん、ほうれんそう、かつおだし汁 野菜のミルク煮 じやがいも、たまねぎ、にんじん、育児用ミルク、水	午後 雑炊 米、にんじん、ほうれんそう、かつおだし汁 野菜のミルク煮 じやがいも、たまねぎ、にんじん 育児用ミルク	
	午前 ブルーン 牛乳			
11日 (水)	午前 カレーライス 米、豚肉(肩ロース)、じやがいも、たまねぎ、にんじん、油 カレールウ	午前 全粥	7分粥	つぶし粥
	昼食 フレンチサラダ キャベツ、きゅうり、にんじん、ツナ油漬缶、油、酢、食塩 白こしょう オレンジ	午前 ボトル 鶏ささ身、じやがいも、たまねぎ、にんじん、食塩 フレンチサラダ キャベツ、きゅうり、にんじん、食塩	ボトル 鶏ささ身、じやがいも、たまねぎ にんじん、食塩 フレンチサラダ キャベツ、きゅうり、にんじん、食塩	野菜のつぶし煮 キャベツ、じやがいも、たまねぎ にんじん、かつおだし汁
	25日 (水)	午後 クラッcker せんべい 牛乳	午後 しらす粥 米、しらす干し 鰯と野菜の煮物 焼ふ、たまねぎ、にんじん、かつおだし汁、砂糖 しょうゆ、片栗粉 みそ汁 こまつな、米みそ、かつおだし汁	オレンジ しらす粥 米、しらす干し 鰯と野菜の煮物 焼ふ、たまねぎ、にんじん かつおだし汁、砂糖、しょうゆ、片栗粉 みそ汁 こまつな、米みそ、かつおだし汁
12日 (木)	午前 チーズ お茶・麦茶			
	午前 軟飯 みそ汁(こまつな・えのき) こまつな、えのきたけ、ねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ	午前 全粥 みそ汁(こまつな) こまつな、かつお・昆布だし汁、米みそ	7分粥 みそ汁(こまつな) こまつな、かつお・昆布だし汁、米みそ	つぶし粥 野菜のつぶし煮 こまつな、たまねぎ、にんじん じやがいも、かつお・昆布だし汁
	昼食 肉団子 豚ひき肉、豚レバー、たまねぎ、ねぎ、酒、食塩、片栗粉 油、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、砂糖、片栗粉 きゅうりの酢の物(しらす) きゅうり、にんじん、カットわかめ、しらす干し、酢 砂糖、しょうゆ、ごま	午前 肉団子と野菜の煮物 豚ひき肉、たまねぎ、食塩、片栗粉、きゅうり、にんじん かつお・昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、片栗粉	肉団子と野菜の煮物 豚ひき肉、たまねぎ、食塩、片栗粉 きゅうり、にんじん、かつお・昆布だし汁 しょうゆ、砂糖、片栗粉	
12日 (木)	午後 芋もち じやがいも、食塩、片栗粉、油、しょうゆ、あおのり 牛乳	午後 人参粥 米、にんじん じやが芋の煮物 じやがいも、たまねぎ、砂糖、しょうゆ スープ キャベツ、にんじん、食塩、かつおだし汁	午後 人参粥 米、にんじん じやが芋の煮物 じやがいも、たまねぎ、砂糖、しょうゆ スープ キャベツ、にんじん、食塩、かつおだし汁	

日	離乳食12~18(完了食)	離乳食9~11(後期食)	離乳食7~8(中期食)	離乳食開始期(初期食)
13 (金)	牛乳 クラッカー ミートスパゲティー スパゲティ、牛ひき肉、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、油 ケチャップ、ウスター・ソース、しょうゆ、砂糖、食塩、米粉 アスパラとコーンのサラダ キャベツ、グリーンアスパラガス、コーン缶、酢、油、食塩	牛前 午前食 スープスパゲティー スパゲティ、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん ケチャップ、しょうゆ、砂糖、食塩、米粉 アスパラとコーンのサラダ キャベツ、グリーンアスパラガス、コーン缶、食塩	ぐくぐくスープスパゲティー スパゲティ、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん ケチャップ、しょうゆ、砂糖、食塩 アスパラとコーンのサラダ キャベツ、グリーンアスパラガス、コーン缶、食塩	つぶし粥 野菜のつぶし煮 キャベツ、たまねぎ、にんじん かつおだし汁
	フルーツカクテル(もも) みかん缶、もも缶(白桃)、パイント缶	午後 みかん みかん缶	みかん みかん缶	
27 (金)	昆布おにぎり 米、こんぶ佃煮 牛乳	午後 全粥 豆腐と野菜の味噌煮 木綿豆腐、たまねぎ、にんじん、砂糖、米みそ かつおだし汁 スープ だいこん、かつおだし汁、食塩	全粥 豆腐と野菜の味噌煮 木綿豆腐、たまねぎ、にんじん 砂糖、米みそ、かつおだし汁 スープ だいこん、かつおだし汁、食塩	
14 (土)	せんべい お茶・麦茶 きのこうどん	午前 肴込みうどん ゆでうどん、たまねぎ、こまつな、にんじん こまつな、にんじん、ねぎ、かつお・昆布だし汁 しょうゆ、みりん、食塩、片栗粉	ぐくぐく肴込みうどん ゆでうどん、たまねぎ、こまつな、にんじん かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩、片栗粉	つぶし粥 野菜のつぶし煮 たまねぎ、こまつな、にんじん じやがいも、かつおだし汁
	オレンジ せんべい	午後 オレンジ 雑炊 米、にんじん、ほうれんそう、かつおだし汁 ツナじやが ツナ水煮缶、じやがいも、にんじん、昆布だし汁 しょうゆ、砂糖 お茶・麦茶	オレンジ 雑炊 米、にんじん、ほうれんそう、かつおだし汁 ツナじやが ツナ水煮缶、じやがいも、にんじん 昆布だし汁、しょうゆ、砂糖 お茶・麦茶	
28 (土)	午後 クラッcker お茶・麦茶	午後 全粥 マヨネーズ	全粥 マヨネーズ マヨネーズ、きな粉、砂糖、食塩 牛乳	
17 (火)	牛前 軟飯 みそ汁(さつま芋・ねぎ) さつまいも、ねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ	午前 全粥 みそ汁(さつま芋) さつまいも、かつお・昆布だし汁、米みそ	7分粥 みそ汁(さつま芋) さつまいも、かつお・昆布だし汁 米みそ	つぶし粥 たらと野菜のつぶし煮 さつまいも、たら、こまつな にんじん、かつお・昆布だし汁
	昼食 さわらとごぼうの煮つけ さわら、ごぼう、油、しうが、しょうゆ、酒、砂糖 小松菜とコーンの和え物 こまつな、にんじん、コーン缶、しょうゆ、砂糖	午前 たらと野菜の煮つけ たら、こまつな、にんじん、コーン缶、しょうゆ、砂糖	たらと野菜の煮つけ たら、こまつな、にんじん、コーン缶、しょうゆ、砂糖	
31 (火)	午後 マカロニ二きな粉 マカロニ、きな粉、砂糖、食塩 牛乳	午後 全粥 マカロニスープ マカロニ、キャベツ、にんじん、かつおだし汁、食塩 野菜のチーズ焼き かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、とろけるチーズ	全粥 マカロニスープ マカロニ、キャベツ、にんじんかつおだし、食塩 野菜のチーズ焼き かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、とろけるチーズ	
18 (水)	牛前 ブルーン 牛乳 軟飯 みそ汁(だいこん・あげ) だいこん、油揚げ、かつお・昆布だし汁、米みそ	午前 全粥 みそ汁(だいこん) だいこん、かつお・昆布だし汁、米みそ	7分粥 みそ汁(だいこん) だいこん、かつお・昆布だし汁 米みそ	つぶし粥 豆腐と野菜のつぶし煮 だいこん、木綿豆腐、たまねぎ にんじん、かつお・昆布だし汁
	昼食 厚揚げの炒め物 生揚げ、豚ひき肉、たけのこの(ゆで)、たまねぎ にんじん、にら、しめじ、ごま油、しょうゆ 中華だしの素、片栗粉 きゅうりのピクルス きゅうり、米酢、しょうゆ、砂糖、ごま油、食塩	午前 炒り豆腐 木綿豆腐、豚ひき肉、きゅうり、たまねぎ、にんじん しょうゆ、砂糖、かつおだし汁、片栗粉	炒り豆腐 木綿豆腐、豚ひき肉、きゅうり たまねぎ、にんじん、しょうゆ、砂糖 かつおだし汁、片栗粉	
19 (木)	牛後 せんべい クラッcker 牛乳	午後 雑炊 米、ほうれんそう、にんじん、かつおだし汁 鶏肉と野菜のぐず煮 鶏ささ身、にんじん、たまねぎ、かつおだし汁、しょうゆ かつおだし汁	雑炊 米、ほうれんそう、にんじん、かつおだし汁 鶏肉と野菜のぐず煮 鶏ささ身、にんじん、たまねぎ、かつおだし汁、しょうゆ	
誕生会	牛前 チーズ お茶・麦茶	午前 全粥 豆腐すまし汁(わかめ) 木綿豆腐、カットわかめ、ねぎ かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 ボーグミを焼き 豚肉(肩ロース)、にんじん、たまねぎ、砂糖 しょうゆ、米みそ、本みりん 切干大根と凍り豆腐の煮物 切り干し大いこん、干しういたけ、凍り豆腐 油揚げ、にんじん、しょうゆ、砂糖	7分粥 豆腐すまし汁(わかめ) 木綿豆腐、カットわかめ かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 鶏肉と高野豆腐の煮物 鶏ささ身、にんじん、たまねぎ 米みそ	つぶし粥 豆腐と野菜のつぶし煮 だいこん、木綿豆腐、たまねぎ にんじん、かつお・昆布だし汁
	牛後 いちごジャムサンド 食パン、いちごジャム 牛乳	午後 食パン かぼちゃシチュー 豚肉(もも)、にんじん、たまねぎ、かぼちゃ 育児用ミルク みかん みかん缶	パン粥 食パン、育児用ミルク かぼちゃシチュー 豚肉(もも)、にんじん、たまねぎ かぼちゃ、育児用ミルク みかん みかん缶	
26 (木)	牛前 そらまめ御飯 米、そらまめ、こんぶだし、酒、食塩 みそ汁(玉ねぎ・油あげ) たまねぎ、にんじん、油揚げ、かつお・昆布だし汁 米みそ	午前 全粥 みそ汁(玉ねぎ) たまねぎ、にんじん、かつお・昆布だし汁、米みそ	7分粥 みそ汁(玉ねぎ) たまねぎ、にんじん、かつお・昆布だし汁、米みそ	つぶし粥 豆腐と野菜のつぶし煮 たまねぎ、にんじん、木綿豆腐 かつお・昆布だし汁
	昼食 鶏つくね(豆腐) 鶏ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、ねぎ、しょうゆ みりん、食塩、片栗粉 ひじきの煮物 ひじき、油揚げ、にんじん、ごま油、しょうゆ、みりん 砂糖、さやえんどう	午前 鶏つくねとひじきの煮物 鶏ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、しょうゆ、食塩 片栗粉、ひじき、にんじん、砂糖、しょうゆ	鶏つくねとひじきの煮物 鶏ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ しょうゆ、食塩、片栗粉、ひじき にんじん、砂糖、しょうゆ	
30 (月)	牛後 りんごゼリー りんご天然果汁、砂糖、粉かんでん、水 牛乳	午後 人参粥 米、にんじん 木の葉かぼちゃ かぼちゃ、にんじん、たまねぎ、食塩、油 スープ キャベツ、にんじん、かつおだし汁、食塩	人参粥 米、にんじん 木の葉かぼちゃ かぼちゃ、にんじん、たまねぎ 食塩、油 スープ キャベツ、にんじん、かつおだし汁 食塩	つぶし粥 豆腐と野菜のつぶし煮 たまねぎ、にんじん、木綿豆腐 かつお・昆布だし汁
	牛後 せんべい 牛乳	午前 全粥 みそ汁(チンゲン菜・だいこん) チンゲンサイ、だいこん、ねぎ、カットわかめ かつお・昆布だし汁、米みそ 肉豆腐(ひき肉) 豚ひき肉、焼き豆腐、たまねぎ、ねぎ、えのきだけ しょうが、しょうが、みりん、砂糖 きゅうりのピクルス きゅうり、米酢、しょうゆ、砂糖、ごま油、食塩	7分粥 みそ汁(チンゲン菜・だいこん) チンゲンサイ、だいこん、カットわかめ かつお・昆布だし汁、米みそ 肉豆腐(ひき肉) 豚ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、さゅうり しょうが、砂糖	つぶし粥 豆腐と野菜のつぶし煮 木綿豆腐、だいこん、たまねぎ かつお・昆布だし汁
牛後 牛乳	カッブチーズケーキ ほうじそう、チーズ、ホットケーキ粉、無塩バター 砂糖、牛乳	午後 雑炊 米、ほうれんそう、にんじん、かつおだし汁 鶏と野菜の煮物 焼か、たまねぎ、にんじん、米みそ、砂糖 かつおだし汁	雑炊 米、ほうれんそう、にんじん かつおだし汁 鶏と野菜の煮物 焼か、たまねぎ、にんじん、米みそ 砂糖、かつおだし汁	