

2022年10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
1 (土)	スープスパゲティー フルーツカクテル(もも)	せんべい／麦茶(浸出液)／スパゲティ、あさり水煮缶、たまねぎ 赤ピーマン、しめじ、こまつな、にんにく、オリーブ油、水、洋風だしの素 食塩、こしょう／みかん缶、もも缶(白桃)、パイン缶／せんべい ／クラッカー／麦茶(浸出液)	せんべい お茶 せんべい・クラッカー お茶
3 (月)	御飯 納豆汁(だいこん・にんじん) 鶏肉の甘辛煮 かぶと人参の甘酢付け	クラッカー／牛乳／米／挽きわり納豆、だいこん、にんじん、ねぎ、油揚げ 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 ／かぶ、かぶ、葉、にんじん、砂糖、食塩、酢／さつまいも、きな粉、砂糖 食塩／牛乳	クラッcker 牛乳 きな粉ボテト 牛乳
4 (火)	御飯 麸のすまし汁(わかめ) 厚揚げのみそ炒め きゅうりのピクルス	ヨーグルト(加糖)／麦茶(浸出液)／米／焼ふ、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)、生揚げ、たまねぎ にんじん、ねぎ、ピーマン、しょうが、にんにく、ごま油、米みそ、しょうゆ 砂糖、片栗粉／きゅうり、米酢、しょうゆ、砂糖、ごま油、食塩 ／ホットケーキ粉、豆乳／牛乳	ヨーグルト お茶 ホットケーキ 牛乳
5 (水)	御飯 みそ汁(あさり) スタミナ焼肉 チングン菜の昆布和え(もやし)	ブルーン／牛乳／米／あさり水煮缶、ねぎ、かつおだし汁 米みそ／豚肉(肩ロース)、にら、にんじん、たまねぎ、ごま、しょうゆ みりん、油／チングンサイ、もやし、塩こんぶ、ごま油／せんべい ／クラッcker／牛乳	ブルーン 牛乳 せんべい・クラッcker 牛乳
6 (木)	にんじんごはん みそ汁(切干しだいこん・玉ねぎ) 鶏のから揚げ きんぴらごぼう	せんべい／牛乳／米、にんじん、しょうゆ、食塩／切り干しだいこん、たまねぎ カットわかめ、油揚げ、かつお・昆布だし汁、米みそ／鶏もも肉(皮付き)、しょうが にんにく、しょうゆ、みりん、砂糖、食塩、片栗粉／ごぼう、にんじん、ごま油 しょうゆ、砂糖、いんげん／りんご、砂糖、米粉、ベーキングパウダー、豆乳、油 砂糖、干しうどん／牛乳	せんべい 牛乳 りんご蒸しパン(米粉) 牛乳
7 (金)	御飯 すまし汁(じやが芋) さけの西京焼き 白和え(ほうれん草・ひじき)	チーズ／麦茶(浸出液)／米／じやがいも、しいたけ、ねぎ、カットわかめ かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩／さけ、米みそ、みりん、砂糖 ／ほうれんとう、にんじん、ひじき、しょうゆ、木綿豆腐、すりごま、砂糖 食塩／かぼちゃ、小麦粉、ベーキングパウダー、無塩バター、砂糖 牛乳、油／牛乳	チーズ お茶 かぼちゃドーナツ 牛乳
8 (土)	けんちんうどん オレンジ	せんべい／麦茶(浸出液)／ゆでうどん、だいこん、さといも、にんじん ねぎ、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 せんべい・クラッcker お茶
11 (火)	御飯 スープ(豆腐) 豚肉の香味焼き 五目野菜のみそ煮	ヨーグルト(加糖)／麦茶(浸出液)／米／木綿豆腐、カットわかめ、かつおだし汁 食塩、白こしょう／豚肉(肩ロース)、ねぎ、にんにく、油、しょうゆ、酒 ／れんこん、ごぼう、にんじん、さといも、干しうどん、油揚げ、いんげん、油 かつお・昆布だし汁、米みそ、しょうゆ、みりん、砂糖／豆乳、砂糖 コーンスターク、水、みかん缶／牛乳	ヨーグルト お茶 プラマンジエ 牛乳
12 (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(もも)、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、油、酢、食塩、白こしょう ／オレンジ／せんべい／クラッcker／牛乳	ブルーン 牛乳 せんべい・クラッcker 牛乳
13 (木)	御飯 みそ汁(だいこん・にんじん) かじきの竜田揚げ 小松菜のごまあえ	せんべい／牛乳／米／だいこん、にんじん、えのきだけ、かつお・昆布だし汁 米みそ／かじき、しょうが、しょうゆ、酒、片栗粉、油／ごまつな、にんじん 油揚げ、しょうゆ、砂糖、ごま／米、もち米、水、米みそ、砂糖、みりん ／牛乳	せんべい 牛乳 五平餅 牛乳
14 (金)	御飯 きのこのスープ ナゲット(豆腐・もも肉) ひじきのマリネ	チーズ／麦茶(浸出液)／米／しいたけ、しめじ、たまねぎ、にんじん いんげん、油、水、洋風だしの素、食塩／鶏もも肉、食塩、鶏ひき肉 木綿豆腐、たまねぎ、しょうが、にんにく、食塩、こしょう、片栗粉、油 ／ひじき、しょうゆ、砂糖、だいこん、きゅうり、にんじん、ツナ油漬缶、油 酢、食塩／クラッcker、いちごジャム／牛乳	チーズ お茶 クラッckerサンド(いちごジャム) 牛乳
15 (土)	スープスパゲティー フルーツカクテル(もも)	せんべい／麦茶(浸出液)／スパゲティ、あさり水煮缶、たまねぎ 赤ピーマン、しめじ、こまつな、にんにく、オリーブ油、水、洋風だしの素 食塩、こしょう／みかん缶、もも缶(白桃)、パイン缶／せんべい ／クラッcker／麦茶(浸出液)	せんべい お茶 せんべい・クラッcker お茶
17 (月)	きつねうどん 磯辺さつまいも(焼き) りんご	クラッcker／牛乳／干しうどん、油揚げ、しょうゆ、砂糖、たまねぎ、にんじん 鶏もも肉、ねぎ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、食塩／さつまいも 米粉、あおのり、水、油／りんご／米、うめ干し、しらず干し、ごま ／牛乳	クラッcker 牛乳 梅ちりおにぎり 牛乳
18 (火)	御飯 麸のすまし汁(わかめ) 厚揚げのみそ炒め きゅうりのピクルス	ヨーグルト(加糖)／麦茶(浸出液)／米／焼ふ、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)、生揚げ、たまねぎ にんじん、ねぎ、ピーマン、しょうが、にんにく、ごま油、米みそ、しょうゆ 砂糖、片栗粉／きゅうり、米酢、しょうゆ、砂糖、ごま油、食塩 ／ホットケーキ粉、豆乳／牛乳	ヨーグルト お茶 ホットケーキ 牛乳
19 (水)	御飯 みそ汁(あさり) スタミナ焼肉 チングン菜の昆布和え(もやし)	ブルーン／牛乳／米／あさり水煮缶、ねぎ、かつおだし汁 米みそ／豚肉(肩ロース)、にら、にんじん、たまねぎ、ごま、しょうゆ みりん、油／チングンサイ、もやし、塩こんぶ、ごま油／せんべい ／クラッcker／牛乳	ブルーン 牛乳 せんべい・クラッcker 牛乳
20 (木) 誕生会	にんじんごはん みそ汁(ほうれんそう・あげ) ハンバーグ(レバー入り・煮込み) プロコッキーと人参のおかか和え	せんべい／牛乳／米、にんじん、しょうゆ、食塩／ほうれんそう もやし、にんじん、油揚げ、かつお・昆布だし汁、米みそ／豚ひき肉、豚レバー たまねぎ、食塩、片栗粉、油、トマト、ケチャップ、ウスターソース、砂糖／プロコッキー <sup>ー</sup> にんじん、しょうゆ、かつお節／さつまいも、砂糖、豆乳、米粉／牛乳	せんべい 牛乳 もっちりスイートポテト 牛乳

2022年10月

## 予定献立表

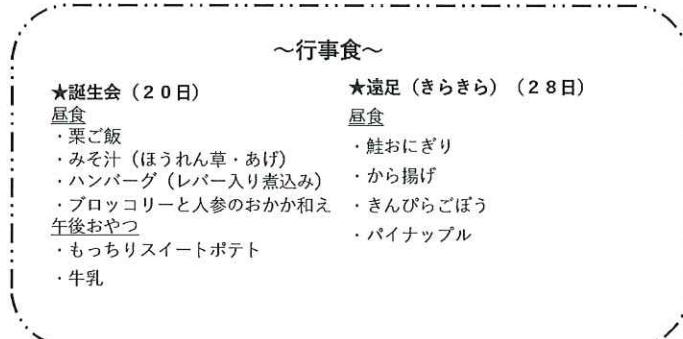
あい音保育園

日付	献立名	材料名	午前おやつ 午後おやつ
21 (金)	御飯 すまし汁(じやが芋) さけの西京焼き 白和え(はうれん草・ひじき)	チーズ/麦茶(浸出液)/米/じゃがいも、しいたけ、ねぎ、カットわかめ かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩/さけ、米みそ、みりん、砂糖 /ほうれんそう、にんじん、ひじき、しょうゆ、木綿豆腐、すりごま、砂糖 食塩/かぼちゃ、小麦粉、ベーキングパウダー、無塩バター、砂糖 牛乳、油/牛乳	チーズ お茶 かぼちゃドーナツ 牛乳
22 (土)	けんちんうどん オレンジ	せんべい/麦茶(浸出液)/ゆでうどん、だいこん、さといも、にんじん ねぎ、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/クラッカー/麦茶(浸出液)	せんべい お茶 せんべい・クラッカー お茶
24 (月)	御飯 納豆汁(だいこん・にんじん) 鶏肉の甘辛煮 かぶと人参の甘酢付け	クラッcker/牛乳/米/挽きわり納豆、だいこん、にんじん、ねぎ、油揚げ 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 /かぶ、かぶ・葉、にんじん、砂糖、食塩、酢/さつまいも、きな粉、砂糖 食塩/牛乳	クラッcker 牛乳 きな粉ボテト 牛乳
25 (火)	御飯 スープ(豆腐) 豚肉の香味焼き 五目野菜のみそ煮	ヨーグルト(加糖)/麦茶(浸出液)/米/木綿豆腐、カットわかめ、かつおだし汁 食塩、白こしょう/豚肉(肩ロース)、ねぎ、にんにく、油、しょうゆ、酒 /れんこん、ごぼう、にんじん、さといも、干しいたけ、油揚げ、いんげん、油 かつお・昆布だし汁、米みそ、しょうゆ、みりん、砂糖/豆乳、砂糖 コーンスターク、水、みかん缶/牛乳	ヨーグルト お茶 プラマンジェ 牛乳
26 (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(もも)、じゃがいも、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、油、酢、食塩、白こしょう /オレンジ/せんべい /クラッcker/牛乳	ブルーン 牛乳 せんべい・クラッcker 牛乳
27 (木) ほかほか遠足	御飯 きのこのスープ ナゲット(豆腐・もも肉) ひじきのマリネ	せんべい/牛乳/米/しいたけ、しめじ、たまねぎ、にんじん いんげん、油、水、洋風だしの素、食塩/鶏もも肉、食塩、鶏ひき肉 木綿豆腐、たまねぎ、砂糖、にんにく、食塩、こしょう、片栗粉、油 /ひじき、しょうゆ、砂糖、だいこん、きゅうり、にんじん、ソナ油漬缶、油 酢、食塩/クラッcker、いちごジャム/牛乳	せんべい 牛乳 クラッckerサンド(いちごジャム) 牛乳
28 (金) きらきら遠足	乳児:鮭おにぎり 幼児:鮭御飯 鶏のから揚げ きんぴらごぼう パイナップル	チーズ/麦茶(浸出液)/米/さけ、ごま/鶏もも肉(皮付き)、しょうが にんにく、しょうゆ、みりん、砂糖、食塩、片栗粉/ごぼう、にんじん、ごま油 /しょうゆ、砂糖、いんげん/パイナップル/りんご、砂糖、米粉、ベーキングパウダー、豆 乳、油、砂糖、干し椎どうり/牛乳	チーズ お茶 りんご蒸しパン(米粉) 牛乳
29 (土)	ツナトマトスパゲティー フルーツポンチ	せんべい/麦茶(浸出液)/スパゲティ、たまねぎ、こまつな、油 ソナ油漬缶、ホールトマト缶詰、ケチャップ、食塩、パセリ粉/もも缶(白桃) パイん缶、みかん缶/せんべい/クラッcker/麦茶(浸出液)	せんべい お茶 せんべい・クラッcker お茶
31 (月)	御飯 みそ汁(だいこん・にんじん) かじきの童田揚げ 小松菜のごまあえ	クラッcker/牛乳/米/だいこん、にんじん、えのきだけ、かつお・昆布だし汁 米みそ/かじき、しょうが、しょうゆ、酒、片栗粉、油、/こまつな、にんじん 油揚げ、しょうゆ、砂糖、ごま/米、もち米、水、米みそ、砂糖、みりん /牛乳	クラッcker 牛乳 五平餅 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	427Kcal (459Kcal)	18.0g (19.5g)
3歳以上児	540Kcal (573Kcal)	21.7g (24.3g)

( )は、目標量です。



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)
1 日 (土)	せんべい お茶・麦茶		
15 日 (土)	スープ・スパゲティー スパゲティー、あさり水煮缶、たまねぎ、赤ピーマン、しめじ、こまつな にんにく、オリーブ油、洋風だしの素、食塩、こしょう フルーツカクテル(もも) みかん缶、もも缶(白桃)、パイン缶	スープ・スパゲティー スパゲティー、ツナ水煮缶、たまねぎ、にんじん、こまつな、かつおだし汁 食塩 フルーツ みかん缶	スープ・スパゲティー スパゲティー、ツナ水煮缶、たまねぎ、にんじん、こまつな かつおだし汁、食塩 フルーツ みかん缶
午後	せんべい クラッカー お茶・麦茶	雑炊 ほうれんそう、にんじん、米、かつおだし汁 さつま芋の煮物 さつまいも、砂糖、しょうゆ お茶・麦茶	雑炊 ほうれんそう、にんじん、米、かつおだし汁 さつま芋の煮物 さつまいも、砂糖、しょうゆ お茶・麦茶
3 日 (月)	牛乳 軟飯 納豆汁(だいこん・にんじん) 挽きわり納豆、だいこん、にんじん、ねぎ、油揚げ かつお・昆布だし汁、米みそ 鶏肉の甘辛煮 鶏もも肉(皮付き)、砂糖、しょうゆ、酒 かぶと人参の甘酢漬け かぶ、かぶ・葉、にんじん、砂糖、食塩、酢	牛前食 全粥 納豆汁(だいこん・にんじん) 挽きわり納豆、だいこん、にんじん、かつお・昆布だし汁、米みそ 鶏肉とかぶの煮物 鶏もも肉(皮付き)、かぶ、にんじん、砂糖、しょうゆ	7分粥 納豆汁(だいこん・にんじん) 挽きわり納豆、だいこん、にんじん、かつお・昆布だし汁、米みそ 鶏肉とかぶの煮物 鶏もも肉(皮付き)、かぶ、にんじん、砂糖、しょうゆ
24 日 (月)	牛後食 きな粉ボーテ さつまいも、きな粉、砂糖、食塩 牛乳	牛後食 人参粥 米、にんじん じゃがいものそぼろ煮 じゃがいも、鶏ひき肉、砂糖、しょうゆ 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 じゃがいものそぼろ煮 じゃがいも、鶏ひき肉、砂糖、しょうゆ スープ キャベツ、にんじん、かつおだし汁、食塩
4 日 (火)	ヨーグルト お茶・麦茶		
18 日 (火)	軟飯 麩のすまし汁(わかめ) 焼ふ、カットわかめ、ねぎ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 厚揚げのひき炒め 豚肉(肩ロース)、生揚げ、たまねぎ、にんじん、ねぎ、ピーマン しょうが、にんにく、ごま油、米みそ、しょうゆ、砂糖、片栗粉 きゅうりのピクリス きゅうり、米絞、しょうゆ、砂糖、ごま油食塩	牛前食 全粥 麩のすまし汁(わかめ) 焼ふ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 豆腐の煮物 鶏ささ身、木綿豆腐、たまねぎ、にんじん、さゅうり、かつおだし汁 米みそ、しょうゆ、砂糖、片栗粉	7分粥 麩のすまし汁(わかめ) 焼ふ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 豆腐の煮物 鶏ささ身、木綿豆腐、たまねぎ、にんじん、きゅうり、かつおだし汁 米みそ、しょうゆ、砂糖、片栗粉
5 日 (水)	牛後食 ホットケーキ ホットケーキ粉、豆乳 牛乳	牛後食 全粥 みそ汁 じゃがいも、たまねぎ、米みそ、かつおだし汁 鶏肉と野菜のくず煮 鶏ささ身、にんじん、だいこん、かつおだし汁、しょうゆ、片栗粉	7分粥 みそ汁 じゃがいも、たまねぎ、米みそ、かつおだし汁 鶏肉と野菜のくず煮 鶏ささ身、にんじん、だいこん、かつおだし汁、しょうゆ、片栗粉
19 日 (水)	牛前食 せんべい クラッcker 牛乳	牛前食 しらす粥 米、しらす干し 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 スープ キャベツ、にんじん、かつおだし汁、食塩	しらす粥 米、しらす干し 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 スープ キャベツ、にんじん、かつおだし汁、食塩
6 日 (木)	牛後食 せんじんごはん にんじんごはん みそ汁(あさり) あさり水煮缶、ねぎ、かつおだし汁、米みそ スタミナ焼肉 豚肉(肩ロース)、にら、にんじん、たまねぎ、ごま、しょうゆ、みりん、油 チングン葉の昆布和え(ちやや) チングンサイ、もやし、唐こんぶ、ごま油	牛前食 にんじん粥 米、にんじん、しょうゆ、食塩 みそ汁(じゃがいも) じゃがいも、かつおだし汁、米みそ 鶏肉とチングンサイの煮物 鶏ささ身、チングンサイ、にんじん、たまねぎ、もやし、しょうゆ、砂糖	にんじん粥 米、にんじん、しょうゆ、食塩 みそ汁(だいこん・玉ねぎ) だいこん、たまねぎ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、米みそ 鶏肉と野菜の煮物 鶏もも肉(皮付き)、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、砂糖、片栗粉
21 日 (金)	牛後食 りんご蒸しパン(米粉) りんご、砂糖、米粉、ベーキングパウダー、豆乳、油、砂糖、干しうどう 牛乳	牛後食 全粥 シチュー 鶏ささ身、にんじん、たまねぎ、じゃがいも、育児用ミルク、小麦粉 バター りんご	7分粥 シチュー 鶏ささ身、にんじん、たまねぎ、じゃがいも、育児用ミルク、小麦粉 バター りんご
7 日 (金)	牛前食 チーズ お茶・麦茶		
22 日 (土)	牛後食 かぼちゃドーナツ かぼちゃ、小麦粉、ベーキングパウダー、無塩バター、砂糖 牛乳、油	牛前食 全粥 すまし汁(じゃが芋) じゃがいも、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 さけと野菜の煮物 さけ、ほうれんそう、にんじん、ひじき、木綿豆腐、米みそ、砂糖	7分粥 すまし汁(じゃが芋) じゃがいも、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 さけと野菜の煮物 さけ、ほうれんそう、にんじん、ひじき、木綿豆腐、米みそ、砂糖
8 日 (土)	牛前食 せんべい お茶・麦茶		
22 日 (土)	牛後食 けんちんうどん ゆでうどん、だいこん、さといも、にんじん、ねぎ かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、食塩 オレンジ	牛前食 煮込みうどん ゆでうどん、だいこん、さといも、にんじん、かつお・昆布だし汁 しょうゆ、食塩 オレンジ	煮込みうどん ゆでうどん、だいこん、さといも、にんじん かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 オレンジ
牛後	せんべい クラッcker お茶・麦茶	牛後食 雑炊 米、ほうれんそう、にんじん、かつおだし汁 じゃがいものミルク煮 じゃがいも、たまねぎ、にんじん、育児用ミルク お茶・麦茶	雑炊 米、ほうれんそう、にんじん、かつおだし汁 じゃがいものミルク煮 じゃがいも、たまねぎ、にんじん、育児用ミルク お茶・麦茶
11 日 (火)	牛前食 ヨーグルト お茶・麦茶		
25 日 (火)	牛後食 軟飯 スープ(豆腐) 木綿豆腐、カットわかめ、かつおだし汁、食塩、白しょう 豚肉の香味焼き 豚肉(肩ロース)、ねぎ、ににく、油、しょうゆ、酒 五目野菜のみぞ煮 れんこん、ごぼう、にんじん、さといも、干しういたけ、油揚げ、油 かつお・昆布だし汁、米みそ、しょうゆ、みりん、砂糖、いんげん	牛前食 全粥 スープ(豆腐) 木綿豆腐、カットわかめ、かつおだし汁、食塩 鶏肉と野菜の煮物 鶏ささ身、にんじん、さといも、凍り豆腐、砂糖、しょうゆ	7分粥 スープ(豆腐) 木綿豆腐、カットわかめ、かつおだし汁、食塩 鶏肉と野菜の煮物 鶏ささ身、にんじん、さといも、凍り豆腐、砂糖、しょうゆ
牛後	ブラマンジェ 豆乳、砂糖、コーンスター、みかん缶 牛乳	牛後食 全粥 みそ汁 チングンサイ、たまねぎ、米みそ、かつおだし汁 木の葉かぼちゃ 卵ひき肉、かぼちゃ、にんじん、たまねぎ、食塩、油	7分粥 みそ汁 チングンサイ、たまねぎ、米みそ、かつおだし汁 木の葉かぼちゃ 卵ひき肉、かぼちゃ、にんじん、たまねぎ、食塩、油

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)
12 日 (水)	ブルーン 牛乳  カレーライス 米、豚肉(もも)、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油、カレールウ フレンチサラダ キャベツ、きゅうり、にんじん、油、酢、食塩、白こしょう オレンジ オレンジ	午前食  全粥 ボトフ じゃさ身、じゃがいも、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 オレンジ オレンジ	7分粥  ボトフ じゃさ身、じゃがいも、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 オレンジ オレンジ
	せんべい クラッカー 牛乳	午後食  鮑全粥 米、さけ水煮缶詰 みそ汁 こまつな、米みそ、かつおだし汁 豆腐と野菜の煮物 木綿豆腐、だいこん、にんじん、砂糖、しょうゆ、かつおだし汁	鮑全粥 米、さけ水煮缶詰 みそ汁 こまつな、米みそ、かつおだし汁 豆腐と野菜の煮物 木綿豆腐、だいこん、にんじん、砂糖、しょうゆ かつおだし汁
26 日 (水)	せんべい クラッカー 牛乳	午後食  鮑全粥 米、さけ水煮缶詰 みそ汁 こまつな、米みそ、かつおだし汁 豆腐と野菜の煮物 木綿豆腐、だいこん、にんじん、砂糖、しょうゆ、かつおだし汁	鮑全粥 米、さけ水煮缶詰 みそ汁 こまつな、米みそ、かつおだし汁 豆腐と野菜の煮物 木綿豆腐、だいこん、にんじん、砂糖、しょうゆ かつおだし汁
13 日 (木)	(13日:せんべい) (31日:クラッカー) 牛乳  軟飯 みそ汁(だいこん・にんじん) だいこん、にんじん、えのきたけ、かつお・昆布だし汁、米みそ	午前食  全粥 みそ汁(だいこん・にんじん) だいこん、にんじん、かつお・昆布だし汁、米みそ	7分粥  みそ汁(だいこん・にんじん) だいこん、にんじん、かつお・昆布だし汁、米みそ
31 日 (月)	かじきの童揚げ かじき、しょうが、しょうゆ、酒、片栗粉、油 小松菜のごまあえ こまつな、にんじん、油揚げ、しょうゆ、砂糖、ごま	午後食  全粥 スープ たまねぎ、キャベツ、かつおだし汁、食塩 すりおろし高野豆腐と野菜の煮物 凍り豆腐、じゃがいも、にんじん、砂糖、かつおだし汁 片栗粉	たらと野菜の煮物 たら、こまつな、にんじん、砂糖、しょうゆ、片栗粉
14 日 (金)	(14日:チーズ) (27日:せんべい) (14日:お茶・麦茶) (27日:牛乳)  軟飯 きのこのスープ しいたけ、しめじ、たまねぎ、にんじん、いんげん、油、洋風だしの素 食塩 ナゲット(豆腐・もも肉) 鶏もも肉、食塩、鶏ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、しょうが、にんにく 食塩、こしょう、片栗粉、油	午前食  全粥 スープ たまねぎ、にんじん、カットわかめ、かつおだし汁、食塩 鶏団子とひじきの煮物 鶏もも肉、食塩、鶏ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、食塩、片栗粉 ひじき、だいこん、きゅうり、にんじん、砂糖、しょうゆ	7分粥  スープ たまねぎ、にんじん、カットわかめ、かつおだし汁、食塩 鶏団子とひじきの煮物 鶏もも肉、食塩、鶏ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、食塩 片栗粉、ひじき、だいこん、きゅうり、にんじん、砂糖、しょうゆ
27 日 (木)	ひじきのマリネ ひじき、しょうゆ、砂糖、だいこん、きゅうり、にんじん、ツナ油漬缶 油、酢、食塩	午後食  全粥(みそ味) 米、さけ、ほうれんそう、かつおだし汁、米みそ スープ トマト、たまねぎ、かつおだし汁、食塩 じゃがいものミルク煮 じゃがいも、たまねぎ、にんじん、育児用ミルク	全粥(みそ味) 米、さけ、ほうれんそう、かつおだし汁、米みそ スープ トマト、たまねぎ、かつおだし汁、食塩 じゃがいものミルク煮 じゃがいも、たまねぎ、にんじん、育児用ミルク
17 日 (月)	クラッカーサンド(いちごジャム) クラッカー、いちごジャム 牛乳	午後食  煮込みうどん 干しudon、たまねぎ、にんじん、鶏もも肉、さつまいも かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 りんご	煮込みうどん 干しudon、たまねぎ、にんじん、鶏もも肉、さつまいも かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 りんご
20 日 (木)	せんべい 牛乳  にんじんごはん 米、にんじん、しょうゆ、食塩 みそ汁(ほれんそう・あけ) ほれんそう、もやし、にんじん、油揚げ、かつお・昆布だし汁、米みそ	午前食  人参粥 米、にんじん みそ汁(ほれんそう) ほれんそう、もやし、にんじん、かつお・昆布だし汁、米みそ	人参粥 米、にんじん みそ汁(ほれんそう) ほれんそう、もやし、にんじん、かつお・昆布だし汁、米みそ
誕生会	ハンバーグ(レバー入り・煮込み) 豚ひき肉、豚レバー、たまねぎ、食塩、片栗粉、油、トマト、ケチャップ ウスターソース、砂糖 プロシッターと人参のおかか和え プロシッター、にんじん、しょうゆ、かつお節	午前食  肉団子とブロッコリーの煮物 豚ひき肉、たまねぎ、食塩、片栗粉、ブロッコリー、にんじん トマト、ケチャップ、しょうゆ、砂糖	肉団子とブロッコリーの煮物 豚ひき肉、たまねぎ、食塩、片栗粉、ブロッコリー にんじん、トマト、ケチャップ、しょうゆ、砂糖
28 日 (金)	もっちりスイートポテト さつまいも、砂糖、豆乳、米粉 牛乳	午後食  全粥 スープ キャベツ、たまねぎ、かつおだし汁、食塩 さつまいも、煮物 さつまいも、砂糖、しょうゆ	7分粥  スープ キャベツ、たまねぎ、かつおだし汁、食塩 さつまいも、煮物 さつまいも、砂糖、しょうゆ
きらきら 遠足	チーズ お茶・麦茶  鮭おにぎり 米、さけ、ごま 鶏のから揚げ 鶏もも肉(皮付き)、しょうが、にんにく、しょうゆ、みりん、砂糖 食塩、片栗粉 きんぴらごぼう ごぼう、にんじん、ごま油、しょうゆ、砂糖、いんげん パイナップル りんご蒸しパン(米粉) りんご、砂糖、米粉、ベーキングパウダー、豆乳、油、砂糖、干しうどん 牛乳	午前食  にんじん粥 米、にんじん、しょうゆ、食塩 みそ汁(だいこん・玉ねぎ) だいこん、たまねぎ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、米みそ 鶏肉と野菜の煮物 鶏もも肉(皮付き)、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、砂糖、片栗粉	にんじん粥 米、にんじん、しょうゆ、食塩 みそ汁(だいこん・玉ねぎ) だいこん、たまねぎ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、米みそ 鶏肉と野菜の煮物 鶏もも肉(皮付き)、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、砂糖、片栗粉
29 日 (土)	せんべい お茶・麦茶  ツナトマトスパゲティー <sup>スパゲティ、たまねぎ、こまつな、油、ツナ油漬缶、ホールトマト缶詰 ケチャップ、食塩、パセリ粉 フルーツパンチ もも缶(白桃)、パイント缶、みかん缶</sup>	午前食  ツナトマトスパゲティー <sup>スパゲティ、たまねぎ、こまつな、ツナ水煮缶、ホールトマト缶詰 ケチャップ、食塩 フルーツ みかん缶</sup>	ツナトマトスパゲティー <sup>スパゲティ、たまねぎ、こまつな、ツナ水煮缶 ホールトマト缶詰、ケチャップ、食塩 フルーツ みかん缶</sup>
午後	せんべい クラッcker お茶・麦茶	午後食  雑炊 米、ほれんそう、にんじん、かつおだし汁 かぼちゃの煮物 かぼちゃ、砂糖、しょうゆ お茶・麦茶	雑炊 米、ほれんそう、にんじん、かつおだし汁 かぼちゃの煮物 かぼちゃ、砂糖、しょうゆ お茶・麦茶