

日付	献立名	材料名	午前おやつ
			午後おやつ
1 (火)	ハヤシライス フレンチサラダ	せんべい/牛乳/米、豚肉(ばら)、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、しめじ 油、ハヤシルウ、ケチャップ/キャベツ、きゅうり、にんじん、ツナ油漬缶、コーン缶、油 酢、食塩、白こしょう/すいか/牛乳	せんべい 牛乳 すいか 牛乳
2 (水)	御飯 すまし汁(こまつな・にんじん) 鶏肉のごまみそ焼き ひじきのマリネ	ブルーン/牛乳/米/こまつな、にんじん、油揚げ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ 食塩/鶏もも肉(皮付き)、米みそ、しょうゆ、みりん、砂糖、ごま/ひじき、しょうゆ 砂糖、だいこん、きゅうり、にんじん、油、酢、食塩/米粉、ベーキングパウダー、豆乳、油 黒砂糖、甘納豆・あずき/牛乳	ブルーン 牛乳 黒糖米粉蒸しパン 牛乳
3 (木)	御飯 みそ汁(なす・にんじん) 厚揚げと豚肉の煮物 きゅうりのピクルス	チーズ/麦茶(浸出液)/米/なす、にんじん、カットわかめ、かつお・昆布だし汁 米みそ/厚揚げ、豚肉(ばら)、たまねぎ、にんじん、しめじ、油、かつお・昆布だし汁 しょうゆ、酒、砂糖/きゅうり、米酢、しょうゆ、砂糖、ごま油、食塩/せんべい /クラッカー/牛乳	チーズ お茶 せんべい・クラッカー 牛乳
4 (金)	御飯 豆腐すまし汁(わかめ) さけの香りみそ焼き 小松菜とコーンの和え物	ヨーグルト/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/さけ、米みそ、酒、みりん、砂糖、ごま、ごま油/こまつな、にんじん、コーン缶 しょうゆ、砂糖/にんじん、無塩バター、米粉、ベーキングパウダー、砂糖、牛乳、チーズ /牛乳	ヨーグルト お茶 人参カップケーキ 牛乳
5 (土)	スープスパゲティ バナナ	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、油、水、洋風だしの素、食塩、こしょう/バナナ/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
7 (月) 七夕	ゆかり御飯 そうめん汁 鶏のから揚げ かぼちゃサラダ(かつおぶし)	ヨーグルト/麦茶(浸出液)/米、しそふりかけ、ごま/干しとうもろこし、にんじん、オクラ かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩/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/かぼちゃ、きゅうり、コーン缶、酢、油、しょうゆ、かつお節 /りんご濃縮果汁、粉かんでん、砂糖、パン缶、生クリーム、砂糖/牛乳	ヨーグルト お茶 キラキラゼリー 牛乳
8 (火)	御飯 みそ汁(あさり) 肉豆腐(ひき肉) きゅうりの土佐あえ	せんべい/牛乳/米/あさり水煮缶、たまねぎ、ねぎ、かつおだし汁、米みそ/ 豚ひき肉、油、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 いんげん/きゅうり、うめ干し、かつお節、酢、しょうゆ、砂糖/米、炊き込みわかめ/牛乳	せんべい 牛乳 わかめおにぎり 牛乳
9 (水)	御飯 みそ汁(じゃがいも・ねぎ) 鶏肉の照り焼き チンゲン菜のあえ物	ブルーン/牛乳/米/じゃがいも、ねぎ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁 米みそ/鶏もも肉(皮付き)、しょうゆ、砂糖、みりん、しょうが、片栗粉/チンゲンサイ にんじん、かつおだし汁、しょうゆ、砂糖/米粉、ベーキングパウダー、砂糖 いちごジャム、豆乳、油/牛乳	ブルーン 牛乳 いちご蒸しパン 牛乳
10 (木)	御飯 みそ汁(切り干しだいこん) スタミナ焼肉 きんぴらごぼう	チーズ/麦茶(浸出液)/米/切り干しだいこん、たまねぎ、カットわかめ かつお・昆布だし汁、米みそ/豚肉(ロース)、にら、にんじん、たまねぎ、ごま、しょうゆ みりん、油/ごぼう、にんじん、ごま油、しょうゆ、砂糖、いんげん/せんべい/クラッカー /牛乳	チーズ お茶 せんべい・クラッカー 牛乳
11 (金)	御飯 みそ汁(キャベツ・えのき) かじきの竜田揚げ おくらのおかかあえ	ヨーグルト/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、しょうが、しょうゆ、酒、片栗粉、油/オクラ、にんじん、しょうゆ、かつお節 /米粉、ココア(ピュアココア)、ベーキングパウダー、砂糖、豆乳、油/牛乳	ヨーグルト お茶 米粉のココアケーキ 牛乳
12 (土)	わかめうどん フルーツカクテル(もも)	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/みかん缶、もも缶(白桃) パン缶/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
14 (月)	御飯 みそ汁(こまつな) 豚肉のしょうが焼き 切干大根の旨煮	ヨーグルト/麦茶(浸出液)/米/こまつな、にんじん、カットわかめ、かつお・昆布だし汁 米みそ/豚肉(ロース)、しょうが、しょうゆ、酒/切り干しだいこん、にんじん、油揚げ かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、砂糖、いんげん/焼ふ、バター、砂糖/牛乳	ヨーグルト お茶 麩ラスク 牛乳
15 (火)	ハヤシライス フレンチサラダ	せんべい/牛乳/米、豚肉(ばら)、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、しめじ 油、ハヤシルウ、ケチャップ/キャベツ、きゅうり、にんじん、ツナ油漬缶、コーン缶、油 酢、食塩、白こしょう/すいか/牛乳	せんべい 牛乳 すいか 牛乳
16 (水)	御飯 すまし汁(こまつな・にんじん) 鶏肉のごまみそ焼き ひじきのマリネ	ブルーン/牛乳/米/こまつな、にんじん、油揚げ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ 食塩/鶏もも肉(皮付き)、米みそ、しょうゆ、みりん、砂糖、ごま/ひじき、しょうゆ 砂糖、だいこん、きゅうり、にんじん、油、酢、食塩/米粉、ベーキングパウダー、豆乳、油 黒砂糖、甘納豆・あずき/牛乳	ブルーン 牛乳 黒糖米粉蒸しパン 牛乳
17 (木)	御飯 みそ汁(なす・にんじん) 厚揚げと豚肉の煮物 きゅうりのピクルス	チーズ/麦茶(浸出液)/米/なす、にんじん、カットわかめ、かつお・昆布だし汁 米みそ/厚揚げ、豚肉(ばら)、たまねぎ、にんじん、しめじ、油、かつお・昆布だし汁 しょうゆ、酒、砂糖/きゅうり、米酢、しょうゆ、砂糖、ごま油、食塩/せんべい /クラッカー/牛乳	チーズ お茶 せんべい・クラッカー 牛乳
18 (金)	御飯 豆腐すまし汁(わかめ) さけの香りみそ焼き 小松菜とコーンの和え物	ヨーグルト/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/さけ、米みそ、酒、みりん、砂糖、ごま、ごま油/こまつな、にんじん、コーン缶 しょうゆ、砂糖/にんじん、無塩バター、米粉、ベーキングパウダー、砂糖、牛乳、チーズ /牛乳	ヨーグルト お茶 人参カップケーキ 牛乳

日付	献立名	材料名	午前おやつ
			午後おやつ
19 (土)	スープパゲティ バナナ	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、油、水、洋風だしの素、食塩、こしょう/バナナ/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
22 (火)	御飯 みそ汁(あさり) 肉豆腐(ひき肉) きゅうりの土佐あえ	せんべい/牛乳/米/あさり水煮缶、たまねぎ、ねぎ、かつおだし汁、米みそ/ 豚ひき肉、油、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 いんげん/きゅうり、うめ干し、かつお節、酢、しょうゆ、砂糖/米、炊き込みわかめ/牛乳	せんべい 牛乳 わかめおにぎり 牛乳
23 (水) 誕生会	にんじんごはん みそ汁(玉ねぎ・油あげ) ハンバーグ(煮込み) いんげんのごま和え	チーズ/麦茶(浸出液)/米、にんじん、しょうゆ、食塩/たまねぎ、にんじん、油揚げ かつお・昆布だし汁、米みそ/豚ひき肉、たまねぎ、食塩、片栗粉、油、ダイストマト缶詰 ケチャップ、ウスターソース、砂糖/いんげん、キャベツ、にんじん、しょうゆ、すりごま、砂糖 /粉かんでん、水、砂糖、みかん缶、パイン缶、もも缶(白桃)/牛乳	チーズ お茶 フルーツのゼリーかけ 牛乳
24 (木)	御飯 みそ汁(じゃがいも・ねぎ) 鶏肉の照り焼き チンゲン菜のあえ物	ブルーン/牛乳/米/じゃがいも、ねぎ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁 米みそ/鶏もも肉(皮付き)、しょうゆ、砂糖、みりん、しょうが、片栗粉/チンゲンサイ にんじん、かつおだし汁、しょうゆ、砂糖/米粉、ベーキングパウダー、砂糖 いちごジャム、豆乳、油/牛乳	ブルーン 牛乳 いちご蒸しパン 牛乳
25 (金)	御飯 みそ汁(キャベツ・えのき) かじきの竜田揚げ おくらのおかか和え	ヨーグルト/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、しょうが、しょうゆ、酒、片栗粉、油/オクラ、にんじん、しょうゆ、かつお節 /米粉、ココア(ピュアココア)、ベーキングパウダー、砂糖、豆乳、油/牛乳	ヨーグルト お茶 米粉のココアケーキ 牛乳
26 (土)	わかめうどん フルーツカクテル(もも)	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/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
28 (月)	御飯 みそ汁(こまつな) 豚肉のしょうが焼き 切干大根の旨煮	ヨーグルト/麦茶(浸出液)/米/こまつな、にんじん、カットわかめ、かつお・昆布だし汁 米みそ/豚肉(ロース)、しょうが、しょうゆ、酒/切り干しだいこん、にんじん、油揚げ かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、砂糖、いんげん/焼ふ、バター、砂糖/牛乳	ヨーグルト お茶 麩ラスク 牛乳
29 (火)	御飯 はるさめスープ(キャベツ) マーボー豆腐 もやしの中華風和え物	せんべい/牛乳/米/はるさめ、キャベツ、ねぎ、中華だしの素、しょうゆ/木綿豆腐 豚ひき肉、ねぎ、しょうが、ごま油、しょうゆ、米みそ、砂糖、酒、水、片栗粉/もやし にんじん、こまつな、酢、ごま油、しょうゆ、砂糖/とうもろこし/牛乳	せんべい 牛乳 ゆでとうもろこし 牛乳
30 (水)	御飯 みそ汁(かぼちゃ・ねぎ) 鶏肉の甘辛煮 小松菜のごま和え(コーン)	ブルーン/牛乳/米/かぼちゃ、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/こまつな、にんじん、コーン缶、しょうゆ、すりごま、砂糖/ぶどう天然果汁 砂糖、粉かんでん、水/牛乳	ブルーン 牛乳 ぶどうゼリー 牛乳
31 (木)	御飯 みそ汁(切り干しだいこん) スタミナ焼肉 きんぴらごぼう	チーズ/麦茶(浸出液)/米/切り干しだいこん、たまねぎ、カットわかめ かつお・昆布だし汁、米みそ/豚肉(ロース)、にら、にんじん、たまねぎ、ごま、しょうゆ みりん、油/ごぼう、にんじん、ごま油、しょうゆ、砂糖、いんげん/せんべい/クラッカー /牛乳	チーズ お茶 せんべい・クラッカー 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	420Kcal	17.5g
	(461Kcal)	(19.6g)
3歳以上児	535Kcal	21.3g
	(573Kcal)	(24.4g)

( )は、目標量です。



～行事食～

★七夕(7日)

昼食

- ・ゆかり御飯
- ・そうめん汁
- ・鶏のから揚げ
- ・かぼちゃサラダ

午後おやつ

- ・キラキラゼリー
- ・牛乳



★誕生会(23日)

昼食

- ・にんじんごはん
- ・みそ汁
- ・ハンバーグ(煮込み)
- ・いんげんのごま和え

午後おやつ

- ・フルーツのゼリーかけ
- ・牛乳

	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(火)	午前 せんべい 牛乳		
	昼食 ハヤシライス 米、豚肉(ばら)、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、しめじ、油 ハヤシルウ、ケチャップ フレンチサラダ キャベツ、きゅうり、にんじん、ツナ油漬缶、コーン缶、油、酢 食塩、白こしょう	午前食 全粥 ポトフ 豚ひき肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、キャベツ ケチャップ	7分粥 ポトフ 豚ひき肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん キャベツ、ケチャップ
15日(火)	午後 すいか 牛乳	午後食 全粥 麺と野菜の煮物 焼ふ、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ 砂糖、片栗粉 すいか	7分粥 麺と野菜の煮物 焼ふ、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ 砂糖、片栗粉 すいか
	2日(水)	午前 ブルーベリー 牛乳	
16日(水)	昼食 軟飯 すまし汁(こまつな・にんじん) こまつな、にんじん、油揚げ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 鶏肉のごまみそ焼き 鶏もも肉(皮付き)、米みそ、しょうゆ、みりん、砂糖、ごま 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、油 酢、食塩 黒糖米粉蒸しパン 米粉、ベーキングパウダー、豆乳、油、黒砂糖、甘納豆、あずき 牛乳	午前食 全粥 すまし汁(こまつな・にんじん) こまつな、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ、食塩 鶏肉と野菜の煮物 鶏ひき肉、にんじん、たまねぎ、だいこん、米みそ しょうゆ、砂糖、片栗粉	7分粥 すまし汁(こまつな・にんじん) こまつな、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ、食塩 鶏肉と野菜の煮物 鶏ひき肉、にんじん、たまねぎ、だいこん、米みそ しょうゆ、砂糖、片栗粉
	午後 味増汁(こまつな) こまつな、昆布だし汁、米みそ 野菜のそぼろ煮 豚ひき肉、だいこん、にんじん、昆布だし汁、砂糖 しょうゆ、片栗粉	7分粥 味増汁(こまつな) こまつな、昆布だし汁、米みそ 野菜のそぼろ煮 豚ひき肉、だいこん、にんじん、昆布だし汁、砂糖 しょうゆ、片栗粉	
3日(木)	午前 チーズ お茶・麦茶		
	昼食 軟飯 みそ汁(なす・にんじん) なす、にんじん、カットわかめ かつお・昆布だし汁、米みそ 厚揚げと豚肉の煮物 生揚げ、豚肉(ばら)、たまねぎ、にんじん、しめじ、油 かつお・昆布だし汁、しょうゆ、酒、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	午前食 全粥 みそ汁(なす・にんじん) なす、にんじん、カットわかめ 昆布だし汁、米みそ 豆腐と野菜の煮物 木綿豆腐、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん 昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、片栗粉	7分粥 みそ汁(なす・にんじん) なす、にんじん、カットわかめ 昆布だし汁、米みそ 豆腐と野菜の煮物 木綿豆腐、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん 昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、片栗粉
17日(木)	午後 せんべい クラッカー 牛乳	午後食 にんじん粥 米、にんじん スープ(豆腐) 木綿豆腐、昆布だし汁、食塩 かぼちゃの煮物 かぼちゃ、砂糖、しょうゆ	にんじん粥 米、にんじん スープ(豆腐) 木綿豆腐、昆布だし汁、食塩 かぼちゃの煮物 かぼちゃ、砂糖、しょうゆ
	4日(金)	午前 ヨーグルト お茶・麦茶	
18日(金)	昼食 軟飯 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 さけの香りみそ焼き さけ、米みそ(淡色辛みそ)、酒、みりん、砂糖、ごま、ごま油 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	午前食 全粥 豆腐すまし汁(わかめ) 木綿豆腐、カットわかめ、昆布だし汁、しょうゆ、食塩 さけと野菜の煮物 さけ、こまつな、にんじん、米みそ、砂糖、片栗粉	7分粥 豆腐すまし汁(わかめ) 木綿豆腐、カットわかめ、昆布だし汁、しょうゆ 食塩 さけと野菜の煮物 さけ、こまつな、にんじん、米みそ、砂糖、片栗粉
	午後 にんじんカップケーキ にんじん、無塩バター、米粉、ベーキングパウダー 砂糖、牛乳、チーズ 牛乳	午後食 全粥 味増汁(こまつな) こまつな、昆布だし汁、米みそ 野菜のチーズ焼き じゃがいも、たまねぎ、にんじん、とろけるチーズ	7分粥 味増汁(こまつな) こまつな、昆布だし汁、米みそ 野菜のチーズ焼き じゃがいも、たまねぎ、にんじん、とろけるチーズ
5日(土)	午前 せんべい お茶・麦茶		
	昼食 スープスパゲティ 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、油、水、洋風だしの素、食塩、こしょう バナナ バナナ	午前食 スープスパゲティ スパゲティ、ツナ水煮缶、たまねぎ、にんじん 昆布だし汁、食塩 みかん みかん缶	スープスパゲティ スパゲティ、ツナ水煮缶、たまねぎ、にんじん 昆布だし汁、食塩 みかん みかん缶
19日(土)	午後 せんべい クラッカー お茶・麦茶	午後食 雑炊 米、こまつな、にんじん、昆布だし汁 お茶・麦茶 かぼちゃの煮物 かぼちゃ、砂糖、しょうゆ	雑炊 米、こまつな、にんじん、昆布だし汁 お茶・麦茶 かぼちゃの煮物 かぼちゃ、砂糖、しょうゆ
	7日(月)	午前 ヨーグルト お茶・麦茶	
七夕の集い	昼食 ゆかり御飯 米、しそふりかけ、ごま そうめん汁 干しそうめん、にんじん、オクラ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ 食塩 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 かぼちゃサラダ(かつおぶし) かぼちゃ、きゅうり、コーン缶、酢、油、しょうゆ、かつお節 七タ・キラキラゼリー りんご濃縮果汁、粉かんでん、砂糖、バイン缶、生クリーム、砂糖 牛乳	午前食 にんじん粥 米、にんじん そうめん汁 干しそうめん、にんじん、昆布だし汁 しょうゆ、食塩 鶏ひき肉と野菜の煮物 鶏ひき肉、かぼちゃ、たまねぎ しょうゆ、砂糖、食塩、片栗粉	にんじん粥 米、にんじん そうめん汁 干しそうめん、にんじん、昆布だし汁 しょうゆ、食塩 鶏ひき肉と野菜の煮物 鶏ひき肉、かぼちゃ、たまねぎ しょうゆ、砂糖、食塩、片栗粉
	午後 全粥 麺のみそ汁 焼ふ、昆布だし汁、米みそ かぼちゃのミルク煮 豚ひき肉、にんじん、たまねぎ かぼちゃ、育児用ミルク、片栗粉	7分粥 麺のみそ汁 焼ふ、昆布だし汁、米みそ かぼちゃのミルク煮 豚ひき肉、にんじん、たまねぎ かぼちゃ、育児用ミルク、片栗粉	
8日(火)	午前 せんべい 牛乳		
	昼食 軟飯 みそ汁(あさり) あさり水煮缶、たまねぎ、ねぎ、かつおだし汁、米みそ 肉豆腐(ひき肉) 豚ひき肉、油、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、いんげん きゅうりの土佐あえ きゅうり、うめ干し、かつお節、酢、しょうゆ、砂糖	午前食 全粥 みそ汁 じゃがいも、たまねぎ、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、にんじん しょうゆ、砂糖、片栗粉	7分粥 みそ汁 じゃがいも、たまねぎ、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、にんじん しょうゆ、砂糖、片栗粉
22日(火)	午後 わかめおにぎり 米、炊き込みわかめ 牛乳	午後食 全粥 スープ(豆腐) 木綿豆腐、昆布だし汁、食塩 ツナとじゃがの煮物 ツナ水煮缶、じゃがいも、にんじん、昆布だし汁 しょうゆ、砂糖	7分粥 スープ(豆腐) 木綿豆腐、昆布だし汁、食塩 ツナとじゃがの煮物 ツナ水煮缶、じゃがいも、にんじん、昆布だし汁 しょうゆ、砂糖

		離乳食12~18(完了食)		離乳食9~11(後期食)		離乳食7~8(中期食)	
9日(水)	午前	ブルーーン 牛乳					
	昼食	軟飯 みそ汁(じゃがいも・ねぎ) じゃがいも、ねぎ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、米みそ		全粥 みそ汁(じゃがいも) じゃがいも、カットわかめ、昆布だし汁、米みそ	午前食	7分粥 みそ汁(じゃがいも) じゃがいも、カットわかめ、昆布だし汁、米みそ	
24日(木)	午前	鶏肉の照り焼き 鶏もも肉(皮付き)、しょうゆ、砂糖、みりん、しょうが、片栗粉		鶏ひき肉と野菜の煮物 鶏ひき肉、チンゲンサイ、にんじん、しょうゆ、砂糖 食塩、片栗粉		鶏ひき肉と野菜の煮物 鶏ひき肉、チンゲンサイ、にんじん、しょうゆ、砂糖 食塩、片栗粉	
	午後	いちご蒸しパン 米粉、ベーキングパウダー、砂糖、いちごジャム、豆乳、油 牛乳		全粥 スープ(チンゲンサイ) チンゲンサイ、たまねぎ、昆布だし汁、食塩 鶏ひき肉とじゃが芋の煮物 鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん 昆布だし汁、しょうゆ、砂糖	午後食	7分粥 スープ(チンゲンサイ) チンゲンサイ、たまねぎ、昆布だし汁、食塩 鶏ひき肉とじゃが芋の煮物 鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん 昆布だし汁、しょうゆ、砂糖	
10日(木)	午前	チーズ お茶・麦茶					
	昼食	軟飯 みそ汁(切干しだいこん) 切干しだいこん、たまねぎ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁 米みそ スタミナ焼肉 豚肉(ロース)、にら、にんじん、たまねぎ、ごま、しょうゆ、みりん 油 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		全粥 みそ汁(だいこん) だいこん、たまねぎ、カットわかめ、昆布だし汁 米みそ 豚ひき肉と野菜の煮物 豚ひき肉、にんじん、たまねぎ、砂糖、しょうゆ 片栗粉	午前食	7分粥 みそ汁(だいこん) だいこん、たまねぎ、カットわかめ、昆布だし汁 米みそ 豚ひき肉と野菜の煮物 豚ひき肉、にんじん、たまねぎ、砂糖、しょうゆ 片栗粉	
31日(木)	午前	せんべい クラッカー 牛乳		全粥 スープ(だいこん) だいこん、にんじん、昆布だし汁、食塩 鶏ひき肉のそぼろ煮 鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁 しょうゆ、砂糖、片栗粉	午後食	7分粥 スープ(だいこん) だいこん、にんじん、昆布だし汁、食塩 鶏ひき肉のそぼろ煮 鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁 しょうゆ、砂糖、片栗粉	
	午後	ヨーグルト お茶・麦茶					
11日(金)	午前	軟飯 みそ汁(キャベツ・えのき) キャベツ、えのき、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、米みそ		全粥 みそ汁(キャベツ) キャベツ、カットわかめ、昆布だし汁、米みそ	午前食	7分粥 みそ汁(キャベツ) キャベツ、カットわかめ、昆布だし汁、米みそ	
	昼食	かじきの竜田揚げ かじき、しょうが、しょうゆ、酒、片栗粉、油 おくらのおかか和え オクラ、にんじん、しょうゆ、かつお節		たらと野菜の煮物 たら、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、砂糖、片栗粉		たらと野菜の煮物 たら、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、砂糖、片栗粉	
25日(金)	午前	米粉のココアケーキ 米粉、ココア(ビュココア)、ベーキングパウダー、砂糖 豆乳、油		全粥 スープ(豆腐) 木綿豆腐、昆布だし汁、食塩 かぼちゃの煮物 かぼちゃ、砂糖、しょうゆ	午後食	7分粥 スープ(豆腐) 木綿豆腐、昆布だし汁、食塩 かぼちゃの煮物 かぼちゃ、砂糖、しょうゆ	
	午後	せんべい クラッカー お茶・麦茶		雑炊 米、ほうれんそう、にんじん、昆布だし汁 さつま芋の煮物 さつま芋、砂糖、しょうゆ	午後食	雑炊 米、ほうれんそう、にんじん、昆布だし汁 さつま芋の煮物 さつま芋、砂糖、しょうゆ	
12日(土)	午前	わかも煮込みうどん 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 フルーツカクテル(もも) みかん缶、もも缶(白桃)、パイン缶		わかも煮込みうどん 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、昆布だし汁、しょうゆ、食塩 フルーツ みかん缶	午前食	わかも煮込みうどん 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、昆布だし汁、しょうゆ、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					
14日(月)	午前	ヨーグルト お茶・麦茶					
	昼食	軟飯 みそ汁(こまつな) こまつな、にんじん、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、米みそ 豚肉のしょうが焼き 豚肉(ロース)、しょうが、しょうゆ、酒 切干大根の旨煮 切干しだいこん、にんじん、油揚げ、かつお・昆布だし汁 しょうゆ、みりん、砂糖、いんげん		全粥 みそ汁(こまつな) こまつな、にんじん、カットわかめ、昆布だし汁、米みそ 豚ひき肉と野菜の煮物 豚ひき肉、だいこん、にんじん、しょうゆ、砂糖 片栗粉	午前食	7分粥 みそ汁(こまつな) こまつな、にんじん、カットわかめ、昆布だし汁 米みそ 豚ひき肉と野菜の煮物 豚ひき肉、だいこん、にんじん、しょうゆ、砂糖 片栗粉	
28日(月)	午前	麩ラスク 焼ふ、バター、砂糖 牛乳		スープ(だいこん) だいこん、にんじん、昆布だし汁、食塩 麩と野菜の煮物 焼ふ、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ 砂糖、片栗粉	午後食	スープ(だいこん) だいこん、にんじん、昆布だし汁、食塩 麩と野菜の煮物 焼ふ、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ 砂糖、片栗粉	
	午後	チーズ お茶・麦茶					
23日(水)	午前	にんじんごはん 米、にんじん、しょうゆ、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 ハンバーグ(煮込み) 豚ひき肉、たまねぎ、食塩、片栗粉、油、ダイストマト缶詰 ケチャップ、ウスターソース、砂糖 いんげんのごま和え いんげん、キャベツ、にんじん、しょうゆ、すりごま、砂糖		にんじん粥 米、にんじん みそ汁(玉ねぎ) たまねぎ、にんじん、昆布だし汁、米みそ 豚ひき肉と野菜の煮物 豚ひき肉、たまねぎ、キャベツ、にんじん、食塩 ダイストマト缶詰、ケチャップ、砂糖、片栗粉	午前食	にんじん粥 米、にんじん みそ汁(玉ねぎ) たまねぎ、にんじん、昆布だし汁、米みそ 豚ひき肉と野菜の煮物 豚ひき肉、たまねぎ、キャベツ、にんじん、食塩 ダイストマト缶詰、ケチャップ、砂糖、片栗粉	
	午後	フルーツのゼリーがけ 粉かんでん、水、砂糖、みかん缶、パイン缶、もも缶(白桃)		全粥 野菜のチーズ焼き じゃがいも、たまねぎ、にんじん、とろけるチーズ フルーツ みかん缶	午後食	7分粥 野菜のチーズ焼き じゃがいも、たまねぎ、にんじん、とろけるチーズ フルーツ みかん缶	
29日(火)	午前	せんべい 牛乳					
	昼食	軟飯 はるきめスープ(キャベツ) はるきめ、キャベツ、ねぎ、中華だしの素、しょうゆ マーボー豆腐 木綿豆腐、豚ひき肉、ねぎ、しょうが、ごま油、しょうゆ、米みそ 砂糖、酒、片栗粉 もやしの中華風和え物 もやし、にんじん、こまつな、酢、ごま油、しょうゆ、砂糖		全粥 スープ(キャベツ) キャベツ、昆布だし汁、しょうゆ 豆腐の煮物 木綿豆腐、豚ひき肉、もやし、にんじん、こまつな しょうゆ、米みそ、砂糖、片栗粉	午前食	7分粥 スープ(キャベツ) キャベツ、昆布だし汁、しょうゆ 豆腐の煮物 木綿豆腐、豚ひき肉、もやし、にんじん、こまつな しょうゆ、米みそ、砂糖、片栗粉	
30日(水)	午前	ブルーーン 牛乳					
	昼食	軟飯 みそ汁(かぼちゃ・ねぎ) かぼちゃ、ねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ 鶏肉の旨辛煮 鶏もも肉(皮付き)、砂糖、しょうゆ、酒 小松菜のごま和え(コーン) こまつな、にんじん、コーン缶、しょうゆ、すりごま、砂糖 ぶどうゼリー ぶどう天然果汁、砂糖、粉かんでん		全粥 みそ汁(かぼちゃ) かぼちゃ、昆布だし汁、米みそ 鶏ひき肉と野菜の煮物 鶏ひき肉、こまつな、にんじん、砂糖、しょうゆ 片栗粉	午前食	7分粥 みそ汁(かぼちゃ) かぼちゃ、昆布だし汁、米みそ 鶏ひき肉と野菜の煮物 鶏ひき肉、こまつな、にんじん、砂糖、しょうゆ 片栗粉	
30日(水)	午後	ぶどうゼリー ぶどう天然果汁、砂糖、粉かんでん		全粥 スープ こまつな、たまねぎ、昆布だし汁、食塩 かぼちゃのミルク煮 かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、育児用ミルク	午後食	7分粥 スープ こまつな、たまねぎ、昆布だし汁、食塩 かぼちゃのミルク煮 かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、育児用ミルク	