2026年7月

予 定 献 立 表

えがお保育園

日付	献立名	材料名	午前おやつ 午後おやつ
1 (水) 15 (水)	ハヤシライス フレンチサラダ　旬の食材	ヨーグルト／麦茶(浸出液)／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	ヨーグルト(ドリンク) 麦茶 すいか 牛乳
2 (木) 16 (木)	御飯 豆腐みそ汁(わかめ) スタミナ焼肉 ひじきの煮物	クラッカー／牛乳／米／木綿豆腐、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／ひじき、油揚げ、にんじん ごま油、しょうゆ、みりん、砂糖、いんげん／豆乳、水、片栗粉、砂糖、きな粉／牛乳	クラッカー 牛乳 豆乳もち 牛乳
3 (金) 17 (金)	御飯 みそ汁(かぼちゃ・ねぎ) 鶏肉のマーマレード焼き チンゲン菜のあえ物	チーズ／麦茶(浸出液)／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) しょうゆ、砂糖、食塩、マーマレード、片栗粉／チンゲンサイ、にんじん、しらす干し、かつおだし汁 しょうゆ、砂糖／米、炊き込みわかめ／牛乳	チーズ 麦茶 わかめおにぎり 牛乳
4 (土) 18 (土)	ツナトマトスパゲティー オレンジ	せんべい／麦茶(浸出液)／スパゲティ、たまねぎ、こまつな、油、ツナ油漬缶、カットトマト缶詰 ケチャップ、食塩、パセリ粉／オレンジ／せんべい／クラッカー／麦茶(浸出液)	せんべい 麦茶 せんべい・クラッカー 麦茶
6 (月) 27 (月)	御飯 みそ汁(さつま芋・ねぎ) ポークチャップ 小松菜とコーンの和え物	クラッカー／牛乳／さつまいも、ねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ／豚肉(ロース) ケチャップ、中濃ソース、酒、砂糖、たまねぎ／こまつな、にんじん、コーン缶、しょうゆ 砂糖／ホットケーキ粉、油、砂糖、豆乳、レモン果汁／牛乳	クラッカー 牛乳 レモンケーキ 牛乳
7 (火) 七夕の集い	ゆかり御飯 そうめん汁　旬の食材 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 粉かんてん、砂糖、パイン缶、生クリーム、砂糖／牛乳	ヨーグルト(ドリンク) 麦茶 七夕　キラキラゼリー 牛乳
8 (水) 22 (水)	御飯 みそ汁(あさり)　旬の食材 厚揚げと豚肉の煮物 きゅうりと人参の昆布あえ	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／生揚げ、豚肉(ばら) たまねぎ、にんじん、油、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、酒、砂糖、いんげん／きゅうり、にんじん 塩こんぶ／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	せんべい 牛乳 米粉のココアケーキ 牛乳
9 (木) 30 (木)	御飯 きのこのスープ 鶏肉のトマト煮 じゃがいもの青のり和え	クラッカー／牛乳／米／えのきたけ、しめじ、たまねぎ、油、水、洋風だしの素、食塩／ 鶏もも肉(皮付き)、食塩、白こしょう、小麦粉、油、たまねぎ、ピーマン、油 カットトマト缶詰、ケチャップ、ウスターソース、砂糖／じゃがいも、食塩、あおのり／米 もち米、水、砂糖、みりん／牛乳	クラッカー 牛乳 五平餅 牛乳
10 (金) 24 (金)	御飯 豆腐すまし汁(わかめ) さけの香りみそ焼き 大根と豚肉の煮物	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、片栗粉／豚肉(もも) だいこん、にんじん、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、酒、砂糖、いんげん、／小麦粉 ベーキングパウダー、砂糖、いちごジャム、豆乳、油／牛乳	ヨーグルト(ドリンク) 麦茶 いちご蒸しパン 牛乳
11 (土) 25 (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、／せんべい ／クラッカー／麦茶(浸出液)	せんべい 麦茶 せんべい・クラッカー 麦茶
13 (月) 29 (水)	御飯 みそ汁(こまつな)　旬の食材 豚肉のしょうが焼き 切干大根のサラダ(しらす干し)	ヨーグルト／麦茶(浸出液)／米／こまつな、にんじん、油揚げ、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、もやし／切り干しだいこん、きゅうり、にんじん、しらす干し 酢、しょうゆ、砂糖、ごま油、食塩／とうもろこし／牛乳	ヨーグルト(ドリンク) 麦茶 ゆでとうもろこし 牛乳
14 (火) 28 (火)	御飯 みそ汁(なす・にんじん) つくねの甘酢あん 凍り豆腐の煮物(しめじ)	チーズ／麦茶(浸出液)／米／なす、にんじん、かつお・昆布だし汁、米みそ／豚ひき肉、たまねぎ ねぎ、酒、食塩、片栗粉、油、水、酢、しょうゆ、砂糖、片栗粉／凍り豆腐、にんじん、しめじ、油揚げ かつお・昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、いんげん／せんべい／クラッカー／牛乳	チーズ 麦茶 せんべい・クラッカー 牛乳
21 (火)	御飯 みそ汁(もやし) 鶏肉の照り焼き キャベツと油揚げの炒め煮(人参)	ヨーグルト／麦茶(浸出液)／米／こまつな、もやし、にんじん、かつお・昆布だし汁 米みそ／鶏もも肉(皮付き)、片栗粉、油、しょうゆ、砂糖、みりん、しょうが／キャベツ にんじん、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	ヨーグルト(ドリンク) 麦茶 せんべい・クラッカー 牛乳
23 (木) 誕生会	にんじんごはん みそ汁(玉ねぎ・油あげ) ひき肉焼き(トマトソース) 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 カットトマト缶詰、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／粉かんてん、水、砂糖、みかん缶、パイン缶、もも缶(白桃)／牛乳	チーズ 麦茶 フルーツのゼリーかけ 牛乳
31 (金)	御飯 みそ汁(だいこん・あげ) かじきの竜田揚げ きんぴらごぼう	チーズ／麦茶(浸出液)／米／だいこん、油揚げ、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／ごぼう、にんじん、ごま油、しょうゆ 砂糖、いんげん／ホットケーキ粉、豆乳、油、たまねぎ、ツナ油漬缶、コーン缶、油、ケチャップ、食塩 白こしょう、とろけるチーズ、パセリ粉／牛乳	チーズ 麦茶 ピザパン 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	394Kcal (459Kcal)	15.9g (19.5g)
3歳以上児	505Kcal (573Kcal)	19.5g (24.3g)

(　　)は、目標量です。

～行事食～

★七夕の集い（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

・七夕　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
・ひき肉焼き（トマトソース）
・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

2026年7月　離乳食予定献立表　No.1　えがお保育園

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(水)	午前	ヨーグルト(ドリンク) 麦茶			
	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 トマト煮 豚ひき肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、ケチャップ	7分粥 トマト煮 豚ひき肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、ケチャップ
15日(水)	午後	すいか 牛乳	午後食	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 すいか	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 すいか
2日(木)	午前	クラッカー 牛乳			
	昼食	軟飯 豆腐みそ汁(わかめ) 木綿豆腐、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 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、いんげん	午前食	全粥 豆腐みそ汁(わかめ) 木綿豆腐、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、だいこん、しょうゆ、砂糖、片栗粉	7分粥 豆腐みそ汁(わかめ) 木綿豆腐、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、だいこん、しょうゆ、砂糖、片栗粉
16日(木)	午後	豆乳もち 豆乳、水、片栗粉、砂糖、きな粉 牛乳	午後食	にんじん粥 米、にんじん スープ(だいこん) だいこん、にんじん、昆布だし汁、食塩 豆腐のそぼろ煮 豚ひき肉、にんじん、たまねぎ、木綿豆腐、砂糖、しょうゆ、片栗粉	にんじん粥 米、にんじん スープ(だいこん) だいこん、にんじん、昆布だし汁、食塩 豆腐のそぼろ煮 豚ひき肉、にんじん、たまねぎ、木綿豆腐、砂糖、しょうゆ、片栗粉
3日(金)	午前	チーズ 麦茶			
	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 鶏肉のマーマレード焼き 鶏もも肉(皮付き)、しょうゆ、砂糖、食塩、マーマレード、片栗粉 チンゲン菜のあえ物 チンゲンサイ、にんじん、しらす干し、かつおだし汁、しょうゆ、砂糖	午前食	全粥 みそ汁(かぼちゃ) かぼちゃ、昆布だし汁、米みそ 鶏肉と野菜の煮物 鶏ひき肉、チンゲンサイ、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、砂糖、片栗粉	7分粥 みそ汁(かぼちゃ) かぼちゃ、昆布だし汁、米みそ 鶏肉と野菜の煮物 鶏ひき肉、チンゲンサイ、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、砂糖、片栗粉
17日(金)	午後	わかめおにぎり 米、炊き込みわかめ 牛乳	午後食	ツナ粥 米、ツナ水煮缶 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 かぼちゃのそぼろ煮 豚ひき肉、にんじん、たまねぎ、かぼちゃ、砂糖、しょうゆ	ツナ粥 米、ツナ水煮缶 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 かぼちゃのそぼろ煮 豚ひき肉、にんじん、たまねぎ、かぼちゃ、砂糖、しょうゆ
4日(土)	午前	せんべい 麦茶			
	昼食	ツナトマトスパゲティー スパゲティ、たまねぎ、こまつな、油、ツナ油漬缶、カットトマト缶詰 ケチャップ、食塩、パセリ粉 みかん みかん缶	午前食	スープスパゲティー スパゲティ、たまねぎ、こまつな、ツナ水煮缶 カットトマト缶詰、ケチャップ、食塩 みかん みかん缶	スープスパゲティー スパゲティ、たまねぎ、こまつな、ツナ水煮缶 カットトマト缶詰、ケチャップ、食塩 みかん みかん缶
18日(土)	午後	せんべい クラッカー 麦茶	午後食	雑炊 米、こまつな、にんじん、昆布だし汁 さつま芋の煮物 さつまいも、砂糖、しょうゆ	雑炊 米、こまつな、にんじん、昆布だし汁 さつま芋の煮物 さつまいも、砂糖、しょうゆ
6日(月)	午前	クラッカー 牛乳			
	昼食	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 ポークチャップ 豚肉(ロース)、ケチャップ、中濃ソース、酒、砂糖、たまねぎ 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 みそ汁(さつま芋) さつまいも、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、こまつな、にんじん、ケチャップ、砂糖、片栗粉	7分粥 みそ汁(さつま芋) さつまいも、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、こまつな、にんじん、ケチャップ、砂糖、片栗粉
27日(月)	午後	レモンケーキ ホットケーキ粉、油、砂糖、豆乳、レモン果汁 牛乳	午後食	全粥 スープ こまつな、たまねぎ、昆布だし汁、食塩 さつま芋のミルク煮 さつまいも、たまねぎ、にんじん、育児用ミルク	7分粥 スープ こまつな、たまねぎ、昆布だし汁、食塩 さつま芋のミルク煮 さつまいも、たまねぎ、にんじん、育児用ミルク
7日(火)	午前	ヨーグルト(ドリンク) 麦茶			
	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	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、にんじん、しょうゆ、砂糖、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、にんじん、しょうゆ、砂糖、片栗粉
七夕の集い	午後	七夕・キラキラゼリー りんご濃縮果汁、粉かんてん、砂糖、パイン缶、生クリーム、砂糖 牛乳	午後食	全粥 麩のみそ汁 焼ふ、昆布だし汁、米みそ ツナとかぼちゃの煮物 ツナ水煮缶、かぼちゃ、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ、砂糖	7分粥 麩のみそ汁 焼ふ、昆布だし汁、米みそ ツナとかぼちゃの煮物 ツナ水煮缶、かぼちゃ、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ、砂糖
8日(水)	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 厚揚げと豚肉の煮物 生揚げ、豚肉(ばら)、たまねぎ、にんじん、油 かつお・昆布だし汁、しょうゆ、酒、砂糖、いんげん きゅうりと人参の昆布あえ きゅうり、にんじん、塩こんぶ	午前食	全粥 みそ汁 たまねぎ、にんじん、昆布だし汁、米みそ 豆腐と豚肉の煮物 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 たまねぎ、にんじん、昆布だし汁、米みそ 豆腐と豚肉の煮物 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
22日(水)	午後	米粉のココアケーキ 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	午後食	全粥 スープ(豆腐) 木綿豆腐、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 片栗粉	7分粥 スープ(豆腐) 木綿豆腐、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 片栗粉

2026年7月　離乳食予定献立表　No.2　えがお保育園

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)
9日(木)	午前	クラッカー 牛乳			
	昼食	軟飯 きのこのスープ えのきたけ、しめじ、たまねぎ、油、洋風だしの素、食塩 鶏肉のトマト煮 鶏もも肉(皮付き)、食塩、白こしょう、小麦粉、油、たまねぎ、ピーマン、油 カットトマト缶詰、ケチャップ、ウスターソース、砂糖 じゃがいもの青のり和え じゃがいも、食塩、あおのり	午前食	全粥 スープ にんじん、たまねぎ、昆布だし汁、食塩 鶏肉と野菜のトマト煮 鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、食塩、油、カットトマト缶詰 ケチャップ、砂糖	7分粥 スープ にんじん、たまねぎ、昆布だし汁、食塩 鶏肉と野菜のトマト煮 鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、食塩、油、カットトマト缶詰 ケチャップ、砂糖
30日(木)	午後	五平餅 米、もち米、水、米みそ、砂糖、みりん 牛乳	午後食	凍り豆腐粥 米、凍り豆腐 味噌汁 カットわかめ、にんじん、昆布だし汁、米みそ 鶏ひき肉のそぼろ煮 鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、昆布だし汁、しょうゆ 砂糖、片栗粉	凍り豆腐粥 米、凍り豆腐 味噌汁 カットわかめ、にんじん、昆布だし汁、米みそ 鶏ひき肉のそぼろ煮 鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、昆布だし汁、しょうゆ 砂糖、片栗粉
10日(金)	午前	ヨーグルト(ドリンク) 麦茶			
	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、酒、みりん、砂糖、ごま、ごま油、片栗粉 大根と豚肉の煮物 豚肉(もも)、だいこん、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、だいこん、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、だいこん、にんじん、米みそ、砂糖、片栗粉
24日(金)	午後	いちご蒸しパン 小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、いちごジャム、豆乳、油 牛乳	午後食	全粥 味噌汁 カットわかめ、だいこん、昆布だし汁、米みそ 豆腐とにんじんのとろみ煮 木綿豆腐、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、片栗粉	7分粥 味噌汁 カットわかめ、だいこん、昆布だし汁、米みそ 豆腐とにんじんのとろみ煮 木綿豆腐、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、片栗粉
11日(土)	午前	せんべい 麦茶			
	昼食	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 フルーツカクテル(もも) みかん缶、もも缶(白桃)、パイン缶	午前食	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	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
25日(土)	午後	せんべい クラッカー 麦茶	午後食	雑炊 米、ほうれんそう、にんじん、昆布だし汁 かぼちゃの煮物 かぼちゃ、砂糖、しょうゆ	雑炊 米、ほうれんそう、にんじん、昆布だし汁 かぼちゃの煮物 かぼちゃ、砂糖、しょうゆ
13日(月)	午前	ヨーグルト(ドリンク) 麦茶			
	昼食	軟飯 みそ汁(こまつな) こまつな、にんじん、油揚げ、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、もやし 切干大根のサラダ(しらす干し) 切り干しだいこん、きゅうり、にんじん、しらす干し、酢、しょうゆ、砂糖、ごま油、食塩	午前食	全粥 みそ汁(こまつな) こまつな、にんじん、昆布だし汁、米みそ 豚肉と野菜の煮物 豚ひき肉、だいこん、にんじん、もやし、しょうゆ、砂糖、片栗粉	7分粥 みそ汁(こまつな) こまつな、にんじん、昆布だし汁、米みそ 豚肉と野菜の煮物 豚ひき肉、だいこん、にんじん、もやし、しょうゆ、砂糖、片栗粉
29日(水)	午後	ゆでとうもろこし 牛乳	午後食	全粥 スープ(だいこん) だいこん、にんじん、昆布だし汁、食塩 ツナと野菜の煮物 ツナ水煮缶、こまつな、にんじん、しょうゆ、砂糖、片栗粉	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 ツナと野菜の煮物 ツナ水煮缶、こまつな、にんじん、しょうゆ、砂糖、片栗粉
14日(火)	午前	チーズ 麦茶			
	昼食	軟飯 みそ汁(なす・にんじん) なす、にんじん、かつお・昆布だし汁、米みそ つくねの甘酢あん 豚ひき肉、たまねぎ、ねぎ、酒、食塩、片栗粉、油、水、酢、しょうゆ、砂糖、片栗粉 凍り豆腐の煮物(しめじ) 凍り豆腐、にんじん、しめじ、油揚げ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、いんげん	午前食	全粥 みそ汁(にんじん) 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、にんじん、木綿豆腐、しょうゆ、砂糖、片栗粉	7分粥 みそ汁(にんじん) 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、にんじん、木綿豆腐、しょうゆ、砂糖、片栗粉
28日(火)	午後	せんべい クラッカー 牛乳	午後食	全粥 スープ(豆腐) 木綿豆腐、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	7分粥 スープ(豆腐) 木綿豆腐、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
21日(火)	午前	ヨーグルト(ドリンク) 麦茶			
	昼食	軟飯 みそ汁(もやし) こまつな、もやし、にんじん、かつお・昆布だし汁、米みそ 鶏肉の照り焼き 鶏もも肉(皮付き)、片栗粉、油、しょうゆ、砂糖、みりん、しょうが キャベツと油揚げの炒め煮(人参) キャベツ、にんじん、油揚げ、油、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん	午前食	全粥 みそ汁(もやし) こまつな、もやし、にんじん、昆布だし汁、米みそ 鶏肉と野菜の煮物 鶏ひき肉、キャベツ、にんじん、しょうゆ、砂糖、片栗粉	7分粥 みそ汁(もやし) こまつな、もやし、にんじん、昆布だし汁、米みそ 鶏肉と野菜の煮物 鶏ひき肉、キャベツ、にんじん、しょうゆ、砂糖、片栗粉
	午後	せんべい クラッカー 牛乳	午後食	全粥 スープ こまつな、たまねぎ、昆布だし汁、食塩 豚ひき肉と野菜の煮物 豚ひき肉、キャベツ、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、片栗粉	7分粥 スープ こまつな、たまねぎ、昆布だし汁、食塩 豚ひき肉と野菜の煮物 豚ひき肉、キャベツ、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、片栗粉
23日(木) 誕生会	午前	チーズ 麦茶			
	昼食	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 ひき肉焼き(トマトソース) 豚ひき肉、たまねぎ、食塩、片栗粉、油、カットトマト缶詰、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	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 豚ひき肉と野菜のトマト煮 豚ひき肉、たまねぎ、キャベツ、にんじん カットトマト缶詰、ケチャップ、砂糖、片栗粉	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 豚ひき肉と野菜のトマト煮 豚ひき肉、たまねぎ、キャベツ、にんじん カットトマト缶詰、ケチャップ、砂糖、片栗粉
	午後	フルーツのゼリーがけ 粉かんてん、水、砂糖、みかん缶、パイン缶、もも缶(白桃) 牛乳	午後食	全粥 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 フルーツ みかん缶	7分粥 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 フルーツ みかん缶
31日(金)	午前	チーズ 麦茶			
	昼食	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 かじきの竜田揚げ かじき、しょうが、しょうゆ、酒、片栗粉、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	午前食	全粥 みそ汁(だいこん) だいこん、昆布だし汁、米みそ 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	7分粥 みそ汁(だいこん) だいこん、昆布だし汁、米みそ 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
	午後	ピザパン ホットケーキ粉、豆乳、油、たまねぎ、ツナ油漬缶、コーン缶、油、ケチャップ 食塩、白こしょう、とろけるチーズ、パセリ粉 牛乳	午後食	全粥 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	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 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