2026年5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 (金) こどもの日の集い	たけのこ御飯 すまし汁(キャベツ・ねぎ) 鶏肉のごまみそ焼き きゅうりともやしの酢の物(ツナ)	チーズ／麦茶(浸出液)／米、しめじ、たけのこ(ゆで)、にんじん、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん／キャベツ ねぎ、えのきたけ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩／鶏もも肉、米みそ、しょうゆ、みりん、砂糖、ごま／きゅうり もやし、カットわかめ、コーン缶、ツナ油漬缶、酢、砂糖、食塩、しょうゆ／米粉、ベーキングパウダー、豆乳、油 つぶしあん(砂糖添加)／牛乳	チーズ 麦茶 小豆蒸しパン 牛乳
2 (土) 16 (土)	あさりのスパゲティ オレンジ	せんべい／麦茶(浸出液)／スパゲティ、あさり水煮缶、たまねぎ、ピーマン、バター、ケチャップ、食塩 白こしょう／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
7 (木) 21 (木)	ハヤシライス フレンチサラダ	チーズ／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、油、酢、食塩、白こしょう／みかん缶、もも缶(白桃) パイン缶／牛乳	チーズ 麦茶 フルーツカクテル 牛乳
8 (金)	御飯 みそ汁(だいこん・あげ) ひき肉焼き 小松菜のおかかあえ(もやし)	ヨーグルト／麦茶(浸出液)／米／だいこん、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、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／こまつな もやし、にんじん、コーン缶、しょうゆ、砂糖、かつお節／米、炊き込みわかめ／牛乳	ヨーグルト(ドリンク) 麦茶 わかめおにぎり 牛乳
9 (土)	きつねうどん 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、しょうゆ、砂糖、たまねぎ、にんじん、ねぎ 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 麦茶 せんべい・クラッカー 麦茶
11 (月) 25 (月)	御飯 みそ汁(あさり) ナゲット 三色なます	ヨーグルト／麦茶(浸出液)／米／あさり水煮缶、キャベツ、かつおだし汁、米みそ／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／だいこん、きゅうり にんじん、酢、砂糖、食塩、昆布だし汁／マカロニ、カットトマト缶詰、たまねぎ、油、ケチャップ 食塩、粉チーズ、パセリ粉／牛乳	ヨーグルト(ドリンク) 麦茶 マカロニのトマト煮 牛乳
12 (火) 26 (火)	御飯 みそ汁(じゃがいも・えのき) 厚揚げと豚肉の煮物 キャベツの昆布サラダ	せんべい／牛乳／米／じゃがいも、えのきたけ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、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／キャベツ にんじん、塩こんぶ、ごま油／にんじん、ホットケーキ粉、油、砂糖、豆乳／牛乳	せんべい 牛乳 人参カップケーキ 牛乳
13 (水) 27 (水)	御飯 豆腐すまし汁(わかめ) 豚肉とたまねぎのソテー きんぴらごぼう	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(ロース)、酒、食塩、片栗粉、たまねぎ、ケチャップ、中濃ソース／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 麦茶 せんべい・クラッカー 牛乳
14 (木)	御飯 すまし汁(キャベツ・ねぎ) 鶏肉のごまみそ焼き きゅうりともやしの酢の物(ツナ)	ヨーグルト／麦茶(浸出液)／米／キャベツ、ねぎ、えのきたけ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 ／鶏もも肉、米みそ、しょうゆ、みりん、砂糖、ごま／きゅうり、もやし、カットわかめ、コーン缶、ツナ油漬缶 酢、砂糖、食塩、しょうゆ／チーズ、さつまいも、ホットケーキ粉、油、豆乳、砂糖／牛乳	ヨーグルト(ドリンク) 麦茶 さつま芋のガレット 牛乳
15 (金) 29 (金)	御飯 みそ汁(さつま芋・ねぎ) かじきの竜田揚げ ひじきのマリネ	チーズ／麦茶(浸出液)／米／さつまいも、ねぎ、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／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／りんご天然果汁 砂糖、粉かんてん／牛乳	チーズ 麦茶 りんごゼリー 牛乳
18 (月)	御飯 みそ汁(じゃが芋・えのき) 鶏肉のトマト煮 ブロッコリーサラダ	ヨーグルト／麦茶(浸出液)／米／じゃがいも、えのきたけ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、米みそ ／鶏もも肉(皮付き)、食塩、白こしょう、小麦粉、たまねぎ、油、カットトマト缶、ケチャップ、ウスターソース 砂糖／ブロッコリー、にんじん、コーン缶、ツナ油漬缶、酢、油、食塩／小麦粉、ベーキングパウダー、キャベツ ツナ油漬缶、油、あおのり、かつお節、中濃ソース／牛乳	ヨーグルト(ドリンク) 麦茶 お好み焼き 牛乳
19 (火)	豚丼 豆腐すまし汁(わかめ) 小松菜の和え物(もやし)	せんべい／牛乳／米、豚肉(もも)、たまねぎ、にんじん、油、酒、砂糖、しょうゆ、みりん／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／こまつな、もやし、にんじん、コーン缶、しょうゆ、砂糖／ホットケーキ粉 すりごま、砂糖、油、豆乳／牛乳	せんべい 牛乳 ごまケーキ 牛乳
20 (水)	御飯 中華スープ(チンゲン菜・えのき) マーボー豆腐 彩りピクルス	ヨーグルト／麦茶(浸出液)／米／チンゲンサイ、えのきたけ、カットわかめ、水、中華だしの素、食塩／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／きゅうり、だいこん、にんじん、米酢 しょうゆ、砂糖、ごま油、食塩／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
22 (金)	御飯 すまし汁(じゃが芋・えのき) さけの西京焼き アスパラのごまあえ	クラッカー／牛乳／米／じゃがいも、えのきたけ、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、ごま油、片栗粉／グリーンアスパラガス キャベツ、にんじん、しょうゆ、すりごま、砂糖／米、鶏ひき肉、しょうゆ、酒、油／牛乳	クラッカー 牛乳 鶏そぼろおにぎり 牛乳
28 (木) 誕生会	そらまめ御飯 みそ汁(玉ねぎ・油あげ) 鶏肉の照り焼き たけのこのおかか煮	ヨーグルト／麦茶(浸出液)／米、そらまめ、昆布だし、酒、食塩／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)、しょうゆ、砂糖、みりん、しょうが 片栗粉／たけのこ(ゆで)、にんじん、水、しょうゆ、みりん、砂糖、かつお節、いんげん／ 木綿豆腐、砂糖、食塩、豆乳、油、米粉、片栗粉、ベーキングパウダー、ココア(ピュアココア) 生クリーム、砂糖／牛乳	ヨーグルト(ドリンク) 麦茶 豆腐ガトーショコラ 牛乳
30 (土)	スープスパゲティー オレンジ	せんべい／麦茶(浸出液)／スパゲティ、あさり水煮缶、たまねぎ、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／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

※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	415Kcal (459Kcal)	17.9g (19.5g)
3歳以上児	536Kcal (573Kcal)	21.9g (24.3g)

(　)は、目標量です。

～行事食～

★こどもの日の集い（１日）

昼食

・たけのこ御飯
・すまし汁（キャベツ、ねぎ）
・鶏肉のごまみそ焼き
・きゅうりともやしの酢の物（ツナ）

午後おやつ

・小豆蒸しパン
・牛乳

★誕生会（２８日）

昼食

・そらまめ御飯
・みそ汁（玉ねぎ、油あげ）
・鶏肉の照り焼き
・たけのこのおかか煮

午後おやつ

・豆腐ガトーショコラ
・牛乳

2026年5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)	離乳食開始期(初期食)
1日(金) こどもの日の集い	午前	チーズ 麦茶				
	昼食	たけのこ御飯 米、しめじ、たけのこ(ゆで)、にんじん かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん すまし汁(キャベツ・ねぎ) キャベツ、ねぎ、えのきたけ、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、米みそ、しょうゆ、みりん、砂糖、ごま きゅうりともやしの酢の物(ツナ) きゅうり、もやし、カットわかめ、コーン缶、ツナ油漬缶、酢 砂糖、食塩、しょうゆ	午前食	全粥 すまし汁(キャベツ) キャベツ、昆布だし汁、しょうゆ、食塩 鶏肉と野菜の煮物 鶏ひき肉、もやし、たまねぎ、にんじん、米みそ、しょうゆ 砂糖、片栗粉	7分粥 すまし汁(キャベツ) キャベツ、昆布だし汁、しょうゆ、食塩 鶏肉と野菜の煮物 鶏ひき肉、もやし、たまねぎ、にんじん 米みそ、しょうゆ、砂糖、片栗粉	つぶし粥 野菜のつぶし煮 キャベツ、たまねぎ にんじん、昆布だし汁
	午後	小豆蒸しパン 米粉、ベーキングパウダー、豆乳、油、つぶしあん(砂糖添加) 牛乳	午後食	全粥 味噌汁(キャベツ) キャベツ、昆布だし汁、米みそ さつま芋の煮物 豚ひき肉、にんじん、たまねぎ、さつまいも、砂糖、しょうゆ 片栗粉	7分粥 味噌汁(キャベツ) キャベツ、昆布だし汁、米みそ さつま芋の煮物 豚ひき肉、にんじん、たまねぎ、さつまいも 砂糖、しょうゆ、片栗粉	
2日(土) 16日(土)	午前	せんべい 麦茶				
	昼食	あさりのスパゲティ スパゲティ、あさり水煮缶、たまねぎ、ピーマン、バター ケチャップ、食塩、白こしょう みかん みかん缶	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、バター ケチャップ、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 バター、ケチャップ、食塩 みかん みかん缶	つぶし粥 野菜のつぶし煮 たまねぎ、にんじん、ほうれんそう 昆布だし汁
	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	
7日(木) 21日(木)	午前	チーズ 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、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、キャベツ、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 キャベツ、ケチャップ	つぶし粥 野菜のつぶし煮 たまねぎ、じゃがいも、にんじん キャベツ、昆布だし汁
	午後	フルーツカクテル(もも) みかん缶、もも缶(白桃)、パイン缶 牛乳	午後食	全粥 野菜のそぼろ味噌煮 豚ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、砂糖、米みそ、昆布だし汁 片栗粉 フルーツ みかん缶	7分粥 野菜のそぼろ味噌煮 豚ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、砂糖 米みそ、昆布だし汁、片栗粉 フルーツ みかん缶	
8日(金)	午前	ヨーグルト(ドリンク) 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 ひき肉焼き 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 小松菜のおかかあえ(もやし) こまつな、もやし、にんじん、コーン缶、しょうゆ、砂糖、かつお節	午前食	全粥 みそ汁(だいこん) だいこん、昆布だし汁、米みそ ひき肉と野菜の煮物 豚ひき肉、たまねぎ、こまつな、もやし、にんじん 昆布だし汁、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 ひき肉と野菜の煮物 豚ひき肉、たまねぎ、こまつな、もやし にんじん、昆布だし汁、しょうゆ、砂糖 片栗粉	つぶし粥 野菜のつぶし煮 だいこん、たまねぎ、こまつな 昆布だし汁
	午後	わかめおにぎり 米、炊き込みわかめ 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 さつま芋の煮物 さつまいも、砂糖、しょうゆ	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 さつま芋の煮物 さつまいも、砂糖、しょうゆ	
9日(土)	午前	せんべい 麦茶				
	昼食	きつねうどん ゆでうどん、油揚げ、しょうゆ、砂糖、たまねぎ、にんじん ねぎ、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、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、昆布だし汁 しょうゆ、食塩 フルーツ みかん缶	つぶし粥 野菜のつぶし煮 たまねぎ、にんじん、ほうれんそう かぼちゃ、昆布だし汁
	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	
11日(月) 25日(月)	午前	ヨーグルト(ドリンク) 麦茶				
	昼食	軟飯 みそ汁(あさり) あさり水煮缶、キャベツ、かつおだし汁、米みそ ナゲット 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 三色なます だいこん、きゅうり、にんじん、酢、砂糖、食塩、昆布だし汁	午前食	全粥 みそ汁 キャベツ、昆布だし汁、米みそ 鶏ひき肉と野菜の煮物 鶏ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、だいこん、にんじん、砂糖 しょうゆ、片栗粉	7分粥 みそ汁 キャベツ、昆布だし汁、米みそ 鶏ひき肉と野菜の煮物 鶏ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、だいこん にんじん、砂糖、しょうゆ、片栗粉	つぶし粥 豆腐と野菜のつぶし煮 キャベツ、木綿豆腐、たまねぎ だいこん、にんじん、昆布だし汁
	午後	マカロニのトマト煮 マカロニ、カットトマト缶詰、たまねぎ、油、ケチャップ、食塩 粉チーズ、パセリ粉 牛乳	午後食	全粥 スープ(豆腐) 木綿豆腐、昆布だし汁、食塩 マカロニのトマト煮 マカロニ、カットトマト缶詰、たまねぎ、ケチャップ 食塩	7分粥 スープ(豆腐) 木綿豆腐、昆布だし汁、食塩 マカロニのトマト煮 マカロニ、カットトマト缶詰、たまねぎ ケチャップ、食塩	
12日(火) 26日(火)	午前	せんべい 牛乳				
	昼食	軟飯 みそ汁(じゃがいも・えのき) じゃがいも、えのきたけ、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、油、かつお・昆布だし汁 しょうゆ、酒、砂糖、いんげん キャベツの昆布サラダ キャベツ、にんじん、塩こんぶ、ごま油	午前食	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 豆腐と豚肉の煮物 木綿豆腐、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、キャベツ 昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、片栗粉	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 豆腐と豚肉の煮物 木綿豆腐、豚ひき肉、たまねぎ にんじん、キャベツ、昆布だし汁 しょうゆ、砂糖、片栗粉	つぶし粥 野菜と豆腐の煮物 じゃがいも、たまねぎ、木綿豆腐 にんじん、昆布だし汁
	午後	にんじんカップケーキ にんじん、ホットケーキ粉、油、砂糖、豆乳 牛乳	午後食	にんじん粥 米、にんじん スープ キャベツ、にんじん、昆布だし汁、食塩 じゃが芋の煮物 じゃがいも、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁、砂糖、しょうゆ	にんじん粥 米、にんじん スープ キャベツ、にんじん、昆布だし汁、食塩 じゃが芋の煮物 じゃがいも、たまねぎ、にんじん 昆布だし汁、砂糖、しょうゆ	
13日(水) 27日(水)	午前	チーズ 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 豚肉とたまねぎのソテー 豚肉(ロース)、酒、食塩、片栗粉、たまねぎ ケチャップ、中濃ソース 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 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 豚肉とたまねぎのトマト煮 豚ひき肉、にんじん、たまねぎ、ケチャップ、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 豚肉とたまねぎのトマト煮 豚ひき肉、にんじん たまねぎ、ケチャップ、片栗粉	つぶし粥 豆腐と野菜のつぶし煮 木綿豆腐、にんじん たまねぎ、昆布だし汁
	午後	せんべい クラッカー 牛乳	午後食	全粥 味噌汁 カットわかめ、たまねぎ、昆布だし汁、米みそ 豆腐と野菜の煮物 木綿豆腐、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 味噌汁 カットわかめ、たまねぎ 昆布だし汁、米みそ 豆腐と野菜の煮物 木綿豆腐、たまねぎ、にんじん 昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、片栗粉	

2026年5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)	離乳食開始期(初期食)
14日(木)	午前	ヨーグルト(ドリンク) 麦茶				
	昼食	軟飯 すまし汁(キャベツ・ねぎ) キャベツ、ねぎ、えのきたけ 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、米みそ、しょうゆ、みりん、砂糖、ごま きゅうりともやしの酢の物(ツナ) きゅうり、もやし、カットわかめ、コーン缶 ツナ油漬缶、酢、砂糖、食塩、しょうゆ		全粥 すまし汁(キャベツ) キャベツ、昆布だし汁、しょうゆ、食塩 鶏肉と野菜の煮物 鶏ひき肉、もやし、たまねぎ、にんじん、米みそ、しょうゆ 砂糖、片栗粉	7分粥 すまし汁(キャベツ) キャベツ、昆布だし汁 しょうゆ、食塩 鶏肉と野菜の煮物 鶏ひき肉、もやし、たまねぎ、にんじん 米みそ、しょうゆ、砂糖、片栗粉	つぶし粥 野菜のつぶし煮 キャベツ、たまねぎ にんじん、昆布だし汁
	午後	さつま芋のガレット チーズ、さつまいも、ホットケーキ粉、油、豆乳、砂糖 牛乳		全粥 麩のみそ汁 焼ふ、昆布だし汁、米みそ 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、砂糖、しょうゆ、片栗粉	7分粥 麩のみそ汁 焼ふ、昆布だし汁、米みそ 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、砂糖、しょうゆ、片栗粉	
15日(金) 29日(金)	午前	チーズ 麦茶				
	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 かじきの竜田揚げ かじき、しょうが、しょうゆ、酒、片栗粉、油 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	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 たらと野菜の煮物 たら、だいこん、にんじん、しょうゆ、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 たらと野菜の煮物 たら、だいこん、にんじん、しょうゆ、砂糖 片栗粉	つぶし粥 野菜のつぶし煮 さつまいも、だいこん、にんじん 昆布だし汁
	午後	りんごゼリー りんご天然果汁、砂糖、粉かんてん 牛乳	午後食	ツナ粥(ツナ) 米、ツナ水煮缶 スープ(だいこん) だいこん、にんじん、昆布だし汁、食塩 鶏ひき肉とさつま芋の煮物 鶏ひき肉、さつまいも、にんじん 昆布だし汁、しょうゆ、砂糖	ツナ粥(ツナ) 米、ツナ水煮缶 スープ(だいこん) だいこん、にんじん、昆布だし汁、食塩 鶏ひき肉とさつま芋の煮物 鶏ひき肉、さつまいも、にんじん 昆布だし汁、しょうゆ、砂糖	
18日(月)	午前	ヨーグルト(ドリンク) 麦茶				
	昼食	軟飯 みそ汁(じゃが芋・えのき) じゃがいも、えのきたけ、カットわかめ かつお・昆布だし汁、米みそ 鶏肉のトマト煮 鶏もも肉(皮付き)、食塩、白こしょう、小麦粉、たまねぎ、油、カットトマト缶 ケチャップ、ウスターソース、砂糖 ブロッコリーサラダ ブロッコリー、にんじん、コーン缶、ツナ油漬缶、酢、油、食塩	午前食	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 鶏肉と野菜の煮物 鶏ひき肉、ブロッコリー、にんじん、しょうゆ、砂糖、片栗粉	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 鶏肉と野菜の煮物 鶏ひき肉、ブロッコリー、にんじん しょうゆ、砂糖、片栗粉	つぶし粥 野菜のつぶし煮 キャベツ、にんじん じゃがいも、昆布だし汁
	午後	お好み焼き 小麦粉、ベーキングパウダー、キャベツ、ツナ油漬缶、油、青のり かつお節、中濃ソース 牛乳	午後食	全粥 スープ キャベツ、にんじん、昆布だし汁、食塩 ツナとじゃが芋の煮物 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 キャベツ、にんじん、昆布だし汁、食塩 ツナとじゃが芋の煮物 ツナ水煮缶、じゃがいも、にんじん 昆布だし、しょうゆ、砂糖	
19日(火)	午前	せんべい 牛乳				
	昼食	豚丼 米、豚肉(もも)、たまねぎ、にんじん、油、酒、砂糖、しょうゆ、みりん 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 小松菜の和え物(もやし) こまつな、もやし、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 豚ひき肉と野菜の煮物 豚ひき肉、にんじん、たまねぎ、こまつな、もやし、砂糖、しょうゆ 米みそ、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 豚ひき肉と野菜の煮物 豚ひき肉、にんじん、たまねぎ こまつな、もやし、砂糖、しょうゆ 米みそ、片栗粉	つぶし粥 豆腐と野菜のつぶし煮 木綿豆腐、にんじん、たまねぎ こまつな、昆布だし汁
	午後	ごまケーキ ホットケーキ粉、すりごま、砂糖、油、豆乳 牛乳	午後食	凍り豆腐粥 米、凍り豆腐 味噌汁 カットわかめ、たまねぎ、昆布だし汁、米みそ 豆腐と青菜のとろみ煮 木綿豆腐、こまつな、昆布だし汁、しょうゆ、片栗粉	凍り豆腐粥 米、凍り豆腐 味噌汁 カットわかめ、たまねぎ、昆布だし汁、米みそ 豆腐と青菜のとろみ煮 木綿豆腐、こまつな、昆布だし汁 しょうゆ、片栗粉	
20日(水)	午前	ヨーグルト(ドリンク) 麦茶				
	昼食	軟飯 中華スープ(チンゲン菜・えのき) チンゲンサイ、えのきたけ、カットわかめ、中華だしの素、食塩 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 彩りピクルス きゅうり、だいこん、にんじん、米酢、しょうゆ、砂糖、ごま油、食塩	午前食	全粥 スープ(チンゲン菜) チンゲンサイ、カットわかめ、昆布だし汁、食塩 豆腐とひき肉の煮物 木綿豆腐、豚ひき肉、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、米みそ、砂糖 片栗粉	7分粥 スープ(チンゲン菜) チンゲンサイ、カットわかめ、昆布だし汁、食塩 豆腐とひき肉の煮物 木綿豆腐、豚ひき肉、にんじん たまねぎ、しょうゆ、米みそ、砂糖 片栗粉	つぶし粥 豆腐と野菜のつぶし煮 チンゲンサイ、木綿豆腐 にんじん、たまねぎ、昆布だし汁
	午後	せんべい クラッカー 牛乳	午後食	全粥 味噌汁 カットわかめ、チンゲンサイ、昆布だし汁、米みそ ツナと豆腐の煮物 ツナ水煮缶、木綿豆腐、砂糖、しょうゆ、片栗粉	7分粥 味噌汁 カットわかめ、チンゲンサイ 昆布だし汁、米みそ ツナと豆腐の煮物 ツナ水煮缶、木綿豆腐、砂糖 しょうゆ、片栗粉	
22日(金)	午前	クラッカー 牛乳				
	昼食	軟飯 すまし汁(じゃが芋・えのき) じゃがいも、えのきたけ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ 食塩 さけの西京焼き さけ、米みそ、みりん、砂糖、ごま油、片栗粉 アスパラのごまあえ グリーンアスパラガス、キャベツ、にんじん、しょうゆ、すりごま、砂糖	午前食	全粥 みそ汁(じゃがいも) じゃがいも、昆布だし汁、米みそ 鮭と野菜の煮物 さけ、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 みそ汁(じゃがいも) じゃがいも、昆布だし汁、米みそ 鮭と野菜の煮物 さけ、キャベツ、にんじん、昆布だし汁 しょうゆ、砂糖、片栗粉	つぶし粥 野菜のつぶし煮 じゃがいも、キャベツ にんじん、昆布だし汁
	午後	鶏そぼろおにぎり 米、鶏ひき肉、しょうゆ、酒、油 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 じゃが芋の煮物 じゃがいも、昆布だし汁、砂糖、しょうゆ	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 じゃが芋の煮物 じゃがいも、昆布だし汁、砂糖、しょうゆ	
28日(木) 誕生会	午前	ヨーグルト(ドリンク) 麦茶				
	昼食	そらまめ御飯 米、そらまめ、昆布だし、酒、食塩 みそ汁(玉ねぎ・油あげ) 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 たけのこのおかか煮 たけのこ(ゆで)、にんじん、しょうゆ、みりん、砂糖、かつお節 いんげん	午前食	にんじん粥 米、にんじん みそ汁(玉ねぎ) たまねぎ、カットわかめ、昆布だし汁、米みそ 鶏肉と野菜の煮物 鶏ひき肉、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 みそ汁(玉ねぎ) たまねぎ、カットわかめ、昆布だし汁、米みそ 鶏肉と野菜の煮物 鶏ひき肉、にんじん、たまねぎ しょうゆ、砂糖、片栗粉	つぶしにんじん粥 米、にんじん 野菜のつぶし煮 たまねぎ、にんじん、木綿豆腐 昆布だし汁
	午後	豆腐ガトーショコラ 木綿豆腐、砂糖、食塩、豆乳、油、米粉、片栗粉 ベーキングパウダー、ココア(ピュアココア)、生クリーム、砂糖 牛乳	午後食	全粥 スープ(豆腐) 木綿豆腐、昆布だし汁、食塩 豚ひき肉と野菜の煮物 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 スープ(豆腐) 木綿豆腐、昆布だし汁、食塩 豚ひき肉と野菜の煮物 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	
30日(土)	午前	せんべい 麦茶				
	昼食	スープスパゲティー スパゲティ、あさり水煮缶、たまねぎ、しめじ、こまつな、にんにく 油、洋風だしの素、食塩、こしょう みかん みかん缶	午前食	スープスパゲティー スパゲティ、ツナ水煮缶、たまねぎ、にんじん、こまつな 昆布だし汁、食塩 みかん みかん缶	スープスパゲティー スパゲティ、ツナ水煮缶、たまねぎ にんじん、こまつな、昆布だし汁、食塩 みかん みかん缶	つぶし粥 野菜のつぶし煮 かぼちゃ、たまねぎ、にんじん こまつな、昆布だし汁
	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	