

日付	献立名	材料名	午前おやつ
			午後おやつ
2 (月) 23 (月)	カレーライス フレンチサラダ りんご	ヨーグルト/麦茶(浸出液)/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 /りんご/豆乳、水、片栗粉、砂糖、きな粉/牛乳	ヨーグルト お茶 豆乳もち 牛乳
3 (火) 17 (火)	御飯 みそ汁(だいこん・チンゲン菜) 豚肉と野菜のごま焼き ブロッコリーと人参のおかか和え	クラッカー/牛乳/米/だいこん、チンゲンサイ、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、にんにく、しょうゆ 酒、たまねぎ、ねぎ、油、ごま/ブロッコリー、にんじん、しょうゆ、かつお節 /米、塩こんぶ/牛乳	クラッカー 牛乳 塩昆布おにぎり 牛乳
4 (水) 18 (水)	御飯 みそ汁(じゃがいも・ねぎ) 鶏肉の甘辛煮 三色なます	チーズ/麦茶(浸出液)/米/じゃがいも、ねぎ、こまつな 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/だいこん、きゅうり、にんじん、酢、砂糖、食塩、昆布だし汁 /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
5 (木) 19 (木)	御飯 みそ汁(玉ねぎ・油あげ) かじきの煮つけ かぼちゃサラダ(かつおぶし)	せんべい/牛乳/米/たまねぎ、にんじん、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、砂糖/かぼちゃ、きゅうり コーン缶、酢、油、しょうゆ、かつお節/小麦粉、ベーキングパウダー 豆乳、黒砂糖/牛乳	せんべい 牛乳 黒糖蒸しパン 牛乳
6 (金) 20 (金)	御飯 みそ汁(あさり) ナゲット(おから) 切干大根と里芋の旨煮(油揚げ)	ヨーグルト/麦茶(浸出液)/米/あさり水煮缶、キャベツ、ねぎ、かつおだし汁 米みそ/鶏ひき肉、おから、たまねぎ、しょうが、にんにく、水、片栗粉、食塩 こしょう、油/切り干しだいこん、さといも、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/ぶどう天然果汁、砂糖、粉かんでん、水/牛乳	ヨーグルト お茶 ぶどうゼリー 牛乳
7 (土) 21 (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
10 (火) 31 (火)	ゆかり御飯(ごま) みそ汁(かぶ・わかめ) 鶏のから揚げ 小松菜のおかかあえ(キャベツ)	クラッカー/牛乳/米、しそふりかけ、ごま/かぶ、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/こまつな、キャベツ、にんじん、しょうゆ、砂糖、かつお節 /じゃがいも、食塩、片栗粉、油、しょうゆ、あおのり/牛乳	クラッカー 牛乳 芋もち 牛乳
11 (水) 25 (水)	御飯 中華スープ(チンゲン菜・えのき) マーボー豆腐 きゅうりの中華風サラダ	チーズ/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、もやし、にんじん はるさめ、酢、ごま油、砂糖、しょうゆ/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
12 (木) 24 (火)	御飯 すまし汁(こまつな) さけの西京焼き じゃが芋とひき肉の煮物	せんべい/牛乳/米/こまつな、油揚げ、ねぎ、かつお・昆布だし汁 しょうゆ、食塩/さけ、米みそ、みりん、砂糖/豚ひき肉、じゃがいも にんじん、たまねぎ、油、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、砂糖/ ホットケーキ粉、油、砂糖、豆乳/牛乳	せんべい 牛乳 マフィン 牛乳
13 (金) 27 (金)	御飯 みそ汁(かぼちゃ・ねぎ) ポークチャップ(平肉) チンゲン菜の昆布和え(もやし)	ヨーグルト/麦茶(浸出液)/米/かぼちゃ、ねぎ、油揚げ かつお・昆布だし汁、米みそ/豚肉(ロース)、油、ケチャップ、中濃ソース 酒、砂糖/チンゲンサイ、もやし、塩こんぶ、ごま油/マカロニ、きな粉 砂糖、食塩/牛乳	ヨーグルト お茶 マカロニきな粉 牛乳
14 (土) 28 (土)	ツナトマトスパゲティー フルーツカクテル(もも)	せんべい/麦茶(浸出液)/スパゲティ、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/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
16 (月)	御飯 麩のすまし汁(えのき) 松風焼き・豆腐いり れんごんの煮物	ヨーグルト/麦茶(浸出液)/米/焼ふ、えのきたけ、こまつな、ねぎ、かつお・昆布だし汁 しょうゆ、食塩/鶏ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、片栗粉、米みそ、酒、みりん、ごま あおのり/れんこん、にんじん、しめじ、油揚げ、ごま油、かつお・昆布だし汁、砂糖 しょうゆ、みりん、いんげん/ゼラチン、水、砂糖、みかん缶、パイン缶、もも缶(白桃)/牛乳	ヨーグルト お茶 フルーツゼリーかけ 牛乳
26 (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) ひじきのマリネ	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、ケチャップ、ウスターソース、砂糖/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/さつまいも 米粉、砂糖、食塩、豆乳、油、ごま/牛乳	せんべい 牛乳 スイートポテト(米粉) 牛乳
30 (月)	御飯 麩のすまし汁(えのき) 松風焼き・豆腐いり れんごんの煮物	ヨーグルト/麦茶(浸出液)/米/焼ふ、えのきたけ、こまつな、ねぎ、かつお・昆布だし汁 しょうゆ、食塩/鶏ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、片栗粉、米みそ、酒、みりん、ごま あおのり/れんこん、にんじん、しめじ、油揚げ、ごま油、かつお・昆布だし汁、砂糖 しょうゆ、みりん、いんげん/小麦粉、片栗粉、油、砂糖、水/牛乳	ヨーグルト お茶 クッキー 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	419Kcal	17.9g
	(459Kcal)	(19.5g)
3歳以上児	533Kcal	21.9g
	(573Kcal)	(24.3g)

()は、目標量です。



～行事食～

★誕生会(26日)

昼食

- ・にんじんごはん
- ・みそ汁(ほうれん草・あげ)
- ・ハンバーグ(レバー入り)
- ・ひじきのマリネ

午後おやつ

- ・スイートポテト
- ・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)
2日(月)	午前 ヨーグルト お茶・麦茶 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	全粥	7分粥
	昼食 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 りんご	午前食 ポトフ 豚肉(もも)、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 りんご 全粥	ポトフ 豚肉(もも)、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 りんご 7分粥
23日(月)	午後 豆乳もち 豆乳、水、片栗粉、砂糖、きな粉 牛乳	午後食 スープ じゃがいも、カットわかめ、昆布だし汁、食塩 豆腐と野菜の味噌煮 木綿豆腐、こまつな、にんじん、砂糖、米みそ、昆布だし汁	スープ じゃがいも、カットわかめ、昆布だし汁、食塩 豆腐と野菜の味噌煮 木綿豆腐、こまつな、にんじん、砂糖、米みそ、昆布だし汁
	3日(火)	午前 クラッカー 牛乳 軟飯 みそ汁(だいこん・チンゲン菜) だいこん、チンゲンサイ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、米みそ 豚肉と野菜のごま焼き 豚肉(ロース)、しょうが、にんにく、しょうゆ、酒、たまねぎ、ねぎ、油 ごま ブロッコリーと人参のおかか和え ブロッコリー、にんじん、しょうゆ、かつお節	午前食 全粥 みそ汁(だいこん・チンゲン菜) だいこん、チンゲンサイ、カットわかめ、昆布だし汁、米みそ とり肉と野菜の煮物 鶏ささ身、ブロッコリー、にんじん、たまねぎ、砂糖、しょうゆ
17日(火)	午後 塩昆布おにぎり 米、塩こんぶ 牛乳	午後食 にんじん粥 米、にんじん スープ だいこん、昆布だし汁、食塩 じゃが芋のミルク煮 じゃがいも、たまねぎ、にんじん、水、育児用ミルク	にんじん粥 米、にんじん スープ だいこん、昆布だし汁、食塩 じゃが芋のミルク煮 じゃがいも、たまねぎ、にんじん、水、育児用ミルク
	4日(水)	午前 チーズ お茶・麦茶 軟飯 みそ汁(じゃがいも・ねぎ) じゃがいも、ねぎ、こまつな、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、水 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(じゃがいも) じゃがいも、こまつな、昆布だし汁、米みそ 鶏肉と野菜の煮物 鶏もも肉(皮付き)、だいこん、にんじん、砂糖、しょうゆ、水、片栗粉
18日(水)	午後 せんべい クラッカー 牛乳	午後食 全粥 味噌汁 こまつな、たまねぎ、昆布だし汁、米みそ 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分粥 味噌汁 こまつな、たまねぎ、昆布だし汁、米みそ 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
	5日(木)	午前 せんべい 牛乳 軟飯 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 かじきの煮つけ かじき、しょうが、しょうゆ、酒、砂糖 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 全粥 みそ汁(玉ねぎ) たまねぎ、にんじん、昆布だし汁、米みそ たらとかぼちゃの煮物 たら、かぼちゃ、にんじん、しょうゆ、砂糖
19日(木)	午後 黒糖蒸しパン 小麦粉、ベーキングパウダー、豆乳、黒砂糖 牛乳	午後食 ツナ粥 米、ツナ水煮缶 スープ じゃがいも、昆布だし汁、食塩 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、昆布だし汁	ツナ粥 米、ツナ水煮缶 スープ じゃがいも、昆布だし汁、食塩 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、昆布だし汁
	6日(金)	午前 ヨーグルト お茶・麦茶 軟飯 みそ汁(あさり) あさり水煮缶、キャベツ、ねぎ、かつおだし汁、米みそ ナゲット(おから) 鶏ひき肉、おから、たまねぎ、しょうが、にんにく、水、片栗粉、食塩 こしょう、油 切干大根と里芋の旨煮(油揚げ) 切り干しだいこん、さといも、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	午前食 全粥 みそ汁 キャベツ、たまねぎ、昆布だし汁、米みそ つくねと大根の煮物 鶏ひき肉、たまねぎ、水、片栗粉、食塩、だいこん、さといも、にんじん、砂糖、しょうゆ
20日(金)	午後 ぶどうゼリー ぶどう天然果汁、砂糖、粉かんでん、水 牛乳	午後食 全粥 スープ たまねぎ、キャベツ、昆布だし汁、食塩 すりおろし高野豆腐と野菜の味噌煮 凍り豆腐、じゃがいも、にんじん、米みそ、砂糖、昆布だし汁、片栗粉	7分粥 みそ汁 たまねぎ、キャベツ、昆布だし汁、食塩 すりおろし高野豆腐と野菜の味噌煮 凍り豆腐、じゃがいも、にんじん、米みそ、砂糖、昆布だし汁、片栗粉
	7日(土)	午前 せんべい お茶・麦茶 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	午前食 煮込みうどん ゆでうどん、だいこん、さといも、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ、食塩 みかん みかん缶
21日(土)	午後 せんべい クラッカー お茶・麦茶 クラッカー 牛乳	午後食 雑炊 米、こまつな、にんじん、昆布だし汁 かぼちゃの甘煮 かぼちゃ、砂糖、しょうゆ お茶・麦茶	雑炊 米、こまつな、にんじん、昆布だし汁 かぼちゃの甘煮 かぼちゃ、砂糖、しょうゆ お茶・麦茶
	10日(火)	午前 ゆかり軟飯(ごま) 米、しそふりかけ、ごま みそ汁(かぶ・わかめ) かぶ、カットわかめ、油揚げ、かつお・昆布だし汁、米みそ 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 小松菜のおかかあえ(キャベツ) こまつな、キャベツ、にんじん、しょうゆ、砂糖、かつお節	午前食 全粥(凍り豆腐) 米、水、凍り豆腐 みそ汁(かぶ・わかめ) かぶ、カットわかめ、昆布だし汁、米みそ 鶏と野菜の煮物 鶏もも肉(皮付き)、こまつな、キャベツ、にんじん、しょうゆ、砂糖、食塩
31日(火)	午後 芋もち じゃがいも、食塩、片栗粉、油、しょうゆ、あおのり 牛乳	午後食 全粥 スープ たまねぎ、カットわかめ、昆布だし汁、食塩 じゃがいもの煮物 じゃがいも、昆布だし汁、砂糖、しょうゆ	7分粥 スープ たまねぎ、カットわかめ、昆布だし汁、食塩 じゃがいもの煮物 じゃがいも、昆布だし汁、砂糖、しょうゆ

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)
11日(水)	午前 チーズ お茶・麦茶 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、水、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、水、片栗粉 きゅうりの中華風サラダ きゅうり、もやし、にんじん、はるさめ、酢、ごま油、砂糖、しょうゆ	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、水、昆布だし汁、食塩 炒り豆腐 木綿豆腐、豚ひき肉、もやし、にんじん、しょうゆ、米みそ、砂糖、水 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、水、昆布だし汁、食塩 炒り豆腐 木綿豆腐、豚ひき肉、もやし、にんじん、しょうゆ、米みそ 砂糖、水、片栗粉
	午後 せんべい クラッカー 牛乳	午後食 全粥(ミルク) 米、育児用ミルク、砂糖 スープ トマト、たまねぎ、昆布だし汁、食塩 ひき肉焼き 豚ひき肉、にんじん、じゃがいも、片栗粉、砂糖、米みそ	7分粥(ミルク) 米、育児用ミルク、砂糖 スープ トマト、たまねぎ、昆布だし汁、食塩 ひき肉焼き 豚ひき肉、にんじん、じゃがいも、片栗粉、砂糖、米みそ
12日(木)	午前 せんべい 牛乳 軟飯 すまし汁(こまつな) こまつな、油揚げ、ねぎ、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 じゃが芋とひき肉の煮物 豚ひき肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、油、かつお・昆布だし汁 しょうゆ、砂糖	午前食 全粥 すまし汁(こまつな) こまつな、昆布だし汁、しょうゆ、食塩 さけとじゃが芋の煮物 さけ、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、米みそ、砂糖、片栗粉	7分粥 すまし汁(こまつな) こまつな、昆布だし汁、しょうゆ、食塩 さけとじゃが芋の煮物 さけ、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、米みそ、砂糖、片栗粉
	午後 マフィン ホットケーキ粉、油、砂糖、豆乳 牛乳	午後食 全粥 スープ にんじん、じゃがいも、昆布だし汁、食塩 野菜のそぼろ煮 豚ひき肉、たまねぎ、キャベツ、砂糖、米みそ、昆布だし汁、片栗粉	7分粥 スープ にんじん、じゃがいも、昆布だし汁、食塩 野菜のそぼろ煮 豚ひき肉、たまねぎ、キャベツ、砂糖、米みそ、昆布だし汁、片栗粉
13日(金)	午前 ヨーグルト お茶・麦茶 軟飯 みそ汁(かぼちゃ・ねぎ) かぼちゃ、ねぎ、油揚げ、かつお・昆布だし汁、米みそ ポークチャップ(平肉) 豚肉(ロース)、油、ケチャップ、中濃ソース、酒、砂糖 チンゲン菜の昆布和え(もやし) チンゲンサイ、もやし、塩こんぶ、ごま油	午前食 全粥 みそ汁(かぼちゃ) かぼちゃ、昆布だし汁、米みそ 鶏肉と野菜のトマト煮 鶏さき身、チンゲンサイ、もやし、ケチャップ、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 鶏肉と野菜のトマト煮 鶏さき身、チンゲンサイ、もやし、ケチャップ、砂糖、片栗粉
	午後 マカロニきな粉 マカロニ、きな粉、砂糖、食塩 牛乳	午後食 全粥(トマト味) 米、水、チーズ、トマト マカロニスープ マカロニ、たまねぎ、昆布だし汁、食塩 かぼちゃの茶巾 かぼちゃ	7分粥(トマト味) 米、水、チーズ、トマト マカロニスープ マカロニ、たまねぎ、昆布だし汁、食塩 かぼちゃの茶巾 かぼちゃ
14日(土)	午前 せんべい お茶・麦茶 ツナトマトスバゲティ スバゲティ、たまねぎ、こまつな、油、ツナ水煮缶、ホールトマト缶詰 ケチャップ、食塩、パセリ粉 フルーツカクテル(もも) みかん缶、もも缶(白桃)、パイナップル	午前食 ツナトマトスバゲティ スバゲティ、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	ツナトマトスバゲティ スバゲティ、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
	午後 せんべい クラッカー お茶・麦茶 ヨーグルト お茶・麦茶 軟飯 麩のすまし汁(えのき) 焼ふ、えのきたけ、こまつな、ねぎ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 松風焼き・豆腐いり 鶏ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、片栗粉、米みそ、酒、みりん、ごま あおのり れんごんの煮物 れんごん、にんじん、しめじ、油揚げ、ごま油、かつお・昆布だし汁 砂糖、しょうゆ、みりん、いんげん	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 お茶・麦茶	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 お茶・麦茶
16日(月)	午前 ヨーグルト お茶・麦茶 軟飯 麩のすまし汁(えのき) 焼ふ、えのきたけ、こまつな、ねぎ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 松風焼き・豆腐いり 鶏ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、片栗粉、米みそ、酒、みりん、ごま あおのり れんごんの煮物 れんごん、にんじん、しめじ、油揚げ、ごま油、かつお・昆布だし汁 砂糖、しょうゆ、みりん、いんげん	午前食 全粥 麩のすまし汁 焼ふ、こまつな、昆布だし汁、しょうゆ、食塩 つくねと野菜の煮物 鶏ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、片栗粉、にんじん、米みそ、砂糖 片栗粉	7分粥 麩のすまし汁 焼ふ、こまつな、昆布だし汁、しょうゆ、食塩 つくねと野菜の煮物 鶏ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、片栗粉、にんじん、米みそ 砂糖、片栗粉
	午後 フルーツのゼリーがけ ゼラチン、水、砂糖、みかん缶、パイナップル、もも缶(白桃) 牛乳	午後食 全粥 スープ じゃがいも、昆布だし汁、食塩 豆腐と野菜の味噌煮 木綿豆腐、キャベツ、にんじん、砂糖、米みそ、昆布だし汁、片栗粉	7分粥 スープ じゃがいも、昆布だし汁、食塩 豆腐と野菜の味噌煮 木綿豆腐、キャベツ、にんじん、砂糖、米みそ、昆布だし汁、片栗粉
26日(木)	午前 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(ほうれんそう・あげ) 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 ハンバーグ(レバー入り) 豚ひき肉、豚レバー、たまねぎ、食塩、片栗粉、油、ケチャップ ウスターソース、砂糖 ひじきのマリネ ひじき、しょうゆ、砂糖、だいごん、きゅうり、にんじん、油、酢、食塩	午前食 にんじん粥 米、にんじん みそ汁(ほうれんそう) ほうれんそう、もやし、にんじん、昆布だし汁、米みそ つくねとひじきの煮物 豚ひき肉、たまねぎ、食塩、片栗粉、ひじき、だいごん、にんじん 砂糖、しょうゆ、片栗粉	にんじん粥 米、にんじん みそ汁(ほうれんそう) ほうれんそう、もやし、にんじん、昆布だし汁、米みそ つくねとひじきの煮物 豚ひき肉、たまねぎ、食塩、片栗粉、ひじき、だいごん、にんじん 砂糖、しょうゆ、片栗粉
	午後 スイートポテト(米粉) さつまいも、米粉、砂糖、食塩、豆乳、油、ごま 牛乳	午後食 全粥 鶏さき身のトマト煮 鶏さき身、トマト、たまねぎ、昆布だし汁、食塩 スイートポテト(米粉) さつまいも、米粉、砂糖、食塩	7分粥 鶏さき身のトマト煮 鶏さき身、トマト、たまねぎ、昆布だし汁、食塩 スイートポテト(米粉) さつまいも、米粉、砂糖、食塩
30日(月)	午前 ヨーグルト お茶・麦茶 軟飯 麩のすまし汁(えのき) 焼ふ、えのきたけ、こまつな、ねぎ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 松風焼き・豆腐いり 鶏ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、片栗粉、米みそ、酒、みりん、ごま あおのり れんごんの煮物 れんごん、にんじん、しめじ、油揚げ、ごま油、かつお・昆布だし汁 砂糖、しょうゆ、みりん、いんげん	午前食 全粥 麩のすまし汁 焼ふ、こまつな、昆布だし汁、しょうゆ、食塩 つくねと野菜の煮物 鶏ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、片栗粉、にんじん、米みそ、砂糖 片栗粉	7分粥 麩のすまし汁 焼ふ、こまつな、昆布だし汁、しょうゆ、食塩 つくねと野菜の煮物 鶏ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、片栗粉、にんじん、米みそ 砂糖、片栗粉
	午後 クッキー 小麦粉、片栗粉、油、砂糖、水 牛乳	午後食 全粥 スープ じゃがいも、昆布だし汁、食塩 豆腐と野菜の味噌煮 木綿豆腐、キャベツ、にんじん、砂糖、米みそ、昆布だし汁、片栗粉	7分粥 スープ じゃがいも、昆布だし汁、食塩 豆腐と野菜の味噌煮 木綿豆腐、キャベツ、にんじん、砂糖、米みそ、昆布だし汁、片栗粉