

日付	献立名	材料名	午前おやつ 午後おやつ
1 (金) ひな祭り メニュー	ちらし寿司 麩のすまし汁(えのき) 鶏のから揚げ なばなのごま和え(人参)	ヨーグルト/麦茶(浸出液)/米、酢、砂糖、食塩、さけ、コーン缶、きゅうりにんじん、ごま、焼きのり/焼ふ、えのきたけ、ねぎ、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、食塩、片栗粉/なばな、ほうれんそう、にんじん、しょうゆ、砂糖、ごま/食パン、生クリーム、砂糖、いちご/牛乳	ヨーグルト お茶 いちごのケーキ(食パン) 牛乳
2 (土) 16 (土)	きつねうどん オレンジ	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/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
4 (月) 18 (月)	カレーライス フレンチサラダ いよかん	チーズ/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、ツナ油漬缶、油、酢、食塩白こしょう/いよかん/焼ふ、油、砂糖/牛乳	チーズ お茶 麩ラスク 牛乳
5 (火) 19 (火)	御飯 みそ汁(あさり) ナゲット(おから) ひじきの煮物	せんべい/牛乳/米/あさり水煮缶、だいこん、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/ひじき、油揚げ、にんじん、ごま油、しょうゆ、みりん、砂糖、さやえんどう/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
6 (水) 27 (水)	御飯 みそスープ 厚揚げの炒め物 きゅうりのピクルス	ヨーグルト/麦茶(浸出液)/米/だいこん、にんじん、キャベツ、中華だし、米みそ/生揚げ、豚ひき肉、たまねぎ、にんにく、にら、たけのこ(ゆで)、しめじ、ごま油、しょうゆ中華だし、片栗粉/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	ヨーグルト お茶 せんべい・クラッカー 牛乳
7 (木)	御飯 みそ汁(切干しだいこん・玉ねぎ) 豚肉の香味焼き 根菜と里芋の煮物	クラッカー/牛乳/米/切り干しだいこん、たまねぎ、油揚げかつお・昆布だし汁、米みそ/豚肉(ロース)、ねぎ、にんにく、しょうゆ酒、油/れんこん、ごぼう、にんじん、さといも、かつお・昆布だし汁しょうゆ、砂糖、いんげん/じゃがいも、あおのり、食塩/牛乳	クラッカー 牛乳 青のりポテト 牛乳
8 (金) 22 (金)	御飯 みそ汁 さわらとごぼうの煮つけ 三色なます	ヨーグルト/麦茶(浸出液)/米/にんじん、もやし、カットわかめかつお・昆布だし汁、米みそ/さわら、しょうが、しょうゆ、酒、砂糖、ごぼう油/だいこん、きゅうり、にんじん、酢、砂糖、食塩、昆布だし汁/おから小麦粉、ベーキングパウダー、油、砂糖、豆乳、油、グラニュー糖/牛乳	ヨーグルト お茶 おからドーナツ 牛乳
9 (土) 23 (土)	ツナトマスパゲティー 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
11 (月) 25 (月)	御飯 みそ汁(さつま芋・だいこん) 松風焼き・豆腐いり キャベツとツナの炒め煮(人参)	チーズ/麦茶(浸出液)/米/さつまいも、だいこん、ねぎ、かつお・昆布だし汁米みそ/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/キャベツ、にんじん、ツナ油漬缶、油、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん/小麦粉ベーキングパウダー、砂糖、ココア(ビュアココア)、豆乳、油/牛乳	チーズ お茶 ココア蒸しパン 牛乳
12 (火) 26 (火)	御飯 きのこのスープ タンダーリーチキン ブロッコリーの三色サラダ	せんべい/牛乳/米/えのきたけ、しめじ、たまねぎ、にんじんさやえんどう、油、水、洋風だし、食塩/鶏もも肉、にんにく、ケチャップ、しょうゆ砂糖、食塩、レモン果汁、カレー粉、片栗粉/ブロッコリー、にんじん、コーン缶、酢、油食塩/さつまいも、ホットケーキ粉、油、豆乳/牛乳	せんべい 牛乳 さつま芋のガレット 牛乳
13 (水) お別れ満足		お弁当のご用意を忘れずに!	ヨーグルト お茶 せんべい・クラッカー 牛乳
14 (木) 28 (木)	御飯 みそ汁(もやし・青菜) ポークチャップ 切干大根の旨煮	クラッカー/牛乳/米/もやし、チンゲンサイ、たまねぎ、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/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/にんじん、ホットケーキ粉油、砂糖、豆乳/牛乳	クラッカー 牛乳 人参カップケーキ 牛乳
15 (金) 29 (金)	御飯 すまし汁(はくさい・ねぎ) ぶりのみそ照り焼き 白和え(ほうれん草・ひじき)	ヨーグルト/麦茶(浸出液)/米/はくさい、ねぎ、えのきたけ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ食塩/ぶり、しょうが、米みそ、酒、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/食パン、バター、グラニュー糖/牛乳	ヨーグルト お茶 バターシュガートースト 牛乳
21 (木) 誕生会	にんじんごはん 五目みそ汁(豆腐・じゃがいも) ささみフリット ほうれん草とえのき茸のお浸し(人参)	クラッカー/牛乳/米、にんじん、しょうゆ、食塩/木綿豆腐、じゃがいもたまねぎ、ねぎ、油揚げ、かつお・昆布だし汁、米みそ/鶏ささ身、砂糖食塩、こしょう、米粉、ベーキングパウダー、ガーリックパウダー、パセリ粉食塩、豆乳、油/ほうれんそう、にんじん、えのきたけ、かつお・昆布だし汁しょうゆ/かぼちゃ、ぎょうざの皮、砂糖、油/牛乳	クラッカー 牛乳 パンキンバイ 牛乳
30 (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

※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	426Kcal (459Kcal)	18.7g (19.5g)
3歳以上児	540Kcal (573Kcal)	22.5g (24.3g)

()は、目標量です。

～行事食～

★ひな祭り(1日)

昼食

- ・ちらし寿司
- ・麩のすまし汁
- ・鶏の唐揚げ
- ・なばなの胡麻和え

午後おやつ

- ・いちごのケーキ(食パン)
- ・牛乳

★誕生会(21日)

昼食

- ・にんじんごはん
- ・五目みそ汁
- ・ささみフリット
- ・ほうれん草とえのき茸のお浸し

午後おやつ

- ・パンキンバイ
- ・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)
1日(金) ひな祭りメニュー	午前 ヨーグルト お茶・麦茶 ちらし寿司 米、酢、砂糖、食塩、さけ、コーン缶、きゅうり、にんじん、ごま、焼きのり 数のすまし汁(えのき) 焼ふ、えのきたけ、ねぎ、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、食塩、片栗粉 なばなのごま和え(人参) なばな、ほうれんそう、にんじん、しょうゆ、砂糖、ごま	雑炊 米、さけ、にんじん 数のすまし汁 焼ふ、昆布だし汁、しょうゆ、食塩 鶏肉とほうれん草の煮物 鶏もも肉、ほうれんそう、にんじん、しょうゆ、砂糖、片栗粉	雑炊 米、さけ、にんじん 数のすまし汁 焼ふ、昆布だし汁、しょうゆ、食塩 鶏肉とほうれん草の煮物 鶏もも肉、ほうれんそう、にんじん、しょうゆ、砂糖、片栗粉
	午後 いちごのケーキ(食パン) 食パン、生クリーム、砂糖、いちご 牛乳	全粥 味噌汁 ほうれんそう、米みそ、昆布だし汁 穀と野菜の煮物 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 味噌汁 ほうれんそう、米みそ、昆布だし汁 穀と野菜の煮物 焼ふ、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、片栗粉
2日(土) 16日(土)	午前 せんべい お茶・麦茶 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 オレンジ	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 みかん 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 みかん みかん缶
	午後 せんべい クラッカー	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 さつまいも、砂糖、しょうゆ 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 さつまいも、砂糖、しょうゆ お茶・麦茶
4日(月) 18日(月)	午前 お茶・麦茶 チーズ 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 ブレンヂサラダ 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 いよかん 数ラック 焼ふ、油、砂糖	全粥 ポトフ 豚肉(もも)、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、キャベツ、食塩 いよかん ツナ粥 米、ツナ水煮缶 スープ 焼ふ、バター、たまねぎ、にんじん、食塩 豆腐と野菜のみそ煮 木綿豆腐、たまねぎ、にんじん、砂糖、米みそ、昆布だし汁	7分粥 ポトフ 豚肉(もも)、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、キャベツ、食塩 いよかん ツナ粥 米、ツナ水煮缶 スープ 焼ふ、バター、たまねぎ、にんじん、食塩 豆腐と野菜のみそ煮 木綿豆腐、たまねぎ、にんじん、砂糖、米みそ、昆布だし汁
	午後 牛乳	全粥 みそ汁 だいこん、昆布だし汁、米みそ ひじきの煮物 鶏ひき肉、ひじき、たまねぎ、にんじん、砂糖、しょうゆ、片栗粉	7分粥 みそ汁 だいこん、昆布だし汁、米みそ ひじきの煮物 鶏ひき肉、ひじき、たまねぎ、にんじん、砂糖、しょうゆ、片栗粉
5日(火) 19日(火)	午前 せんべい 牛乳 軟飯 みそ汁(あさり) あさり水煮缶、だいこん、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、片栗粉、食塩、こしょう 油 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、さやえんどう わかめおにぎり 米、炊き込みわかめ	全粥 みそ汁 だいこん、昆布だし汁、米みそ ひじきの煮物 鶏ひき肉、ひじき、たまねぎ、にんじん、砂糖、しょうゆ、片栗粉	7分粥 みそ汁 だいこん、昆布だし汁、米みそ ひじきの煮物 鶏ひき肉、ひじき、たまねぎ、にんじん、砂糖、しょうゆ、片栗粉
	午後 牛乳	全粥 スープ 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	7分粥 スープ 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
6日(水) 27日(水)	午前 ヨーグルト お茶・麦茶 軟飯 みそスープ だいこん、にんじん、キャベツ、中華だしの素、米みそ 厚揚げの炒め物 生揚げ、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、にら、たけのこ(炒)、しめじ ごま油、しょうゆ、中華だしの素、片栗粉 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	全粥 スープ(チンゲン菜) チンゲンサイ、にんじん、カットわかめ、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、片栗粉	7分粥 スープ(チンゲン菜) チンゲンサイ、にんじん、カットわかめ、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、片栗粉
	午後 せんべい クラッカー 牛乳	凍り豆腐粥 米、凍り豆腐 味噌汁 たまねぎ、にんじん、昆布だし汁、米みそ 鶏肉と野菜の煮物 鶏ささ身、キャベツ、にんじん、砂糖、しょうゆ、昆布だし汁	凍り豆腐粥 米、凍り豆腐 味噌汁 たまねぎ、にんじん、昆布だし汁、米みそ 鶏肉と野菜の煮物 鶏ささ身、キャベツ、にんじん、砂糖、しょうゆ、昆布だし汁
7日(木)	午前 クラッカー 牛乳 軟飯 みそ汁(切干しだいこん・玉ねぎ) 切干しだいこん、たまねぎ、油揚げ、かつお・昆布だし汁、米みそ 豚肉の香味焼き 豚肉(ロース)、ねぎ、にんにく、しょうゆ、酒、油 根菜と里芋の煮物 れんこん、ごぼう、にんじん、さといも、かつお・昆布だし汁 しょうゆ、砂糖、いんげん	全粥 みそ汁(だいこん・玉ねぎ) だいこん、たまねぎ、昆布だし汁、米みそ 豚肉と野菜の煮物 豚肉(もも)、ごまつな、にんじん、しょうゆ、たまねぎ、砂糖	7分粥 みそ汁(だいこん・玉ねぎ) だいこん、たまねぎ、昆布だし汁、米みそ 豚肉と野菜の煮物 豚肉(もも)、ごまつな、にんじん、しょうゆ、たまねぎ、砂糖
	午後 青のりポテト じゃがいも、あおのり、食塩 牛乳	食パン スープ ごまつな、たまねぎ、昆布だし汁、食塩 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	パン粥 食パン、育児用ミルク スープ ごまつな、たまねぎ、昆布だし汁、食塩 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
8日(金) 22日(金)	午前 ヨーグルト お茶・麦茶 軟飯 みそ汁 にんじん、もやし、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、米みそ さわらとごぼうの煮つけ さわら、しょうが、しょうゆ、酒、砂糖、ごぼう、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	全粥 みそ汁 にんじん、もやし、カットわかめ、昆布だし汁、米みそ たらと野菜の煮つけ たら、だいこん、にんじん、しょうゆ、砂糖	7分粥 みそ汁 にんじん、もやし、カットわかめ、昆布だし汁、米みそ たらと野菜の煮つけ たら、だいこん、にんじん、しょうゆ、砂糖
	午後 おからドーナツ おから、小麦粉、ベーキングパウダー、油、砂糖、豆乳、油 牛乳	全粥 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	7分粥 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
9日(土) 23日(土)	午前 せんべい お茶・麦茶 ツナトマトスバグティ スバグティ、たまねぎ、ごまつな、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 ブルーツカクテル(もも) みかん缶、もも缶(白桃)、パイン缶	ツナトマトスバグティ スバグティ、たまねぎ、ごまつな、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	ツナトマトスバグティ スバグティ、たまねぎ、ごまつな、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	雑炊 米、ごまつな、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、ごまつな、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

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(月)	<p>午前 チーズ お茶・麦茶 軟飯 みそ汁(さつま芋・だいこん) さつまいも、だいこん、ねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ</p> <p>昼食 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 キャベツとツナの炒め煮(人参) キャベツ、にんじん、ツナ油漬缶、油、かつお・昆布だし汁、しょうゆ みりん</p> <p>午後 ココア蒸しパン 小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、ココア(ビュアココア)、豆乳 油 牛乳</p>	<p>午前食 全粥 みそ汁(さつま芋・だいこん) さつまいも、だいこん、昆布だし汁、米みそ 炒り豆腐 鶏ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、キャベツ、にんじん、米みそ、砂糖 片栗粉</p> <p>午後食 全粥 スープ さつまいも、昆布だし汁、食塩 鶏肉と野菜の煮物 鶏ささ身、にんじん、だいこん、昆布だし汁、砂糖、しょうゆ</p>	<p>7分粥 みそ汁(さつま芋・だいこん) さつまいも、だいこん、昆布だし汁、米みそ 炒り豆腐 鶏ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、キャベツ、にんじん、米みそ 砂糖、片栗粉</p> <p>7分粥 スープ さつまいも、昆布だし汁、食塩 鶏肉と野菜の煮物 鶏ささ身、にんじん、だいこん、昆布だし汁、砂糖、しょうゆ</p>
12日(火)	<p>午前 せんべい 牛乳 軟飯 きのこのスープ えのきたけ、しめじ、たまねぎ、にんじん、さやえんどう、油 洋風だしの茶、食塩 グンドリーチキン 鶏もも肉(皮付き)、にんにく、ケチャップ、しょうゆ、砂糖、食塩 レモン果汁、カレー粉、片栗粉 ブロccoliの三色サラダ ブロccoli、にんじん、コーン缶、酢、油、食塩 さつま芋のガレット さつまいも、ホットケーキ粉、油、豆乳</p> <p>午後 牛乳</p>	<p>午前食 にんじん粥 米、にんじん スープ たまねぎ、にんじん、昆布だし汁、食塩 鶏肉とブロccoliの煮物 鶏もも肉、ブロccoli、にんじん、ケチャップ、しょうゆ、砂糖、食塩 片栗粉</p> <p>午後食 全粥 すまし汁 じゃがいも、昆布だし汁、しょうゆ 鮎と野菜の味噌煮 焼ふ、たまねぎ、にんじん、米みそ、砂糖、昆布だし汁</p>	<p>にんじん粥 米、にんじん スープ たまねぎ、にんじん、昆布だし汁、食塩 鶏肉とブロccoliの煮物 鶏もも肉、ブロccoli、にんじん、ケチャップ、しょうゆ、砂糖 食塩、片栗粉</p> <p>7分粥 米 すまし汁 じゃがいも、昆布だし汁、しょうゆ 鮎と野菜の味噌煮 焼ふ、たまねぎ、にんじん、米みそ、砂糖、昆布だし汁</p>
13日(水)	<p>午前 ヨーグルト お茶・麦茶</p> <p>お別れ遠足</p> <p>午後 せんべい クラッカー 牛乳</p>	<p>午前食 全粥 みそスープ だいこん、にんじん、キャベツ、昆布だし汁、米みそ 豆腐の煮物 木綿豆腐、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、砂糖、片栗粉</p> <p>午後食 リゾット(かぼちゃ) 米、かぼちゃ、たまねぎ、鶏ひき肉、バター 野菜のミルク煮 じゃがいも、たまねぎ、にんじん、育児用ミルク</p>	<p>7分粥 みそスープ だいこん、にんじん、キャベツ、昆布だし汁、米みそ 豆腐の煮物 木綿豆腐、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、砂糖、片栗粉</p> <p>リゾット(かぼちゃ) 米、かぼちゃ、たまねぎ、鶏ひき肉、バター 野菜のミルク煮 じゃがいも、たまねぎ、にんじん、育児用ミルク</p>
14日(木)	<p>午前 クラッカー 牛乳 軟飯 みそ汁(もやし・青菜) もやし、チンゲンサイ、たまねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ ポークチャップ 豚肉(コース)、油、ケチャップ、中濃ソース、酒、砂糖 切干大根の旨煮 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</p> <p>午後 人参カップケーキ にんじん、ホットケーキ粉、油、砂糖、豆乳 牛乳</p>	<p>午前食 全粥 みそ汁(もやし・青菜) もやし、チンゲンサイ、たまねぎ、昆布だし汁、米みそ 鶏肉と大根の煮物 鶏ささ身、だいこん、にんじん、ケチャップ、砂糖、片栗粉</p> <p>午後食 人参粥 にんじん、米 スープ チンゲンサイ、だいこん、昆布だし汁、食塩 豆腐の煮物 木綿豆腐、たまねぎ、にんじん、砂糖、しょうゆ、片栗粉</p>	<p>7分粥 みそ汁(もやし・青菜) もやし、チンゲンサイ、たまねぎ、昆布だし汁、米みそ 鶏肉と大根の煮物 鶏ささ身、だいこん、にんじん、ケチャップ、砂糖、片栗粉</p> <p>人参粥 にんじん、米 スープ チンゲンサイ、だいこん、昆布だし汁、食塩 豆腐の煮物 木綿豆腐、たまねぎ、にんじん、砂糖、しょうゆ、片栗粉</p>
15日(金)	<p>午前 ヨーグルト お茶・麦茶 軟飯 すまし汁(はくさい・ねぎ) はくさい、ねぎ、えのきたけ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 ぶりのみそ照り焼き ぶり、しょうが、米みそ、酒、みりん、砂糖 白和え(ほうれん草・ひじき) 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</p> <p>午後 バターシュガートースト 食パン、バター、グラニュー糖 牛乳</p>	<p>午前食 全粥 すまし汁(はくさい) はくさい、昆布だし汁、しょうゆ、食塩 たらと野菜の煮物 たら、ほうれんそう、にんじん、ひじき、米みそ、砂糖、片栗粉</p> <p>午後食 全粥 味噌汁 ほうれんそう、にんじん、昆布だし汁、米みそ じゃが芋のチーズ焼き じゃがいも、バター、食塩、チーズ</p>	<p>7分粥 すまし汁(はくさい) はくさい、昆布だし汁、しょうゆ、食塩 たらと野菜の煮物 たら、ほうれんそう、にんじん、ひじき、米みそ、砂糖、片栗粉</p> <p>7分粥 味噌汁 ほうれんそう、にんじん、昆布だし汁、米みそ じゃが芋のチーズ焼き じゃがいも、バター、食塩、チーズ</p>
21日(木)	<p>午前 クラッカー 牛乳 にんじんごぼん 米、にんじん、しょうゆ、食塩 五目みそ汁(豆腐・じゃがいも) 木綿豆腐、じゃがいも、たまねぎ、ねぎ、油揚げ かつお・昆布だし汁、米みそ ささみフリット 鶏ささ身、砂糖、食塩、こしょう、米粉、ベーキングパウダー ガーリックパウダー、パセリ粉、食塩、豆乳、油 ほうれん草とえのき茸のお浸し(人参) ほうれんそう、にんじん、えのきたけ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ</p> <p>午後 パンプキンパイ かぼちゃ、ぎょうざの皮、砂糖、油 牛乳</p>	<p>午前食 にんじん粥 米、にんじん、しょうゆ、食塩 みそ汁(豆腐・じゃがいも) 木綿豆腐、じゃがいも、たまねぎ、昆布だし汁、米みそ ささみと野菜の煮物 鶏ささ身、ほうれんそう、にんじん、砂糖、しょうゆ、片栗粉</p> <p>午後食 全粥 すまし汁 木綿豆腐、たまねぎ、昆布だし汁、食塩、しょうゆ かぼちゃの煮物 かぼちゃ、砂糖、しょうゆ</p>	<p>にんじん粥 米、にんじん、しょうゆ、食塩 みそ汁(豆腐・じゃがいも) 木綿豆腐、じゃがいも、たまねぎ、昆布だし汁、米みそ ささみと野菜の煮物 鶏ささ身、ほうれんそう、にんじん、砂糖、しょうゆ、片栗粉</p> <p>7分粥 すまし汁 木綿豆腐、たまねぎ、昆布だし汁、食塩、しょうゆ かぼちゃの煮物 かぼちゃ、砂糖、しょうゆ</p>
30日(土)	<p>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</p> <p>午後 せんべい クラッカー お茶・麦茶</p>	<p>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</p> <p>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 お茶・麦茶</p>	<p>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</p> <p>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 お茶・麦茶</p>