

| 日付 | 献立名 | 材料名 | 午前おやつ |
|---------------------------|--|---|----------------------------------|
| | | | 午後おやつ |
| 1 (水) 15 (水) | 御飯 みそ汁(だいこん) 厚揚げと豚肉の煮物 もやしの和え物 | チーズ/麦茶(浸出液)/米/だいこん、ねぎ、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/もやし、にんじん、こまつな、食塩、酢、しょうゆ、砂糖、ごま油 /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 |
| 2 (木) こどもの日 メニュー | たけのこ混ぜ御飯 豆腐すまし汁(わかめ) さわらのみそ照り焼き 小松菜のごま和え(コーン) | クラッカー/牛乳/米、油揚げ、たけのこ、にんじん、かつお・昆布だし、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、塩/ さわら、しょうが、米みそ、酒、みりん、砂糖/小松菜、にんじん、コーン、しょうゆ、砂糖、すりごま/ 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 | クラッカー 牛乳 桜色蒸しパン 牛乳 |
| 7 (火) 21 (火) | ハヤシライス フレンチサラダ オレンジ | せんべい/牛乳/米、豚肉(もも)、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/オレンジ/せんべい/クラッカー/牛乳 | せんべい 牛乳 せんべい・クラッカー 牛乳 |
| 8 (水) 22 (水) | 御飯 みそ汁(あさり) 肉豆腐(ひき肉) チンゲン菜の昆布和え(もやし) | チーズ/麦茶(浸出液)/米/あさり水煮缶、だいこん、ねぎ、かつおだし汁 みみそ/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/チンゲンサイ、もやし、塩こんぶ、ごま油 /米粉、ベーキングパウダー、砂糖、ココア(ピュアココア)、豆乳、油/牛乳 | チーズ お茶 ココア蒸しパン 牛乳 |
| 9 (木) 30 (木) | 御飯 みそ汁(じゃがいも・ねぎ) 鶏のから揚げ 切干大根と凍り豆腐の煮物 | クラッカー/牛乳/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)、しょうが、にんにく、しょうゆ、みりん、砂糖、食塩、片栗粉 /切り干しだいこん、干しいたけ、凍り豆腐、油揚げ、にんじん、水、しょうゆ 砂糖、いんげん/米、しらす干し、しょうゆ、かつお節/牛乳 | クラッカー 牛乳 じゃこおほかおにぎり 牛乳 |
| 10 (金) 24 (金) | 御飯 みそ汁(キャベツ・えのき) さわらのごま焼き かぼちゃサラダ(おから・コーン) | 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/さわら、しょうゆ、みりん、ごま/かぼちゃ きゅうり、コーン缶、おから、酢、油、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 |
| 11 (土) 25 (土) | スープ/パグティ 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 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/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 |
| 13 (月) 27 (月) | 御飯 みそ汁(こまつな・あげ) 豚肉のしょうが焼き きんぴらごぼう | 麦茶(浸出液)/ヨーグルト/米/こまつな、もやし、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 /ごぼう、にんじん、ごま油、しょうゆ、砂糖、いんげん/りんご天然果汁 砂糖、粉かんでん/牛乳 | ヨーグルト お茶 りんごゼリー 牛乳 |
| 14 (火) 28 (火) | 御飯 はるさめスープ(キャベツ) つくね きゅうりのピクルス | せんべい/牛乳/米/はるさめ、キャベツ、ねぎ、水、中華だしの素、しょうゆ/ 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/きゅうり、にんじん、米酢、しょうゆ、砂糖、ごま油 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 | せんべい 牛乳 黒糖米粉蒸しパン 牛乳 |
| 16 (木) | 御飯 みそ汁(もやし・あげ) 豚肉とたまねぎのソテー キャベツの磯あえ | クラッカー/牛乳/米/もやし、油揚げ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁 米みそ/豚肉(ロース)、酒、食塩、片栗粉、たまねぎ、油、ケチャップ 中濃ソース/キャベツ、にんじん、しょうゆ、ごま、あおのり、/かぼちゃ 米粉、砂糖、水、油、きな粉/牛乳 | クラッカー 牛乳 かぼちゃ餅 牛乳 |
| 17 (金) 31 (金) | 御飯 豆腐すまし汁(わかめ) かつおの竜田揚げ 根菜と豚肉のみそ煮 | 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/かつお、しょうが、しょうゆ、酒、片栗粉、油/豚肉(ばら)、だいこん にんじん、ごぼう、板こんにやく、油、かつお・昆布だし汁、米みそ、しょうゆ、酒、砂糖 /にんじん、ホットケーキ粉、油、砂糖、豆乳/牛乳 | ヨーグルト お茶 にんじんカップケーキ 牛乳 |
| 18 (土) | カレーうどん フルーツカクテル(もも) | せんべい/麦茶(浸出液)/ゆでうどん、たまねぎ、にんじん、油揚げ ねぎ、かつお・昆布だし汁、カレー粉、しょうゆ、みりん、食塩、片栗粉 /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 |
| 20 (月) | 御飯 みそ汁(さつま芋・ねぎ) 鶏肉のマーマレード焼き 小松菜とコーンの和え物 | ヨーグルト/麦茶(浸出液)/米/さつまいも、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/こまつな、にんじん、コーン缶、しょうゆ、砂糖 /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 |
| 23 (木) 誕生会 | そらまめ御飯 みそ汁(玉ねぎ・油あげ) ナゲット(豆腐・もも肉) たけのこのおほか煮 | クラッカー/牛乳/米、そらまめ、こんぶだし、酒、食塩/たまねぎ、にんじん、油揚げ かつお・昆布だし汁、米みそ/鶏もも肉(皮付き)、食塩、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、たけのこ(ゆで)、にんじん、水、しょうゆ みりん、砂糖、かつお節/パイン缶、もも缶(白桃)、みかん缶/牛乳 | クラッカー 牛乳 フルーツポンチ 牛乳 |
| 29 (水) | 御飯 みそ汁(なめこ・ねぎ) スタミナ焼肉 きゅうりのゆかりあえ | チーズ/麦茶(浸出液)/米/木綿豆腐、なめこ、ねぎ、油揚げ 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/きゅうり、しそふりかけ/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 | 424Kcal (465Kcal) | 21.3g (18.6g) |
| 3歳以上児 | 540Kcal (578Kcal) | 23.8g (22.9g) |

()は、目標量です。



～行事食～

★こどもの日(2日)

昼食

- ・たけのこ混ぜ御飯
- ・豆腐すまし汁(わかめ)
- ・さわらのみそ照り焼き
- ・小松菜のごま和え(コーン)

午後おやつ

- ・桜色蒸しパン
- ・牛乳

★誕生会(23日)

昼食

- ・そらまめ御飯
- ・みそ汁
- ・ナゲット
- ・たけのこのおほか煮

午後おやつ

- ・フルーツポンチ
- ・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) | 離乳食開始期(初期食) |
|--------|--|--|---|---|
| 1日(水) | <p>午前 デザート お茶・麦茶 軟飯 みそ汁(だいこん) だいこん、ねぎ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、米みそ</p> <p>昼食 厚揚げと豚肉の煮物 生揚げ、豚肉(ほろ)、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 もやしとの和え物 もやし、にんじん、こまつな、食塩、酢、しょうゆ、砂糖、ごま油</p> <p>午後 せんべい クラッカー 牛乳</p> | <p>午前食 全粥 みそ汁(だいこん) だいこん、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、鶏ささ身、たまねぎ、にんじん、もやし、こまつな 昆布だし汁、しょうゆ、砂糖</p> <p>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 ツナじゃがの煮物 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</p> | <p>7分粥 みそ汁(だいこん) だいこん、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、鶏ささ身、たまねぎ、にんじん もやし、こまつな、昆布だし汁、しょうゆ、砂糖</p> <p>7分粥 味噌汁 カットわかめ、たまねぎ、昆布だし汁、米みそ ツナじゃがの煮物 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</p> | <p>つぶし粥 豆腐と野菜のつぶし煮 木綿豆腐、だいこん、たまねぎ、にんじん、こまつな 昆布だし汁</p> |
| 2日(木) | <p>午前 クラッカー 牛乳</p> <p>昼食 たけのごぼろ飯 米、油揚げ、たけのこ、にんじん、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん 豆腐すまし汁 木綿豆腐、カットわかめ、ねぎ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、塩 さわらのみそ照り焼き さわら、しょうが、米みそ、酒、みりん、砂糖 小松菜のごま和え こまつな、にんじん、コーン缶、しょうゆ、砂糖、すりごま</p> <p>午後 桜色蒸しパン 小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、いちごジャム、豆乳、油</p> | <p>午前食 全粥 すまし汁 木綿豆腐、カットわかめ、昆布だし汁、しょうゆ、塩 たらと野菜の煮物 たら、小松菜、にんじん、砂糖、しょうゆ</p> <p>午後食 にんじん粥 米、にんじん スープ 小松菜、昆布だし汁、食塩 豆腐の煮物 木綿豆腐、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、片栗粉</p> | <p>7分粥 すまし汁 木綿豆腐、カットわかめ、昆布だし汁、しょうゆ、塩 たらと野菜の煮物 たら、小松菜、にんじん、砂糖、しょうゆ</p> <p>つぶし粥 野菜のつぶし煮 小松菜、にんじん、たまねぎ 昆布だし汁</p> | |
| 7日(火) | <p>午前 せんべい 牛乳</p> <p>昼食 ハヤシライス 米、豚肉(もも)、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、しめじ、油、ハヤシルー ケチャップ フレッシュサラダ 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 オレンジ</p> <p>午後 せんべい クラッカー 牛乳</p> | <p>午前食 全粥 ポトフ 豚肉(もも)、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、キャベツ、食塩、ケチャップ みかん みかん缶</p> <p>午後食 全粥 味噌汁(キャベツ) キャベツ、昆布だし汁、米みそ 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</p> | <p>7分粥 ポトフ 豚肉(もも)、たまねぎ、じゃがいも、にんじん キャベツ、食塩、ケチャップ みかん みかん缶</p> <p>7分粥 味噌汁(キャベツ) キャベツ、昆布だし汁、米みそ 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</p> | <p>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</p> |
| 8日(水) | <p>午前 デザート お茶・麦茶 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</p> <p>昼食 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 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</p> <p>午後 ココア蒸しパン 米粉、ベーキングパウダー、砂糖、ココア(ビュアココア)、豆乳、油</p> | <p>午前食 全粥 みそ汁(だいこん) だいこん、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、チンゲンサイ、もやし、砂糖、しょうゆ、片栗粉</p> <p>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 鶏ひき肉と豆腐の吉野煮 鶏ひき肉、木綿豆腐、にんじん、しょうゆ、砂糖、片栗粉</p> | <p>7分粥 みそ汁(だいこん) だいこん、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、チンゲンサイ もやし、砂糖、しょうゆ、片栗粉</p> <p>7分粥 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 鶏ひき肉と豆腐の吉野煮 鶏ひき肉、木綿豆腐、にんじん、しょうゆ、砂糖、片栗粉</p> | <p>つぶし粥 豆腐と野菜のつぶし煮 だいこん、木綿豆腐、たまねぎ、チンゲンサイ 昆布だし汁</p> |
| 9日(木) | <p>午前 クラッカー 牛乳</p> <p>昼食 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 鶏もも揚げ 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 切干大根と凍り豆腐の煮物 切干大根、だいこん、干しいたけ、凍り豆腐、油揚げ、にんじん、しょうゆ、砂糖、いんげん</p> <p>午後 じゃこおかつおにぎり 米、しらす干し、しょうゆ、かつお節 牛乳</p> | <p>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 鶏と大根の煮物 鶏もも肉、だいこん、にんじん、しょうゆ、砂糖、片栗粉</p> <p>午後食 凍り豆腐粥 米、凍り豆腐 鶏のみそ汁 焼か、昆布だし汁、米みそ 豚ひき肉と野菜の煮物 豚ひき肉、こまつな、にんじん、昆布だし汁、砂糖、しょうゆ、片栗粉</p> | <p>7分粥 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 鶏と大根の煮物 鶏もも肉、だいこん、にんじん、しょうゆ、砂糖、片栗粉</p> <p>7分粥 凍り豆腐粥 米、凍り豆腐 鶏のみそ汁 焼か、昆布だし汁、米みそ 豚ひき肉と野菜の煮物 豚ひき肉、こまつな、にんじん、昆布だし汁、砂糖、しょうゆ、片栗粉</p> | <p>つぶし粥 野菜のつぶし煮 じゃがいも、こまつな、だいこん、にんじん 昆布だし汁</p> |
| 10日(金) | <p>午前 ヨーグルト お茶・麦茶</p> <p>昼食 みそ汁(キャベツ・えのき) 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 さわらのごま焼き さわら、しょうゆ、みりん、ごま かぼちゃサラダ(おから・コーン) かぼちゃ、きゅうり、コーン缶、おから、酢、砂糖、食塩</p> <p>午後 バターヨーグルト 食パン、バター、グラニュー糖 牛乳</p> | <p>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 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、片栗粉</p> <p>午後食 食パン スープ キャベツ、にんじん、昆布だし汁、食塩 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</p> | <p>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 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、片栗粉</p> <p>パン粥 食パン、育児用ミルク スープ キャベツ、にんじん、昆布だし汁、食塩 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</p> | <p>つぶし粥 野菜のつぶし煮 キャベツ、かぼちゃ、にんじん 昆布だし汁</p> |
| 11日(土) | <p>午前 せんべい お茶・麦茶</p> <p>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、洋風だしの素、食塩、こしょう オレンジ</p> <p>午後 せんべい クラッカー</p> | <p>午後食 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、こまつな 昆布だし汁、食塩 みかん みかん缶</p> <p>午後食 雑炊 米、こまつな、にんじん、昆布だし汁 じゃが芋の煮物 じゃがいも、昆布だし汁、砂糖、しょうゆ</p> | <p>つぶし粥 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、こまつな、昆布だし汁、食塩 みかん みかん缶</p> <p>雑炊 米、こまつな、にんじん、昆布だし汁 じゃが芋の煮物 じゃがいも、昆布だし汁、砂糖、しょうゆ</p> | <p>野菜のつぶし煮 じゃがいも、たまねぎ、にんじん こまつな、昆布だし汁</p> |
| 13日(月) | <p>午前 お茶・麦茶 お茶・麦茶 ヨーグルト</p> <p>昼食 軟飯 みそ汁(こまつな・あげ) こまつな、もやし、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 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</p> <p>午後 りんごゼリー りんご天然果汁、砂糖、粉かんでん 牛乳</p> | <p>午前食 全粥 みそ汁(こまつな) 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 鶏ささ身、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、砂糖、片栗粉</p> <p>午後食 全粥 味噌汁 こまつな、たまねぎ、昆布だし汁、米みそ かぼちゃの煮物 かぼちゃ、砂糖、しょうゆ</p> | <p>7分粥 みそ汁(こまつな) 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 鶏ささ身、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、砂糖、片栗粉</p> <p>7分粥 味噌汁 こまつな、たまねぎ、昆布だし汁、米みそ かぼちゃの煮物 かぼちゃ、砂糖、しょうゆ</p> | <p>つぶし粥 野菜のつぶし煮 こまつな、たまねぎ、にんじん かぼちゃ、昆布だし汁</p> |

2024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(火) | 午前 せんべい 牛乳 | | | |
| | 昼食 軟飯 はるさめスープ(キャベツ) はるさめ、キャベツ、ねぎ、中華だしの素、しょうゆ つくね 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 きゅうりのピクルス きゅうり、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(キャベツ) キャベツ、昆布だし汁、しょうゆ 野菜のそぼろ煮 豚ひき肉、にんじん、たまねぎ、さつまいも、昆布だし汁、しょうゆ 砂糖、片栗粉 | 7分粥 スープ(キャベツ) キャベツ、昆布だし汁、しょうゆ 野菜のそぼろ煮 豚ひき肉、にんじん、たまねぎ さつまいも、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 キャベツ、にんじん、たまねぎ さつまいも、昆布だし汁 |
| 28日(火) | 午後 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 | 午後食 リゾット(さつまいも) 米、さつまいも、たまねぎ 鶏肉と麩の煮物 鶏ひき肉、焼ふ、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ、砂糖 片栗粉 | リゾット(さつまいも) 米、さつまいも、たまねぎ 鶏肉と野菜の煮物 鶏ひき肉、焼ふ、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、片栗粉 | |
| | 16日(木) | 午前 クラッカー 牛乳 | | |
| 16日(木) | 昼食 みそ汁(もやし・あげ) もやし、油揚げ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、米みそ 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、油、ケチャップ、中濃ソース キャベツの磯あえ キャベツ、にんじん、しょうゆ、ごま、あおのり 野菜もち(かぼちゃ) かぼちゃ、米粉、砂糖、水、油、きな粉 | 午前食 全粥 みそ汁(もやし) もやし、カットわかめ、昆布だし汁、米みそ 鶏肉と野菜の煮物 鶏さき身、キャベツ、にんじん、たまねぎ、砂糖、ケチャップ、しょうゆ 片栗粉 | 7分粥 みそ汁(もやし) もやし、カットわかめ、昆布だし汁、米みそ 鶏肉と野菜の煮物 鶏さき身、キャベツ、にんじん、たまねぎ 砂糖、ケチャップ、しょうゆ、片栗粉 | つぶし粥 野菜のつぶし煮 かぼちゃ、キャベツ、にんじん、たまねぎ 昆布だし汁 |
| | 午後 牛乳 | 午後食 にんじん粥 米、にんじん スープ かぼちゃ、昆布だし汁、食塩 豆腐の煮物 木綿豆腐、たまねぎ、昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、片栗粉 | にんじん粥 米、にんじん スープ かぼちゃ、昆布だし汁、食塩 豆腐の煮物 木綿豆腐、たまねぎ、昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、片栗粉 | |
| 17日(金) | 午前 ヨーグルト お茶・麦茶 | | | |
| | 31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 かつおの竜田揚げ かつお、しょうが、しょうゆ、酒、片栗粉、油 根菜と豚肉のみそ煮 豚肉(ばら)、だいごん、にんじん、ごぼう、板こんにやく、油 かつお・昆布だし汁、米みそ、しょうゆ、酒、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 たらと野菜の煮物 たら、だいごん、にんじん、しょうゆ、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 たらと野菜の煮物 たら、だいごん、にんじん、しょうゆ、砂糖、片栗粉 |
| 18日(土) | 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 | 午後食 人参粥 にんじん、米 味噌汁 カットわかめ、だいごん、昆布だし汁、米みそ 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 | 人参粥 にんじん、米 味噌汁 カットわかめ、だいごん、昆布だし汁、米みそ 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 | |
| | 20日(月) | 午前 せんべい お茶・麦茶 カレーうどん ゆでうどん、たまねぎ、にんじん、油揚げ、ねぎ かつお・昆布だし汁、カレー粉、しょうゆ、みりん、食塩、片栗粉 フルーツカクテル(もも) みかん缶、もも缶(白桃)、パイ缶 | 午前食 煮込みうどん ゆでうどん、たまねぎ、にんじん、こまつな、昆布だし汁、しょうゆ、食塩、片栗粉 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、こまつな、昆布だし汁、しょうゆ、食塩、片栗粉 フルーツ みかん缶 |
| 20日(月) | 午後 せんべい クラッカー お茶・麦茶 | 午後食 米、こまつな、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 | 米、こまつな、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 | |
| | 23日(木) | 午前 ヨーグルト お茶・麦茶 | | |
| 23日(木) | 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 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 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 マカロニきな粉 マカロニ、きな粉、砂糖、食塩 牛乳 | 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 鶏肉と野菜の煮物 鶏もも肉、こまつな、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 鶏肉と野菜の煮物 鶏もも肉、こまつな、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、こまつな、にんじん、昆布だし汁 |
| | 誕生会 午後 クラッカー 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 フルーツ みかん缶 | 全粥 マカロニスープ マカロニ、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁、食塩 さつま芋のミルク煮 豚ひき肉、にんじん、たまねぎ、さつまいも、育児用ミルク、片栗粉 | 7分粥 マカロニスープ マカロニ、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁、食塩 さつま芋のミルク煮 豚ひき肉、にんじん、たまねぎ、さつまいも、育児用ミルク、片栗粉 |
| 29日(水) | 午前 チーズ お茶・麦茶 | | | |
| | 29日(水) | 昼食 軟飯 みそ汁(なめこ・ねぎ) 木綿豆腐、なめこ、ねぎ、油揚げ、かつお・昆布だし汁、米みそ ステーキ焼肉 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 きゅうりのゆかりあえ きゅうり、しそふりかけ | 午前食 全粥 味噌汁 木綿豆腐、昆布だし汁、米みそ 鶏肉と野菜の煮物 鶏さき身、にんじん、たまねぎ、じゃがいも、しょうゆ、砂糖 | 7分粥 味噌汁 木綿豆腐、昆布だし汁、米みそ 鶏肉と野菜の煮物 鶏さき身、にんじん、たまねぎ じゃがいも、しょうゆ、砂糖 |
| 29日(水) | 午後 せんべい クラッカー 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 じゃがいものミルク煮 じゃがいも、たまねぎ、にんじん、育児用ミルク | 7分粥 スープ キャベツ、にんじん、昆布だし汁、食塩 じゃがいものミルク煮 じゃがいも、たまねぎ、にんじん、育児用ミルク | |