2024年6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 (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 お茶 せんべい・クラッカー お茶
3 (月) 17 (月)	御飯 みそ汁(だいこん・あげ) 豚肉と野菜のごま炒め いんげんの煮浸し	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／豚肉(もも)、しょうが、にんにく、しょうゆ、酒、たまねぎ、ねぎ、油 ごま／いんげん、にんじん、かつお・昆布だし汁、しょうゆ／食パン いちごジャム／牛乳	ヨーグルト お茶 いちごジャムサンド 牛乳
4 (火) 18 (火)	カレーライス フレンチサラダ オレンジ	せんべい／牛乳／米、豚肉(もも)、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／オレンジ／焼ふ、油、砂糖／牛乳	せんべい 牛乳 麩ラスク 牛乳
5 (水) 19 (水)	御飯 みそ汁(玉ねぎ・油あげ) 鶏肉の甘辛煮 おくらの梅和え	チーズ／麦茶(浸出液)／米／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)、砂糖、しょうゆ、酒 ／きゅうり、オクラ、うめ干し、しょうゆ、砂糖、かつお節／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
6 (木) 20 (木)	御飯 中華スープ(チンゲン菜・えのき) マーボー豆腐 きゅうりのピクルス	クラッカー／牛乳／米／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／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、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 つぶしあん(砂糖添加)／牛乳	クラッカー 牛乳 小豆米粉蒸しパン 牛乳
7 (金) 21 (金)	御飯 豆腐みそ汁(豆腐) かじきの香り焼き 小松菜とコーンの和え物	ヨーグルト／麦茶(浸出液)／米／木綿豆腐、ねぎ、カットわかめ かつお・昆布だし汁、米みそ／かじき、しょうが、にんにく、しょうゆ みりん、食塩、片栗粉、油／こまつな、にんじん、コーン缶、しょうゆ、砂糖 ／さつまいも、米粉、砂糖、食塩、豆乳、油、ごま／牛乳	ヨーグルト お茶 スイートポテト(米粉) 牛乳
8 (土) 22 (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、ホールトマト缶詰、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 お茶 せんべい・クラッカー お茶
10 (月) 24 (月)	御飯 すまし汁 ポークみそ焼き 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／木綿豆腐、しいたけ、ねぎ、カットわかめ かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩／豚肉(ロース)、にんじん、たまねぎ 砂糖、しょうゆ、米みそ、本みりん／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 お茶 せんべい・クラッカー 牛乳
11 (火) 25 (火)	御飯 すまし汁(えのき) 松風焼き・豆腐いり ひじきのマリネ	せんべい／牛乳／米／カットわかめ、えのきたけ、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／ひじき、しょうゆ、砂糖、だいこん、きゅうり、にんじん ツナ油漬缶、油、酢、食塩／ホットケーキ粉、豆乳、ココア(ピュアココア) ／牛乳	せんべい 牛乳 ココアホットケーキ 牛乳
12 (水) 26 (水)	御飯 みそ汁(あさり) つくねの甘酢あん チンゲン菜のあえ物	チーズ／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／豚ひき肉、豚レバー、たまねぎ、ねぎ、酒、食塩、片栗粉、油、水、酢 しょうゆ、砂糖、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 お茶 わかめおにぎり 牛乳
13 (木)	御飯 みそ汁(こまつな) 豚肉の香味焼き 切干大根と凍り豆腐の煮物	クラッカー／牛乳／米／こまつな、もやし、にんじん、かつお・昆布だし汁 米みそ／豚肉(ロース)、ねぎ、にんにく、油、しょうゆ、酒／切り干しだいこん 干ししいたけ、凍り豆腐、油揚げ、にんじん、水、しょうゆ、砂糖／みかん缶 もも缶(白桃)、パイン缶／牛乳	クラッカー 牛乳 フルーツカクテル(もも) 牛乳
14 (金) 28 (金)	御飯 豆腐すまし汁(わかめ) さけの香りみそ焼き きゅうりとささみのサラダ	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／鶏ささ身、酒、きゅうり、コーン缶、酢、油、砂糖、しょうゆ／小麦粉 ベーキングパウダー、油、砂糖、豆乳／牛乳	ヨーグルト お茶 カップケーキ 牛乳
27 (木) 誕生会	梅御飯 みそ汁(さつま芋・ねぎ) 鶏のから揚げ きんぴらごぼう	クラッカー／牛乳／米、にんじん、うめ干し、こんぶだし、ごま／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)、しょうが、にんにく しょうゆ、みりん、砂糖、食塩、片栗粉／ごぼう、にんじん、ごま油、しょうゆ 砂糖、いんげん／ぶどう天然果汁、砂糖、粉かんてん、水、りんご天然果汁 砂糖、粉かんてん、水、生クリーム、砂糖／牛乳	クラッカー 牛乳 あじさいゼリー 牛乳
29 (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

※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	413Kcal (465Kcal)	18.6g (18.6g)
3歳以上児	528Kcal (573Kcal)	22.4g (22.9g)

(　　)は、目標量です。

～行事食～

★誕生会（２７日）

昼食
- 梅御飯
- みそ汁（さつま芋・ねぎ）
- 鶏のから揚げ
- きんぴらごぼう

午後おやつ
- あじさいゼリー
- 牛乳

2024年6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(土)	午前	せんべい お茶・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、ほうれんそう 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、昆布だし汁 しょうゆ、食塩 フルーツ みかん缶	煮込みつぶしうどん ゆでうどん、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 お茶・麦茶	午後食	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	
3日(月) 17日(月)	午前	ヨーグルト お茶・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 豚肉と野菜のごま炒め 豚肉(もも)、しょうが、にんにく、しょうゆ、酒 たまねぎ、ねぎ、油、ごま いんげんの煮浸し いんげん、にんじん、かつお・昆布だし汁、しょうゆ	午前食	全粥 みそ汁(だいこん) だいこん、昆布だし汁、米みそ 豚肉と野菜の煮物 豚肉(もも)、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 豚肉と野菜の煮物 豚肉(もも)、にんじん たまねぎ、しょうゆ、砂糖 片栗粉	つぶし粥 野菜のつぶし煮 だいこん、にんじん たまねぎ、昆布だし汁
	午後	いちごジャムサンド 食パン、いちごジャム 牛乳	午後食	食パン スープ(だいこん) だいこん、にんじん、昆布だし汁、食塩 かぼちゃの煮物 かぼちゃ、砂糖、しょうゆ	パン粥 食パン、育児用ミルク スープ(だいこん) だいこん、にんじん 昆布だし汁、食塩 かぼちゃの煮物 かぼちゃ、砂糖、しょうゆ	
4日(火) 18日(火)	午前	せんべい 牛乳				
	昼食	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 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 オレンジ	午前食	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 みかん みかん缶	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 みかん みかん缶	つぶし粥 野菜のつぶし煮 じゃがいも、たまねぎ にんじん、キャベツ 昆布だし汁
	午後	麩ラスク 焼ふ、油、砂糖 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 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 味噌汁(キャベツ) キャベツ、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	
5日(水) 19日(水)	午前	チーズ お茶・麦茶				
	昼食	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 鶏肉の甘辛煮 鶏もも肉(皮付き)、砂糖、しょうゆ、酒、水 おくらの梅和え きゅうり、オクラ、うめ干し、しょうゆ、砂糖、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 鶏肉とじゃが芋の煮物 鶏もも肉、じゃがいも、砂糖、しょうゆ	7分粥 みそ汁(玉ねぎ) たまねぎ、にんじん 昆布だし汁、米みそ 鶏肉とじゃが芋の煮物 鶏もも肉、じゃがいも 砂糖、しょうゆ	つぶし粥 野菜のつぶし煮 たまねぎ、にんじん じゃがいも、昆布だし汁
	午後	せんべい クラッカー 牛乳	午後食	にんじん粥 米、にんじん 麩のすまし汁 焼ふ、昆布だし汁、しょうゆ、塩 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	にんじん粥 米、にんじん 麩のすまし汁 焼ふ、昆布だし汁、しょうゆ、塩 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	
6日(木) 20日(木)	午前	クラッカー 牛乳				
	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 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	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 炒り豆腐 木綿豆腐、豚ひき肉、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、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 にんじん、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、昆布だし汁
	午後	小豆米粉蒸しパン 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 カットわかめ、たまねぎ、昆布だし汁、米みそ 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 味噌汁 カットわかめ、たまねぎ 昆布だし汁、米みそ 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日(金) 21日(金)	午前	ヨーグルト お茶・麦茶				
	昼食	軟飯 豆腐みそ汁(豆腐) 木綿豆腐、ねぎ、カットわかめ かつお・昆布だし汁、米みそ かじきの香り焼き かじき、しょうが、にんにく、しょうゆ、みりん 食塩、片栗粉、油 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 豆腐みそ汁(豆腐) 木綿豆腐、カットわかめ、昆布だし汁、米みそ たらと野菜の煮物 たら、こまつな、にんじん、しょうゆ、砂糖、片栗粉	7分粥 豆腐みそ汁(豆腐) 木綿豆腐、カットわかめ 昆布だし汁、米みそ たらと野菜の煮物 たら、こまつな、にんじん しょうゆ、砂糖、片栗粉	つぶし粥 豆腐と野菜のつぶし煮 木綿豆腐、こまつな にんじん、昆布だし汁
	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	ツナ粥 米、水、ツナ水煮缶 味噌汁(こまつな) こまつな、昆布だし汁、米みそ さつま芋の煮物 さつまいも、砂糖、しょうゆ	ツナ粥 米、水、ツナ水煮缶 味噌汁(こまつな) こまつな、昆布だし汁、米みそ さつま芋の煮物 さつまいも、砂糖、しょうゆ	
8日(土) 22日(土)	午前	せんべい お茶・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、ホールトマト缶詰、ケチャップ 食塩、パセリ粉 オレンジ	午前食	ツナトマトくたくたスパゲティー スパゲティ、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 みかん みかん缶	ツナトマトくたくたスパゲティー スパゲティ、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 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、こまつな 昆布だし汁
	午後	せんべい クラッカー お茶・麦茶	午後食	雑炊 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	雑炊 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	

2024年6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)
10日(月) 24日(月)	午前	ヨーグルト お茶・麦茶				
	昼食	軟飯 すまし汁 木綿豆腐、しいたけ、ねぎ、カットわかめ かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 ポークみそ焼き 豚肉(ロース)、にんじん、たまねぎ、砂糖、しょうゆ 米みそ、本みりん 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 すまし汁 木綿豆腐、カットわかめ、昆布だし汁、しょうゆ、食塩 鶏ささ身と野菜の煮物 鶏ささ身、にんじん、たまねぎ、キャベツ、砂糖、しょうゆ 米みそ、片栗粉	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、食塩 鶏ささ身と野菜の煮物 鶏ささ身、にんじん、たまねぎ キャベツ、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 キャベツ、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(キャベツ) キャベツ、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	7分粥 味噌汁(キャベツ) キャベツ、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	
11日(火) 25日(火)	午前	せんべい 牛乳				
	昼食	軟飯 すまし汁(えのき) カットわかめ、えのきたけ、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 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 ツナ油漬缶、油、酢、食塩	午前食	全粥 すまし汁 カットわかめ、焼ふ、昆布だし汁、しょうゆ、食塩 豆腐のそぼろ煮 鶏ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、ひじき、だいこん にんじん、砂糖、米みそ、片栗粉	7分粥 すまし汁 カットわかめ、焼ふ、昆布だし汁 しょうゆ、食塩 豆腐のそぼろ煮 鶏ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ ひじき、だいこん、にんじん、砂糖 米みそ、片栗粉	つぶし粥 豆腐と野菜のつぶし煮 木綿豆腐 たまねぎ、だいこん にんじん、昆布だし汁
	午後	ココアホットケーキ ホットケーキ粉、豆乳、ココア(ピュアココア) 牛乳	午後食	凍り豆腐粥 米、水、凍り豆腐 スープ(豆腐) 木綿豆腐、昆布だし汁、食塩 鶏ささ身のトマト煮 鶏ささ身、トマト、たまねぎ、油、かつお・昆布だし汁 食塩	凍り豆腐粥 米、水、凍り豆腐 スープ(豆腐) 木綿豆腐、昆布だし汁、食塩 鶏ささ身のトマト煮 鶏ささ身、トマト、たまねぎ、油 かつお・昆布だし汁、食塩	
12日(水) 26日(水)	午前	チーズ お茶・麦茶				
	昼食	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 つくねの甘酢あん 豚ひき肉、豚レバー、たまねぎ、ねぎ、酒、食塩 片栗粉、油、水、酢、しょうゆ、砂糖、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 キャベツ、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、チンゲンサイ、にんじん しょうゆ、砂糖、片栗粉	7分粥 みそ汁 キャベツ、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、チンゲンサイ 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、たまねぎ チンゲンサイ、にんじん 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	リゾット(かぼちゃ) 米、かぼちゃ、たまねぎ 豆腐と青菜のとろみ煮 木綿豆腐、鶏ひき肉、チンゲンサイ、昆布だし汁、砂糖 しょうゆ、片栗粉	リゾット(かぼちゃ) 米、かぼちゃ、たまねぎ 豆腐と青菜のとろみ煮 木綿豆腐、鶏ひき肉、チンゲンサイ、昆布だし汁 砂糖、しょうゆ、片栗粉	
13日(木)	午前	クラッカー 牛乳				
	昼食	軟飯 みそ汁(こまつな) こまつな、もやし、にんじん、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、油、しょうゆ、酒 切干大根と凍り豆腐の煮物 切り干しだいこん、干ししいたけ、凍り豆腐、油揚げ にんじん、しょうゆ、砂糖	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 鶏ささ身と野菜の煮物 鶏ささ身、だいこん、にんじん、砂糖、しょうゆ 片栗粉	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 鶏ささ身と野菜の煮物 鶏ささ身、だいこん、にんじん、砂糖 しょうゆ、片栗粉	つぶし粥 野菜のつぶし煮 こまつな、もやし、にんじん だいこん、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 鶏ひき肉のそぼろ煮 鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、だいこん、昆布だし汁 しょうゆ、砂糖、片栗粉 フルーツ みかん缶	7分粥 鶏ひき肉のそぼろ煮 鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、だいこん 昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、片栗粉 フルーツ みかん缶	
14日(金) 28日(金)	午前	ヨーグルト お茶・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 きゅうりとささみのサラダ 鶏ささ身、酒、きゅうり、コーン缶、酢、油、砂糖 しょうゆ	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 さけと野菜の味噌煮 さけ、にんじん、じゃがいも、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 さけと野菜の味噌煮 さけ、にんじん、じゃがいも、米みそ 砂糖、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、じゃがいも 昆布だし汁、片栗粉
	午後	カップケーキ 小麦粉、ベーキングパウダー、油、砂糖、豆乳 牛乳	午後食	リゾット(トマト) 米、トマト、たまねぎ 豆腐と野菜の煮物 木綿豆腐、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、昆布だし汁 砂糖、しょうゆ、片栗粉	リゾット(鶏肉・トマト) 米、トマト、たまねぎ 豆腐と野菜の煮物 木綿豆腐、たまねぎ、にんじん じゃがいも、昆布だし汁、砂糖 しょうゆ、片栗粉	
27日(木) 誕生会	午前	クラッカー 牛乳				
	昼食	梅御飯 米、にんじん、うめ干し、こんぶだし、ごま みそ汁(さつま芋・ねぎ) さつまいも、ねぎ、かつお・昆布だし、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 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	にんじん粥 米、にんじん、昆布だし みそ汁(さつま芋) さつまいも、昆布だし、米みそ 鶏と野菜の煮物 鶏もも肉、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、昆布だし みそ汁(さつま芋) さつまいも、昆布だし、米みそ 鶏と野菜の煮物 鶏もも肉、にんじん、たまねぎ しょうゆ、砂糖、片栗粉	にんじんつぶし粥 米、にんじん、昆布だし 野菜のつぶし煮 さつまいも、にんじん、たまねぎ 昆布だし
	午後	あじさいゼリー ぶどう天然果汁、砂糖、粉かんてん、水 りんご天然果汁、生クリーム、砂糖 牛乳	午後食	全粥 スープ たまねぎ、にんじん、昆布だし、食塩 豚ひき肉と野菜の煮物 豚ひき肉、さつまいも、にんじん、昆布だし、しょうゆ 片栗粉	7分粥 スープ たまねぎ、にんじん、昆布だし汁、食塩 豚ひき肉と野菜の煮物 豚ひき肉、さつまいも、にんじん 昆布だし、しょうゆ、片栗粉	
29日(土)	午前	せんべい お茶・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		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	煮込みみつぶしうどん ゆでうどん、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 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	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	