

7月 予定献立表(幼児)



えがお保育園

※午前おやつは1・2歳児のみです。

日付 曜日	昼 食	昼食の食材				午前のおやつ 午後のおやつ	午後おやつの 主な食材
		血や肉になるもの	力や体温になるもの	体の調子を調えるもの	調味料他		
1 木	ごはん・みそ汁 のり塩チキン・ほうれん草の炒め物 オクラ納豆	鶏肉・納豆・ 青のり	米	かぼちゃ・玉ねぎ・ほうれん草・ しめじ・オクラ・人参	かつおだし汁・みそ・ みりん・塩・サラダ油・ しょうゆ	せんべい・牛乳 麩ラスク 牛乳	サラダ油・砂糖・麩
2 金	ソース焼きそば ブロッコリーのおかか和え みそ汁・グレープフルーツ	豚肉・青のり・ ツナ・鰹節	焼きそば麺	玉ねぎ・人参・キャベツ・もやし・ 小松菜・ブロッコリー・コーン・ 赤ピーマン・グレープフルーツ	サラダ油・ソース・みそ・ かつおだし汁・しょうゆ	せんべい・牛乳 ゆかりおにぎり 牛乳	米・ゆかり・ゴマ
3 土	お魚チャーハン ポテトサラダ 中華スープ・バナナ	しらす・ 魚(サケ)	米・じゃがいも	長ネギ・コーン・チンゲン菜・玉ねぎ・ 人参・枝豆・バナナ	ゴマ・サラダ油・塩・ しょうゆ・鶏ガラだし・ エッグフリーマヨネーズ	せんべい・牛乳 ぶどうゼリー・せんべい 牛乳	ゼリーの素・ せんべい
5 月	ごはん・みそ汁 鶏肉の照り焼き・インゲンソテー	鶏肉	米・里芋	絹さや・インゲン・コーン・ナス・大根	かつおだし汁・みそ・ 砂糖・酒・しょうゆ・ サラダ油・めんつゆ	せんべい・牛乳 野菜クッキー 牛乳	サラダ油・小麦粉・ パセリ・人参・ゴマ・ 砂糖
6 火	ごはん・豆腐の冷や汁風 ホッケのみりん焼き・ゆで野菜 切干大根煮	豆腐・油揚げ・ 魚(ホッケ)	米	きゅうり・生姜・ブロッコリー・人参・ 切干大根・椎茸	ゴマ・みそ・みりん・ かつおだし汁・しょうゆ・ サラダ油・砂糖・酒・ エッグフリーマヨネーズ	せんべい・牛乳 チーズ蒸しパン 牛乳	小麦粉・チーズ
7 水 七夕	七夕そうめん 野菜かきあげ・とり天 ゆかり和え・オレンジ	鶏肉・ツナ	そうめん	人参・オクラ・小ネギ・玉ねぎ・ かぼちゃ・枝豆・キャベツ・オレンジ	めんつゆ・小麦粉・ かつおだし汁・ サラダ油・ゆかり	せんべい・牛乳 星せんべい・きらきらゼリー 牛乳	せんべい・もも・ ゼリーの素
21 水	ソース焼きそば かぼちゃサラダ みそ汁・オレンジ	豚肉・青のり	焼きそば麺	玉ねぎ・人参・キャベツ・小松菜・ かぼちゃ・枝豆・オレンジ	サラダ油・ソース・ かつおだし汁・みそ・ エッグフリーマヨネーズ	せんべい・牛乳 ピーチゼリー・せんべい 牛乳	ゼリーの素・ せんべい
8 木	ごはん・みそ汁 ズッキーニ入りポークピーンズ かぶのサラダ	油揚げ・豚肉・ 大豆・しらす	米	もやし・インゲン・玉ねぎ・ピーマン・ ズッキーニ・かぶ・きゅうり・トマト	かつおだし汁・みそ・ サラダ油・砂糖・塩・ ケチャップ・ソース・ コンソメ・酢・オリーブ油	せんべい・牛乳 じゃがもち 牛乳	じゃがいも・片栗粉・ サラダ油・しょうゆ・ 青のり
9 金	ごはん・みそ汁 豚肉と春雨の炒め物 三色ナムル	豚肉	米・春雨・ じゃがいも	玉ねぎ・長ネギ・インゲン・ 赤ピーマン・キクラゲ・もやし・ ほうれん草・人参	かつおだし汁・みそ・ サラダ油・鶏ガラだし・ しょうゆ・酢・ごま油・ ゴマ	せんべい・牛乳 マカロニ・きなこ・ 牛乳	マカロニ・きなこ・ 砂糖
10 土	高野豆腐のそぼろ丼 ひじきと人参のマヨ和え みそ汁・グレープフルーツ	鶏挽肉・ 高野豆腐・ ひじき	米・麩	生姜・グリンピース・ほうれん草・ きゅうり・人参・グレープフルーツ	サラダ油・砂糖・みそ・ かつおだし汁・しょうゆ・ エッグフリーマヨネーズ	せんべい・牛乳 わかめおにぎり 牛乳	米・ワカメ
12 月	ごはん・みそ汁 豚肉とじゃがいもの煮物 青菜の納豆和え	豚肉・納豆	米・じゃがいも	なす・しめじ・玉ねぎ・人参・小松菜	かつおだし汁・みそ・ サラダ油・砂糖・酒・ しょうゆ・ゴマ	せんべい・牛乳 お好み焼き 牛乳	鶏挽肉・長ネギ・ キャベツ・小麦粉・ かつおだし汁・ サラダ油・ソース・ 青のり
13 火	ごはん・みそ汁 アジの唐揚げ 夏野菜サラダ・バナナ	魚(アジ)	米・麩	なめこ・玉ねぎ・生姜・アスパラ・ 枝豆・きゅうり・トマト・コーン・バナナ	かつおだし汁・みそ・ 酒・しょうゆ・片栗粉・ サラダ油・ゴマ・砂糖・ 塩・酢・ごま油	せんべい・牛乳 キャラロットサフレ 牛乳	小麦粉・砂糖・ サラダ油・人参
14 水	ゆかりごはん・みそ汁 おろし豚しゃぶ かぼちゃの甘煮	豆腐・豚肉	米	キャベツ・えのき・玉ねぎ・もやし・ 人参・大根・小ネギ・かぼちゃ	ゆかり・かつおだし汁・ みそ・ポン酢・砂糖・酒・ しょうゆ	せんべい・牛乳 ヨーグルトケーキ 牛乳	小麦粉・ヨーグルト・ サラダ油
15 木	ごはん・みそ汁 鶏肉の野菜あんかけ せんまい煮	鶏肉・油揚げ	米	大根・玉ねぎ・ニラ・人参・コーン・ せんまい・しらたき・枝豆	かつおだし汁・みそ・ 片栗粉・サラダ油・ 砂糖・しょうゆ・みりん	せんべい・牛乳 冷しうどん 牛乳	うどん・鶏挽肉・ 人参・ほうれん草・ めんつゆ・ かつおだし汁
29 木 誕生日会	冷しつっかけうどん 野菜の塩昆布和え グレープフルーツ	鶏肉	うどん	きゅうり・トマト・オクラ・白菜・コーン・ グレープフルーツ	酒・めんつゆ・塩昆布・ かつおだし汁・ゴマ・ ごま油	せんべい・牛乳 フルーツサンド 牛乳	食パン・ホイップ・ バナナ・もも
16 金	ポークカレー もやしサラダ オレンジ	豚肉	米・じゃがいも	玉ねぎ・人参・もやし・水菜・ キクラゲ・オレンジ	サラダ油・カレールウ・ 砂糖・酢・しょうゆ・ゴマ	せんべい・牛乳 かぼちゃおやき 牛乳	かぼちゃ・チーズ・ 砂糖・片栗粉・ サラダ油
17 土	ごはん・みそ汁 鶏肉と大根の煮物 きゅうりの塩昆布和え	ワカメ・鶏肉	米・さつまいも	大根・人参・椎茸・長ネギ・絹さや・ きゅうり	かつおだし汁・みそ・ サラダ油・砂糖・酒・ しょうゆ・塩昆布	せんべい・牛乳 マスカットゼリー・せんべい 牛乳	ゼリーの素・ せんべい

★太枠で囲まれている8日(木)は、旬の食材の日です。裏面の給食だよりに記載している食材を使用しています。

	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)
1・2歳児	477kcal(463)	17.7g(15.0)
3~5歳児	591kcal(574)	21.5g(21.5)

※カッコ内の数値は、基準値です。

午前おやつのせんべいは、まんまるソフトせんべい、小丸純せんべい、サラダ味、サラダおかき、あげまる、こめせんべいを日替わりで用意します。
★材料の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

★延長保育にはお菓子と飲み物がつきます。

7月 予定献立表(準備)

《準備食》

えがお保育園

日付 曜日	昼 食	昼食の食材				午前のおやつ	午後おやつの 主な食材
		血や肉になるもの	カや体温になるもの	体の調子を調べるもの	調味料他		
1 木	軟飯・みそ汁 のり塩チキン・ほうれん草の炒め物 オクラ納豆	鶏肉・納豆・ 青のり	米	かぼちゃ・玉ねぎ・ほうれん草・ しめじ・オクラ・人参	かつおだし汁・みそ・ みりん・塩・しょうゆ	せんべい・牛乳 麩ラスク 牛乳	サラダ油・砂糖・麩
2 金	焼きうどん ブロッコリーのおかか和え みそ汁・グレープフルーツ	豚肉・青のり・ 鰹節	うどん	玉ねぎ・人参・キャベツ・もやし・ 小松菜・ブロッコリー・コーン・ 赤ピーマン・グレープフルーツ	ソース・みそ・しょうゆ・ かつおだし汁	せんべい・牛乳 ゆかりおにぎり 牛乳	米・ゆかり・ゴマ
3 土	お魚チャーハン ポテトサラダ 中華スープ・バナナ	しらす・ 魚(サケ)	米・じゃがいも	長ネギ・コーン・チンゲン菜・玉ねぎ・ 人参・枝豆・バナナ	ゴマ・塩・しょうゆ・ 鶏ガラだし	せんべい・牛乳 ぶどうゼリー・せんべい 牛乳	ゼリーの素・ せんべい
5 月	軟飯・みそ汁 鶏肉の照り焼き・インゲンソテー ナスのおろし煮	鶏肉	米・里芋	絹さや・インゲン・コーン・ナス・大根	かつおだし汁・みそ・ 砂糖・酒・しょうゆ・ めんつゆ	せんべい・牛乳 野菜クッキー 牛乳	サラダ油・小麦粉・ パセリ・人参・ゴマ・ 砂糖
6 火	軟飯・豆腐の冷や汁風 ホッケのみりん焼き・ゆで野菜 切干大根煮	豆腐・ 魚(ホッケ)	米	きゅうり・生姜・ブロッコリー・人参・ 切干大根・椎茸	ゴマ・みそ・みりん・ かつおだし汁・しょうゆ・ 砂糖・酒・塩	せんべい・牛乳 チーズ蒸しパン 牛乳	小麦粉・チーズ
7 水 七夕	七夕そうめん 鶏肉とかぼちゃの煮物 ゆかり和え・オレンジ	鶏肉	そうめん	人参・オクラ・小ネギ・玉ねぎ・ かぼちゃ・枝豆・キャベツ・オレンジ	めんつゆ・ゆかり・ かつおだし汁・砂糖・ 酒・しょうゆ	せんべい・牛乳 星せんべい・きらきらゼリー 牛乳	せんべい・もも・ ゼリーの素
21 水	焼きうどん かぼちゃサラダ みそ汁・オレンジ	豚肉・青のり	うどん	玉ねぎ・人参・キャベツ・小松菜・ かぼちゃ・枝豆・オレンジ	ソース・かつおだし汁・ みそ・塩	せんべい・牛乳 ピーチゼリー・せんべい 牛乳	ゼリーの素・ せんべい
8 木	軟飯・みそ汁 ズッキーニ入りポークビーンズ かぶのサラダ	豚肉・大豆・ しらす	米	もやし・インゲン・玉ねぎ・ピーマン・ ズッキーニ・かぶ・きゅうり・トマト	かつおだし汁・みそ・ 砂糖・塩・ケチャップ・ ソース・コンソメ・酢	せんべい・牛乳 じやがもち 牛乳	じやがいも・片栗粉・ サラダ油・しょうゆ・ 青のり
9 金	軟飯・みそ汁 豚肉と春雨の炒め物 三色ナムル	豚肉	米・春雨・ じゃがいも	玉ねぎ・長ネギ・インゲン・ 赤ピーマン・キクラゲ・もやし・ ほうれん草・人参	かつおだし汁・みそ・ 鶏ガラだし・しょうゆ・ 酢・ゴマ	せんべい・牛乳 マカロニ・きなこ・ 牛乳	マカロニ・きなこ・ 砂糖
10 土	高野豆腐のそぼろ丼 ひじきと人参の和え物 みそ汁・グレープフルーツ	鶏挽肉・ 高野豆腐・ ひじき	米・麸	生姜・グリンピース・ほうれん草・ きゅうり・人参・グレープフルーツ	砂糖・みそ・しょうゆ・ かつおだし汁	せんべい・牛乳 わかめおにぎり 牛乳	米・ワカメ
12 月	軟飯・みそ汁 豚肉とじゃがいもの煮物 青菜の納豆和え	豚肉・納豆	米・じゃがいも	なす・しめじ・玉ねぎ・人参・小松菜	かつおだし汁・みそ・ 砂糖・酒・しょうゆ・ゴマ	せんべい・牛乳 鶏挽肉・長ネギ・ キャベツ・小麦粉・ かつおだし汁・ サラダ油・ソース・ 青のり	鶏挽肉・長ネギ・ キャベツ・小麦粉・ かつおだし汁・ サラダ油・ソース・ 青のり
13 火	軟飯・みそ汁 アジの照り焼き 夏野菜サラダ・バナナ	魚(アジ)	米・麸	なめこ・玉ねぎ・アスパラ・枝豆・ きゅうり・トマト・コーン・バナナ	かつおだし汁・みそ・ 酒・しょうゆ・ゴマ・ 砂糖・塩・酢	せんべい・牛乳 キャロットサフレ 牛乳	小麦粉・砂糖・ サラダ油・人参
14 水	ゆかり軟飯・みそ汁 おろし豚しゃぶ かぼちゃの甘煮	豆腐・豚肉	米	キャベツ・えのき・玉ねぎ・もやし・ 人参・大根・小ネギ・かぼちゃ	ゆかり・かつおだし汁・ みそ・ポン酢・砂糖・酒・ しょうゆ	せんべい・牛乳 ヨーグルトケーキ 牛乳	小麦粉・ヨーグルト・ サラダ油
15 木	軟飯・みそ汁 鶏肉の野菜あんかけ せんまい煮	鶏肉	米	大根・玉ねぎ・ニラ・人参・コーン・ せんまい・枝豆	かつおだし汁・みそ・ 片栗粉・砂糖・ しょうゆ・みりん	せんべい・牛乳 冷しうどん 牛乳	うどん・鶏挽肉・ 人参・ほうれん草・ めんつゆ・ かつおだし汁
29 木 誕生会	冷しうどん 野菜の塩昆布和え グレープフルーツ	鶏肉	うどん	きゅうり・トマト・オクラ・白菜・コーン・ グレープフルーツ	酒・めんつゆ・塩昆布・ かつおだし汁・ゴマ	せんべい・牛乳 フルーツサンド 牛乳	食パン・ホイップ・ バナナ・もも
16 金	軟飯・具だくさんスープ もやしサラダ オレンジ	豚肉	米・じゃがいも	玉ねぎ・人参・もやし・水菜・ キクラゲ・オレンジ	かつおだし汁・砂糖・ 酢・しょうゆ・ゴマ	せんべい・牛乳 かぼちゃおやき 牛乳	かぼちゃ・チーズ・ 砂糖・片栗粉・ サラダ油
17 土	軟飯・みそ汁 鶏肉と大根の煮物 きゅうりの塩昆布和え	ワカメ・鶏肉	米・さつまいも	大根・人参・椎茸・長ネギ・絹さや・ きゅうり	かつおだし汁・みそ・ 砂糖・酒・しょうゆ・ 塩昆布	せんべい・牛乳 マスカットゼリー・せんべい 牛乳	ゼリーの素・ せんべい

★太枠で囲まれている8日(木)は、旬の食材の日です。裏面の給食により記載している食材を使用しています。

午前おやつのせんべいは、まんまるソフトせんべいを提供しています。

★材料の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

★延長保育にはお菓子と飲み物がつきます。

※牛乳に関しては、ご家庭と相談の上、個別に対応しています。

7月 予定献立表(離乳)

えがお保育園

日付	離乳中期 7~8ヶ月頃 舌でつぶせる固さ		離乳後期 9~11ヶ月頃 歯ぐきでつぶせる固さ	
	午前食	午後食	午前食	午後食
1 木 (鶏挽肉・ほうれん草・しめじ)	やわらか粥・みそ汁(かぼちゃ) 挽肉と青菜のやわらか煮 (納豆・オクラ・人参)	やわらか粥・みそ汁(玉ねぎ・麸) 納豆のやわらか煮 (納豆・オクラ・人参)	お粥・みそ汁(かぼちゃ) 挽肉と青菜の煮物 (鶏挽肉・ほうれん草・しめじ)	お粥・みそ汁(玉ねぎ・麸) 納豆煮 (納豆・オクラ・人参)
2 金 グレープフルーツ	やわらか煮込みうどん (うどん・鶏挽肉・玉ねぎ・人参・キャベツ)	やわらか粥・スープ(もやし・小松菜) しらすと野菜のやわらか煮 (しらす・ブロッコリー・コーン・赤ピーマン)	煮込みうどん (うどん・鶏挽肉・玉ねぎ・人参・キャベツ)	お粥・スープ(もやし・小松菜) しらすと野菜の煮物 (しらす・ブロッコリー・コーン・赤ピーマン)
3 土 バナナ	やわらかしらす粥(しらす・長ネギ・コーン) スープ(チンゲン菜)	やわらか粥・みそ汁(玉ねぎ・人参) 白身魚とじゃがいものやわらか煮 (魚(タラ)・じゃがいも・枝豆)	しらす粥(しらす・長ネギ・コーン) スープ(チンゲン菜) バナナ	お粥・みそ汁(玉ねぎ・人参) 白身魚とじゃがいもの煮物 (魚(タラ)・じゃがいも・枝豆)
5 月 (鶏挽肉・ナス・インゲン)	やわらか粥・みそ汁(里芋・絹さや)	やわらか粥・スープ(コーン・人参)	お粥・みそ汁(里芋・絹さや)	お粥・スープ(コーン・人参)
19 火 (魚(タラ)・ブロッコリー・人参)	ナスのやわらかそぼろ煮	しらすと大根のやわらか煮 (しらす・大根・絹さや)	ナスのそぼろ煮 (鶏挽肉・ナス・インゲン)	しらすと大根の煮物 (しらす・大根・絹さや)
6 水 オレンジ	やわらか粥・みそ汁(きゅうり・豆腐)	やわらか粥・みそ汁(ワカメ・麸)	お粥・みそ汁(きゅうり・豆腐)	お粥・みそ汁(ワカメ・麸)
20 木 (魚(タラ)・ブロッコリー・人参)	白身魚と野菜のやわらか煮	豆腐と切干大根のやわらか煮 (豆腐・切干大根・人参・椎茸)	白身魚と野菜の煮物 (魚(タラ)・ブロッコリー・人参)	豆腐と切干大根の煮物 (豆腐・切干大根・人参・椎茸)
7 水 オレンジ	やわらか野菜にゅうめん (そうめん・鶏挽肉・人参・オクラ・小ネギ)	やわらか粥・スープ(キャベツ) 白身魚とかぼちゃのやわらか煮 (魚(タラ)・かぼちゃ・玉ねぎ・枝豆)	野菜にゅうめん (そうめん・鶏挽肉・人参・オクラ・小ネギ) オレンジ	お粥・スープ(キャベツ) 白身魚とかぼちゃの煮物 (魚(タラ)・かぼちゃ・玉ねぎ・枝豆)
21 水 オレンジ	やわらか煮込みうどん (うどん・鶏挽肉・玉ねぎ・人参・キャベツ)	やわらか粥・スープ(小松菜・玉ねぎ) 白身魚とかぼちゃのやわらか煮 (魚(タラ)・かぼちゃ・枝豆)	煮込みうどん (うどん・鶏挽肉・玉ねぎ・人参・キャベツ)	お粥・スープ(小松菜・玉ねぎ) 白身魚とかぼちゃの煮物 (魚(タラ)・かぼちゃ・枝豆)
8 木 (鶏挽肉・玉ねぎ・ビーマン・人参)	やわらか粥・みそ汁(もやし・インゲン) 野菜のやわらかそぼろ煮	やわらか粥・みそ汁(じゃがいも) しらすとかぶのやわらか煮 (しらす・かぶ・きゅうり・トマト)	お粥・みそ汁(もやし・インゲン) 野菜のそぼろ煮 (鶏挽肉・玉ねぎ・ビーマン・人参)	お粥・みそ汁(じゃがいも) しらすとかぶの煮物 (しらす・かぶ・きゅうり・トマト)
9 金 (鶏挽肉・長ネギ・春雨・インゲン・赤ピーマン)	やわらか粥・みそ汁(じゃがいも・玉ねぎ) 挽肉と春雨のやわらか煮	やわらか粥・スープ(もやし・人参) 白身魚とマカロニのやわらか煮 (魚(タラ)・マカロニ・ほうれん草)	お粥・みそ汁(じゃがいも・玉ねぎ) 挽肉と春雨の煮物 (鶏挽肉・長ネギ・春雨・インゲン・赤ピーマン)	お粥・スープ(もやし・人参) 白身魚とマカロニの煮物 (魚(タラ)・マカロニ・ほうれん草)
10 24 土 グレープフルーツ	やわらかそぼろ粥(鶏挽肉・グリンピース)	やわらかひじき粥(ひじき)・みそ汁(ワカメ・麸)	そぼろ粥(鶏挽肉・グリンピース)	ひじき粥(ひじき)・みそ汁(ワカメ・麸)
26 火 (魚(タラ)・トマト・玉ねぎ・枝豆)	みそ汁(ほうれん草)	高野豆腐のやわらか煮	みそ汁(ほうれん草)	高野豆腐の煮物
12 月 (鶏挽肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参)	やわらか粥・みそ汁(ナス・しめじ)	やわらか粥・みそ汁(長ネギ・キャベツ) 納豆のやわらか煮 (納豆・小松菜)	お粥・みそ汁(ナス・しめじ) じやがいものそぼろ煮 (鶏挽肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参)	お粥・みそ汁(長ネギ・キャベツ) 納豆煮 (納豆・小松菜)
27 火 (魚(タラ)・トマト・玉ねぎ・枝豆)	白身魚と夏野菜のやわらか煮	挽肉と野菜のやわらか煮 (鶏挽肉・きゅうり・人参・玉ねぎ・コーン)	白身魚と夏野菜の煮物 (魚(タラ)・トマト・玉ねぎ・枝豆)	挽肉と野菜の煮物 (鶏挽肉・きゅうり・人参・玉ねぎ・コーン)
13 28 水 (鶏挽肉・玉ねぎ・もやし・人参・大根)	やわらか粥・みそ汁(麸・人参)	やわらか粥・スープ(インゲン)	お粥・みそ汁(麸・人参)	お粥・スープ(インゲン)
27 火 (魚(タラ)・トマト・玉ねぎ・枝豆)	白身魚と夏野菜のやわらか煮	挽肉と野菜のやわらか煮 (鶏挽肉・きゅうり・人参・玉ねぎ・コーン)	白身魚と夏野菜の煮物 (魚(タラ)・トマト・玉ねぎ・枝豆)	挽肉と野菜の煮物 (鶏挽肉・きゅうり・人参・玉ねぎ・コーン)
14 28 水 (鶏挽肉・玉ねぎ・もやし・人参・大根)	やわらか粥・みそ汁(キャベツ)	やわらか粥・みそ汁(豆腐・小ネギ)	お粥・みそ汁(キャベツ)	お粥・みそ汁(豆腐・小ネギ)
15 木 (鶏挽肉・玉ねぎ・人参・コーン・ほうれん草)	挽肉と野菜のやわらか煮	しらすとかぼちゃのやわらか煮 (しらす・かぼちゃ・玉ねぎ)	挽肉と野菜の煮物 (鶏挽肉・玉ねぎ・もやし・人参・大根)	しらすとかぼちゃの煮物 (しらす・かぼちゃ・玉ねぎ)
29 木 誕生日会 グレープフルーツ	やわらかトマト煮込みうどん (うどん・鶏挽肉・きゅうり・トマト)	やわらか粥・スープ(コーン・ワカメ) しらすとオクラのやわらか煮 (しらす・オクラ・白菜)	トマト煮込みうどん (うどん・鶏挽肉・きゅうり・トマト)	お粥・スープ(コーン・ワカメ) しらすとオクラの煮物 (しらす・オクラ・白菜)
16 30 金 オレンジ	やわらかそぼろ粥(鶏挽肉・玉ねぎ・人参)	やわらか粥・みそ汁(もやし・人参)	そぼろ粥(鶏挽肉・玉ねぎ・人参)	お粥・みそ汁(もやし・人参)
31 土 (鶏肉・大根・人参)	スープ(じゃがいも)	白身魚とかぼちゃのやわらか煮 (魚(タラ)・かぼちゃ・インゲン)	スープ(じゃがいも)	白身魚とかぼちゃの煮物 (魚(タラ)・かぼちゃ・インゲン)
17 31 土 (鶏肉・大根・人参)	やわらか粥・みそ汁(さつまいも・ワカメ)	やわらか具入り粥(しらす・椎茸・さつまいも) みそ汁(長ネギ・絹さや)	お粥・みそ汁(さつまいも・ワカメ) 鶏肉と大根の煮物 (鶏肉・大根・人参)	具入り粥(しらす・椎茸・さつまいも) みそ汁(長ネギ・絹さや)

☆材料の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。