



日付	曜日	屋食	主な材料と体内での働き				おやつ(午前)		おやつ(午後)	
			主にかからだをつくるもの	主にかからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	献立	材料	
1	木	鶏肉の治部煮 小松菜とキャベツの和え物 麦入りごはん 味噌汁	鶏肉 豆腐・赤みそ・白みそ	しいたけ・人参・さやいんげん 小松菜・キャベツ・人参 わかめ・青ねぎ	小麦粉・里芋・砂糖 米(国産)・押麦	醤油・本みりん・料理酒・だし 醤油・本みりん・だし だし	ベジタベるスナック	きなこちんすこう 牛乳	小麦粉・きな粉・油 砂糖・塩 ▲牛乳	
2	金	どんこつラーメン さつま芋きんぴら フルーツ(オレンジ)	豚肉 キャベツ・玉ねぎ・人参・太もやし・青ねぎ	キャベツ・玉ねぎ オレンジ	中華麺・油 さつま芋・油・砂糖・白ごま	塩・鶏がらスープ・豚骨ラーメンスープ だし・醤油・本みりん・料理酒	アスハラガス ビスケット	サケ味噌おにぎり	米(国産)・さけフレーク・玉ねぎ・油 赤みそ・醤油・砂糖	
3	土	しらすチャーハン 鶏肉とじゃが芋の煮物 中華スープ	しらす・ちくわ 鶏肉	チンゲン菜・玉ねぎ 人参 白菜・キャベツ・青ねぎ	米(国産)・油 油・じゃが芋・砂糖	鶏がらスープ・塩・醤油 だし・料理酒・醤油 鶏がらスープ	ルヴァン	市販菓子	ベジタベるスナック ぼたぼた焼き	
5	月	和風スパゲティ かぼちゃの煮物 フルーツ(りんご)	ツナフレーク かぼちゃ	白菜・ブロッコリー・しめじ かぼちゃ りんご	スパゲティ・油・でん粉 砂糖	塩・だし・醤油 醤油・本みりん・だし	ベジタベるスナック	なめしおにぎり	米(国産) 菜めしの素	
6	火	カレーライス ちくわと野菜のサラダ フルーツ(みかん)	豚肉 ちくわ	玉ねぎ・人参 キャベツ・さやいんげん・コーン みかん	米(国産)・押麦・じゃが芋・油 マヨネーズタイプ(卵不使用)	カレーフレーク 塩	▲ビスコ	きなこクリーム サンド 牛乳	▲食パン・豆腐・砂糖 でん粉・きな粉 ▲牛乳	
7	水	白身魚の香草フリッター キャベツとブロッコリーサラダ ごはん 味噌汁	ホキ 赤みそ・白みそ	ドライパセリ キャベツ・ブロッコリー・さやいんげん	小麦粉・天ぷら粉・油 砂糖・油 米(国産) 巻紙	塩・醤油・本みりん 酢・塩 だし	聖型せんべい	チヂミ 牛乳	小麦粉・でん粉・塩・豚肉・ニラ 太もやし・玉ねぎ・油・醤油・ごま油 ▲牛乳	
8	木	フライドチキン ポテトサラダ ロールパン スープ ぶどうかん	鶏肉 ワインナー	にんにく・しょうが きゅうり 玉ねぎ・人参・コーン 寒天・ぶどうジュース	砂糖・マヨネーズタイプ(卵不使用)・でん粉・油 じゃが芋・マヨネーズタイプ(卵不使用) ▲ロールパン 砂糖	塩・鶏がらスープ コンソメ	ベジタベるスナック	お誕生日ケーキ (フルーツ) 牛乳	ホットケーキミックス・砂糖・油 黄桃(缶詰)・バナナ・▲ホイップクリーム ▲牛乳	
9	金	チキンソテーアップルソース 白菜のツナ和え ごはん 味噌汁	鶏肉 ツナフレーク 赤みそ・白みそ	りんご 白菜・人参・さやいんげん 青ねぎ	小麦粉・油・砂糖・でん粉 米(国産) おつゆ麩・じゃが芋	塩・醤油・料理酒 醤油・本みりん・だし だし	▲ウエハース	大学芋 牛乳	さつま芋・油 砂糖・黒ごま ▲牛乳	
10	土	鶏肉とわかめのうどん さつま芋のじゃが芋がらめ フルーツ(黄桃缶)	鶏肉 しらす	わかめ・小松菜・人参・だし昆布 黄桃(缶詰)	うどん さつま芋・油・白ごま・砂糖	だし・醤油・本みりん・塩 醤油・酢	ルヴァン	市販菓子	聖型せんべい アスハラガスビスケット	
12	月	白身フライ おなかサラダ ごはん 味噌汁	白身魚フライ かつお節 赤みそ・白みそ	ブロッコリー・大根・人参 白菜・わかめ・青ねぎ	油 油・砂糖 米(国産)	とんかつソース・トマトケチャップ 醤油・酢 だし	聖型せんべい	フルーツあんみつ 牛乳	寒天・砂糖・バナナ レモン果汁・黄桃(缶詰)・小倉あん ▲牛乳	
13	火	ひじき入りピラフ 鶏肉の照焼 ブロッコリーのおかか和え スープ	ワインナー 鶏肉 かつお節	人参・玉ねぎ・ひじき・ドライパセリ ブロッコリー・人参 小松菜・キャベツ・かぼちゃ	米(国産)・油 砂糖・油	コンソメ・塩 醤油・本みりん 醤油・本みりん・だし コンソメ	ルヴァン	さつま芋の ごまおやき 牛乳	さつま芋・砂糖・でん粉 白ごま・油 ▲牛乳	
14	水	ポークハヤシ しらすと野菜のサラダ フルーツ(バナナ)	豚肉 しらす	玉ねぎ・人参・しめじ きゅうり・キャベツ・人参 バナナ	米(国産)・油 砂糖・油	ハヤシルウ・トマトケチャップ 酢・醤油	ベジタベるスナック	お好み焼き 牛乳	お好み焼き粉・ちくわ・キャベツ・人参 ※・とんかつソース・あおさのり・マヨネーズタイプ(卵不使用) ▲牛乳	
15	木	鶏肉とごぼうのうどん さつま芋の天ぷら フルーツ(オレンジ)	鶏肉・平天	ごぼう・人参・青ねぎ・だし昆布 オレンジ	うどん さつま芋・天ぷら粉・油	だし・醤油・本みりん・塩 塩	アスハラガス ビスケット	おなかおにぎり	米(国産)・かつお節 醤油	
16	金	ザバの西京焼 昆布イリチー 麦入りごはん すまし汁	さば・白みそ	細切昆布・切干大根・干しいたけ・人参・ピーマン ほうれん草・玉ねぎ	砂糖・油 油・砂糖 米(国産)・押麦 じゃが芋	料理酒・本みりん 醤油・本みりん・だし だし・醤油・塩	▲マンナ ビスケット	りんご入りケーキ 牛乳	ホットケーキミックス・砂糖 油・りんご ▲牛乳	
17	土	焼き鳥丼 高野豆腐の煮物 味噌汁	鶏肉 凍り豆腐 赤みそ・白みそ	しょうが・キャベツ さやいんげん 白菜・小松菜	米(国産)・油・砂糖・でん粉・白ごま 砂糖 じゃが芋	醤油・本みりん・塩 だし・醤油・料理酒 だし	ルヴァン	市販菓子	ベジタベるスナック ぼたぼた焼き	
19	月	きつね丼 白菜の和えもの 味噌汁	鶏肉・味付け油揚げ 油揚げ・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・みつば 白菜・人参・さやいんげん 大根	米(国産)・押麦・砂糖・でん粉 砂糖 巻紙	だし・醤油・本みりん・料理酒 和風だし・醤油 だし	▲ビスコ	ジャムサンド 牛乳	▲食パン いちごジャム ▲牛乳	
20	火	白身魚のごま天ぷら ほうれん草の納豆和え ごはん 味噌汁	ホキ 納豆 赤みそ・白みそ	ほうれん草・人参 玉ねぎ・わかめ	天ぷら粉・黒ごま・白ごま・油 米(国産) じゃが芋	塩 醤油 だし	アスハラガス ビスケット	フルーツヨーグルト 牛乳	黄桃(缶詰)・りんご・▲ヨーグルト 砂糖・コーンフレーク ▲牛乳	
21	水	五目うどん 小松菜ともやしの和えもの フルーツ(オレンジ)	豚肉・ちくわ	白菜・人参・しいたけ・さやえんどう・だし昆布 小松菜・太もやし オレンジ	うどん ごま油	だし・醤油・本みりん・塩 醤油・本みりん・鶏がらスープ	ベジタベるスナック	わかめおにぎり	米(国産) わかめご飯の素	
22	木	煮込みハンバーグ 聖人参入りサラダ ピラフ スープ	ハンバーグ ツナフレーク	玉ねぎ 玉ねぎ・人参 玉ねぎ・コーン・グリーンピース・ブロッコリー・人参 キャベツ・玉ねぎ・青ねぎ	油 じゃが芋・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)・油	▲デミグラスソース・コンソメ 塩 コンソメ・塩 コンソメ	▲ビスコ	クリスマスツッキー 牛乳	小麦粉・油 砂糖 ▲牛乳	
23	金	赤魚の旨煮 さつま芋もサラダ ごはん 味噌汁	赤魚 赤みそ・白みそ	しょうが 玉ねぎ・コーン 白菜・ほうれん草	砂糖 さつま芋・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	ウスターソース・醤油・料理酒 塩 だし	▲ウエハース	バナナ蒸しパン 牛乳	ホットケーキミックス・砂糖 豆腐・バナナ ▲牛乳	
24	土	豚肉 マカロニサラダ 味噌汁	豚肉 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ グリーンアスパラガス・コーン かぼちゃ・青ねぎ	米(国産)・油 マカロニ・油・マヨネーズタイプ(卵不使用) おつゆ麩	だし・醤油・本みりん・料理酒 だし	ルヴァン	市販菓子	聖型せんべい アスハラガスビスケット	
26	月	鶏肉のオーロラ揚げ ほうれん草とキャベツのごま和え ごはん 味噌汁	鶏肉 赤みそ・白みそ	ほうれん草・キャベツ 小松菜	小麦粉・油・マヨネーズタイプ(卵不使用) 白ごま 米(国産) じゃが芋	塩・トマトケチャップ 醤油・本みりん・だし だし	ベジタベるスナック	炒めビーフン 牛乳	ビーフン・豚肉・でん粉・油・玉ねぎ 人参・しめじ・鶏がらスープ・醤油 ▲牛乳	
27	火	さつま芋入りうどん にんじんきんぴら フルーツ(バナナ)	豚肉	玉ねぎ・干しいたけ・青ねぎ・だし昆布 人参 バナナ	うどん・さつま芋 つきごんにやく・油・砂糖	だし・醤油・本みりん・塩 だし・醤油・本みりん・料理酒	ルヴァン	ゆかりおにぎり	米(国産) ゆかり	
28	水	ケチャップライス 高野豆腐アゲツ スープ	ワインナー 凍り豆腐・豆腐	人参・玉ねぎ・ドライパセリ 玉ねぎ・コーン	米(国産)・油 砂糖・小麦粉・油 じゃが芋	トマトケチャップ・コンソメ・塩 だし・塩・トマトケチャップ コンソメ	▲マンナ ビスケット	チーズ スティックパン 牛乳	▲食パン・マヨネーズタイプ(卵不使用) ▲粉チーズ ▲牛乳	

幼児 栄養価の平均 エネルギー(1) 577kcal たんぱく質(たん) 18.5g 脂質(脂) 18.6g カルシウム(Ca) 182mg 食塩相当量(食塩) 2.2g

乳児 栄養価の平均 エネルギー(1) 502kcal たんぱく質(たん) 15.2g 脂質(脂) 16.6g カルシウム(Ca) 185mg 食塩相当量(食塩) 1.8g

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。

★ 午前おやつは、乳児のみとなります。

日付	曜日	屋食	主な材料と体内での働き				献立		おやつ(午後)	
			主にかからだをつくるもの	主にかからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	献立	材料	
1	木	鶏肉の治部煮 小松菜とキャベツの和え物 軟飯 味噌汁	鶏肉 豆腐・赤みそ・白みそ	しいたけ・人参・さやいんげん 小松菜・キャベツ・人参 わかめ・青ねぎ	小麦粉・里芋・砂糖 米(国産)	醤油・本みりん・料理酒・だし 醤油・本みりん・だし	野菜ハイハイ	きなこちんすこう	小麦粉・きな粉・油 砂糖・塩	
2	金	どんこつラーメン さつま芋きんぴら フルーツ(オレンジ)	豚肉 キャベツ・玉ねぎ・人参・太もやし・青ねぎ	キャベツ・玉ねぎ オレンジ	中華麺・油 さつま芋・油・砂糖	塩・鶏がらスープ・豚骨ラーメンスープ だし・醤油・本みりん・料理酒	アンパンマン ベビーせんべい	サケ味噌入り軟飯	米(国産)・さけフレーク・玉ねぎ・油 赤みそ・醤油・砂糖	
3	土	しらすチャーハン(軟飯) 鶏肉とじゃが芋の煮物 中華スープ	しらす・ちくわ 鶏肉	チンゲン菜・玉ねぎ 人参 白菜・キャベツ・青ねぎ	米(国産)・油 油・じゃが芋・砂糖	鶏がらスープ・塩・醤油 だし・料理酒・醤油 鶏がらスープ	ハイハイ	市販菓子	ベビーせんべい ハイハイ	
5	月	和風スパゲティ かぼちゃの煮物 フルーツ(りんご)	ツナフレーク かぼちゃ	白菜・ブロッコリー・しめじ かぼちゃ りんご	スパゲティ・油・でん粉 砂糖	塩・だし・醤油 醤油・本みりん・だし	▲マンナ ビスケット	なめし入り軟飯	米(国産) 菜めしの素	
6	火	ポトフ ちくわと野菜のサラダ 軟飯 フルーツ(みかん)	豚肉 ちくわ	玉ねぎ・人参 キャベツ・さやいんげん・コーン みかん	じゃが芋・油 マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	コンソメ・醤油 塩	ハイハイ	きなこクリームサンド	▲食パン・豆腐・砂糖 でん粉・きな粉	
7	水	白身魚の香草焼き キャベツとブロッコリーサラダ 軟飯 味噌汁	ホキ 赤みそ・白みそ	ドライパセリ キャベツ・ブロッコリー・さやいんげん	小麦粉・油 砂糖・油 米(国産) 巻麩	塩 酢・塩 だし	▲ウエハース	チヂミ	小麦粉・でん粉・塩・豚肉・ニラ 太もやし・玉ねぎ・油・醤油	
8	木	チキングリル ポテトサラダ ロールパン スープ ぶどうかん	鶏肉 ウィンナー	しょうが きゅうり 玉ねぎ・人参・コーン 寒天・ぶどうジュース	砂糖・マヨネーズタイプ(卵不使用)・油 じゃが芋・マヨネーズタイプ(卵不使用) ▲ロールパン 砂糖	塩・鶏がらスープ コンソメ	アンパンマン ベビーせんべい	お誕生日ケーキ (フルーツ)	ホットケーキミックス・砂糖・油 黄桃(缶詰)・バナナ・▲ホイップクリーム	
9	金	チキンテーアアップルソース 白菜のツナ和え 軟飯 味噌汁	鶏肉 ツナフレーク 赤みそ・白みそ	りんご 白菜・人参・さやいんげん 青ねぎ	小麦粉・油・砂糖・でん粉 米(国産) おつゆ麩・じゃが芋	塩・醤油・料理酒 醤油・本みりん・だし	野菜ハイハイ	(蒸し) 大学芋	さつま芋 砂糖	
10	土	鶏肉とわかめのうどん さつま芋の煮物 フルーツ(黄桃缶)	鶏肉 しらす	わかめ・小松菜・人参・だし昆布 黄桃(缶詰)	うどん さつま芋・砂糖	だし・醤油・本みりん・塩 醤油	ハイハイ	市販菓子	ベビーせんべい ハイハイ	
12	月	白身魚の煮つけ おなかサラダ 軟飯 味噌汁	ホキ かつお節 赤みそ・白みそ	ブロッコリー・大根・人参 白菜・わかめ・青ねぎ	砂糖 油・砂糖 米(国産)	料理酒・本みりん・醤油 醤油・酢 だし	▲マンナ ビスケット	フルーツあんみつ	寒天・砂糖・バナナ レモン果汁・黄桃(缶詰)・小倉あん	
13	火	ひじき入りピラフ(軟飯) 鶏肉の照焼 ブロッコリーのおかか和え スープ	ウィンナー 鶏肉 かつお節	人参・玉ねぎ・ひじき・ドライパセリ ブロッコリー・人参 小松菜・キャベツ・かぼちゃ	米(国産)・油 砂糖・油	コンソメ・塩 醤油・本みりん 醤油・本みりん・だし コンソメ	野菜ハイハイ	さつま芋のおやき	さつま芋・砂糖 でん粉・油	
14	水	ホークハヤシライス(軟飯) しらすと野菜のサラダ フルーツ(バナナ)	豚肉 しらす	玉ねぎ・人参・しめじ きゅうり・キャベツ・人参 バナナ	米(国産)・油 砂糖・油	ハヤシルウ・トマトケチャップ 酢・醤油	▲ウエハース	お好み焼き	お好み焼き粉・ちくわ・キャベツ・人参 ※・こんかつソース・あおさのり・マヨネーズタイプ(卵不使用)	
15	木	鶏肉とごぼうのうどん さつま芋の煮物 フルーツ(オレンジ)	鶏肉・平天	ごぼう・人参・青ねぎ・だし昆布 オレンジ	うどん さつま芋・砂糖	だし・醤油・本みりん・塩 だし・醤油・料理酒	野菜ハイハイ	おかか入り軟飯	米(国産)・かつお節 醤油	
16	金	白身魚の西京焼 昆布イリチー 軟飯 すまし汁	ホキ・白みそ	細切昆布・切干大根・干しいたけ・人参・ピーマン ほうれん草・玉ねぎ	砂糖・油 油・砂糖 米(国産) じゃが芋	料理酒・本みりん 醤油・本みりん・だし だし・醤油・塩	▲マンナ ビスケット	りんご入りケーキ	ホットケーキミックス・砂糖 油・りんご	
17	土	焼き鳥丼(軟飯) 高野豆腐の煮物 味噌汁	鶏肉 凍り豆腐 赤みそ・白みそ	しょうが・キャベツ さやいんげん 白菜・小松菜	米(国産)・油・砂糖・でん粉 砂糖 じゃが芋	醤油・本みりん・塩 だし・醤油・料理酒 だし	ハイハイ	市販菓子	ベビーせんべい ハイハイ	
19	月	きつね丼(軟飯) 白菜の和えもの 味噌汁	鶏肉・味噌揚げ 白菜の和えもの 味噌汁	玉ねぎ・みつば 白菜・人参・さやいんげん 大根	米(国産)・砂糖・でん粉 砂糖 巻麩	だし・醤油・本みりん・料理酒 和風だし・醤油 だし	▲マンナ ビスケット	ジャムサンド	▲食パン いちごジャム	
20	火	白身魚の照り煮 ほうれん草の納豆和え 軟飯 味噌汁	ホキ 納豆 赤みそ・白みそ	ほうれん草・人参 玉ねぎ・わかめ	砂糖・でん粉 米(国産) じゃが芋	醤油・本みりん 醤油 だし	野菜ハイハイ	フルーツヨーグルト	黄桃(缶詰)・りんご・▲ヨーグルト 砂糖・コーンフレーク	
21	水	五目うどん 小松菜とちくわの和えもの フルーツ(オレンジ)	豚肉・ちくわ	白菜・人参・干しいたけ・さやえんどう・だし昆布 小松菜・太もやし オレンジ	うどん	だし・醤油・本みりん・塩 醤油・本みりん・鶏がらスープ	ハイハイ	わかめ入り軟飯	米(国産) わかめご飯の素	
22	木	煮込みハンバーグ 聖人参入りサラダ ピラフ(軟飯) スープ	ハンバーグ ツナフレーク	玉ねぎ 玉ねぎ・人参 玉ねぎ・コーン・グリーンピース・ブロッコリー・人参 キャベツ・玉ねぎ・青ねぎ	油 じゃが芋・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)・油	▲デミグラスソース・コンソメ 塩 コンソメ・塩 コンソメ	▲マンナ ビスケット	クリスマスクッキー	小麦粉・油 砂糖	
23	金	赤魚の旨煮 さつまいもサラダ 軟飯 味噌汁	赤魚 赤みそ・白みそ	しょうが 玉ねぎ・コーン 白菜・ほうれん草	砂糖 さつま芋・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	ウスターソース・醤油・料理酒 塩 だし	▲ウエハース	バナナ蒸しパン	ホットケーキミックス・砂糖 豆腐・バナナ	
24	土	豚肉(軟飯) マカロニサラダ 味噌汁	豚肉 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ グリーンアスパラガス・コーン かぼちゃ・青ねぎ	米(国産)・砂糖・でん粉 マカロニ・油・マヨネーズタイプ(卵不使用) おつゆ麩	だし・醤油・本みりん・料理酒 だし	ハイハイ	市販菓子	ベビーせんべい ハイハイ	
26	月	鶏肉のオーロラがらめ ほうれん草とキャベツのごま和え 軟飯 味噌汁	鶏肉 赤みそ・白みそ	ほうれん草・キャベツ 小松菜	小麦粉・油・マヨネーズタイプ(卵不使用) 白ごま 米(国産) じゃが芋	塩・トマトケチャップ 醤油・本みりん・だし だし	野菜ハイハイ	炒めピーマン	ピーマン・豚肉・でん粉・油・玉ねぎ 人参・しめじ・鶏がらスープ・醤油	
27	火	さつま芋入りうどん にんじんきんぴら フルーツ(バナナ)	豚肉	玉ねぎ・干しいたけ・青ねぎ・だし昆布 人参 バナナ	うどん・さつま芋 つきごんにやく・油・砂糖	だし・醤油・本みりん・塩 だし・醤油・本みりん・料理酒	▲ウエハース	ゆかり入り軟飯	米(国産) ゆかり	
28	水	ケチャップライス(軟飯) (焼)高野豆腐ナゲット スープ	ウィンナー 凍り豆腐・豆腐	人参・玉ねぎ・ドライパセリ 玉ねぎ・コーン	米(国産)・油 砂糖・小麦粉・油 じゃが芋	トマトケチャップ・コンソメ・塩 だし・塩・トマトケチャップ コンソメ	▲マンナ ビスケット	チーズスティックパン	▲食パン・マヨネーズタイプ(卵不使用) ▲粉チーズ	



日付	曜日	屋食	主な材料と体内での働き				おやつ(午前)		おやつ(午後)	
			主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	献立	材料	
1	木	豆腐と野菜の煮物 かぼちゃの煮物 5倍がゆ 味噌汁	豆腐 赤みそ	人参・小松菜 かぼちゃ キャベツ・玉ねぎ	米(国産)	だし・醤油 だし・醤油 だし	野菜ハイハイ	きなこ蒸しパン	ホットケーキミックス・きな粉 砂糖	
2	金	鶏ミンチと野菜のうどん さつま芋の煮物 フルーツ(バナナ)	鶏ひき肉 赤みそ	ほうれん草・玉ねぎ バナナ	うどん さつま芋	だし・醤油 だし・醤油	アンパンマン ベビーせんべい	菜めし入り5倍がゆ	米(国産)・だし 菜めしの素	
3	土	白身魚とチンゲン菜の煮物 じゃが芋の煮物 5倍がゆ スープ	からすがれい 赤みそ	チンゲン菜 人参 玉ねぎ・白菜	じゃが芋 米(国産)	だし・醤油 だし・醤油 だし・塩	ハイハイ	市販菓子	ベビーせんべい ハイハイ	
5	月	鶏ミンチと野菜のうどん かぼちゃの煮物 フルーツ(コンポート)	鶏ひき肉 赤みそ	人参・玉ねぎ かぼちゃ りんご	うどん 砂糖	だし・醤油 だし・醤油	▲マンナ ビスケット	菜めし入り5倍がゆ	米(国産) 菜めしの素	
6	火	豆腐とじゃが芋の煮物 キャベツと玉ねぎの煮浸し 5倍がゆ スープ	豆腐 赤みそ	人参 キャベツ・玉ねぎ 赤パプリカ・ブロッコリー	じゃが芋 米(国産)	だし・醤油 だし・醤油 だし・塩	ハイハイ	パンがゆ	▲食パン・きな粉 砂糖・▲スキムミルク	
7	水	白身魚となすの煮物 花野菜の煮浸し 5倍がゆ スープ	ホキ 赤みそ	なす カリフラワー・ブロッコリー かぼちゃ・小松菜	米(国産)	だし・醤油 だし・醤油 だし・塩	▲ウエハース	きなこかぼちゃもち	かぼちゃ・でん粉・きな粉 砂糖・塩	
8	木	鶏ミンチと野菜の煮物 ほうれん草と人参の煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉 赤みそ	人参・玉ねぎ ほうれん草・人参 白菜	米(国産) おつゆ麩	だし・醤油 だし・醤油 だし	アンパンマン ベビーせんべい	バナナ蒸しパン	ホットケーキミックス・砂糖 バナナ	
9	金	しらすとじゃが芋の煮物 キャベツの煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	しらす 赤みそ	人参 キャベツ・玉ねぎ 白菜	じゃが芋 米(国産) そうめん	だし・醤油 だし・醤油 だし	野菜ハイハイ	さつま芋茶巾	さつま芋・砂糖 塩・でん粉	
10	土	鶏ささみと小松菜のうどん 白菜の煮浸し フルーツ(コンポート)	鶏ささみ 赤みそ	小松菜・人参 白菜・ブロッコリー りんご	うどん 砂糖	だし・醤油 だし・醤油	ハイハイ	市販菓子	ベビーせんべい ハイハイ	
12	月	白身魚と野菜の煮物 ブロッコリーと人参の煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	ホキ 赤みそ	玉ねぎ・ほうれん草 ブロッコリー・人参 白菜・大根	米(国産)	だし・醤油 だし・醤油 だし	▲マンナ ビスケット	バナナとりんごコンポート	バナナ・りんご 砂糖	
13	火	鶏ミンチと野菜の煮物 かぼちゃの煮物 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉 赤みそ	玉ねぎ・人参 かぼちゃ 小松菜・キャベツ	米(国産)	だし・醤油 だし・醤油 だし・塩	野菜ハイハイ	さつま芋のおやき	さつま芋・砂糖 でん粉・油	
14	水	鶏ささみと野菜の煮物 花野菜の煮浸し 5倍がゆ スープ	鶏ささみ 赤みそ	玉ねぎ・人参 カリフラワー・ブロッコリー キャベツ・ほうれん草	米(国産)	だし・醤油 だし・醤油 だし・塩	▲ウエハース	野菜入りにゅうめん	そうめん・人参 キャベツ・赤みそ	
15	木	豆腐と野菜のうどん 人参と白菜の煮浸し フルーツ(オレンジ)	豆腐 赤みそ	かぼちゃ・玉ねぎ 人参・白菜 オレンジ	うどん	だし・醤油 だし・醤油	野菜ハイハイ	にんじん5倍がゆ	米(国産)・だし 人参	
16	金	白身魚と大根の煮物 じゃが芋の煮物 5倍がゆ スープ	ホキ 赤みそ	大根 人参 ほうれん草・玉ねぎ	じゃが芋 米(国産)	だし・醤油 だし・醤油 だし・塩	▲マンナ ビスケット	りんご入り蒸しパン	ホットケーキミックス・砂糖 りんご	
17	土	白身魚とパプリカの煮物 小松菜と人参の煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	からすがれい 赤みそ	赤パプリカ・玉ねぎ 小松菜・人参 白菜	米(国産) じゃが芋	だし・醤油 だし・醤油 だし	ハイハイ	市販菓子	ベビーせんべい ハイハイ	
19	月	豆腐と野菜の煮物 大根の煮浸し 5倍がゆ スープ	豆腐 赤みそ	チンゲン菜・玉ねぎ 大根・人参 キャベツ・白菜	米(国産)	だし・醤油 だし・醤油 だし・塩	▲マンナ ビスケット	パンがゆ	▲食パン・りんご 砂糖・▲スキムミルク	
20	火	白身魚とほうれん草の煮物 キャベツの煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	ホキ 赤みそ	ほうれん草・玉ねぎ キャベツ・人参	米(国産) 巻餅・じゃが芋	だし・醤油 だし・醤油 だし	野菜ハイハイ	バナナヨーグルト	▲ヨーグルト・砂糖 バナナ	
21	水	鶏ミンチと野菜のうどん 小松菜と人参の煮浸し かぼちゃの煮物	鶏ひき肉 赤みそ	ブロッコリー・玉ねぎ 小松菜・人参 かぼちゃ	うどん	だし・醤油 だし・醤油 だし・醤油	ハイハイ	さつま芋5倍がゆ	米(国産)・だし さつま芋	
22	木	豆腐と野菜の煮物 なすの煮ひだし 5倍がゆ 味噌汁	豆腐 赤みそ	キャベツ・玉ねぎ なす・人参 ブロッコリー・大根	米(国産)	だし・醤油 だし・醤油 だし	▲マンナ ビスケット	かぼちゃ茶巾	かぼちゃ・砂糖 塩・でん粉	
23	金	鶏ささみとさつま芋の煮物 ほうれん草と人参の煮浸し 5倍がゆ スープ	鶏ささみ 赤みそ	玉ねぎ ほうれん草・人参 白菜	さつま芋 米(国産) おつゆ麩	だし・醤油 だし・醤油 だし・塩	▲ウエハース	バナナ蒸しパン	ホットケーキミックス・砂糖 バナナ	
24	土	豆腐とチンゲン菜の煮物 大根の煮物 5倍がゆ スープ	豆腐 赤みそ	チンゲン菜・玉ねぎ 大根・人参 カリフラワー・かぼちゃ	米(国産)	だし・醤油 だし・醤油 だし・塩	ハイハイ	市販菓子	ベビーせんべい ハイハイ	
26	月	鶏ミンチとキャベツの煮物 小松菜と玉ねぎの煮物 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉 赤みそ	キャベツ・人参 小松菜・玉ねぎ	米(国産) おつゆ麩・じゃが芋	だし・醤油 だし・醤油 だし	野菜ハイハイ	野菜入りにゅうめん	そうめん・玉ねぎ 人参・だし	
27	火	白身魚と野菜のうどん さつま芋の煮物 フルーツ(バナナ)	からすがれい 赤みそ	玉ねぎ・人参 バナナ	うどん さつま芋	だし・醤油 だし・醤油	▲ウエハース	しらす入り5倍がゆ	米(国産)・だし しらす	
28	水	豆腐と野菜の煮物 キャベツと人参の煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	豆腐 赤みそ	ほうれん草・玉ねぎ キャベツ・人参 小松菜	米(国産) じゃが芋	だし・醤油 だし・醤油 だし	▲マンナ ビスケット	パンがゆ	▲食パン・さつま芋 砂糖・▲スキムミルク	

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。