

日付	完了期	後期	中期	初期
1 水	牛乳 おせんべい 肉じゃが ごはん キャベツと人参の昆布和え もも ほうれん草ともやしのみそ汁	おせんべい じゃがいもとしらす煮 キャベツと人参和え 5倍粥 ほうれん草ともやしのみそ汁	おせんべい じゃがいもとしらす煮 キャベツと人参煮 7倍粥 ほうれん草のみそ汁	10倍粥 ほうれん草煮 じゃがいもとしらす煮
	牛乳 ジャムサンド	パン粥	パン粥	
2 木	牛乳 おせんべい 鶏肉と野菜の照り焼き ごはん マカロニサラダ なし 高野豆腐とキャベツのみそ汁	おせんべい 鶏ひき肉と野菜煮 マカロニサラダ 5倍粥 キャベツのみそ汁	おせんべい 鶏ひき肉と野菜煮 ほうれん草と人参煮 7倍粥 キャベツのみそ汁	10倍粥 かぼちゃ煮 ほうれん草と人参煮
	牛乳 チヂミ	かぼちゃおやき	かぼちゃおやき	
3 金	牛乳 クリームサンドビスケット 豚肉とキャベツのみそ炒め ごはん ブロッコリーのしらす和え パイン わかめとえのきのすまし汁	ビスケット 鶏ひき肉とキャベツのみそ煮 ブロッコリーのしらす和え 5倍粥 ほうれん草のすまし汁	ビスケット 鶏ひき肉とキャベツのみそ煮 ブロッコリーとしらす煮 7倍粥 ほうれん草のすまし汁	10倍粥 人参煮 ブロッコリーとしらす煮
	牛乳 クラッカー	ウエハース おせんべい	ビスケット おせんべい	
4 土	牛乳 小魚せんべい 焼きそば ほうれん草と人参のごま和え 豆腐の中華スープ みかん	おせんべい しらすと野菜煮 5倍粥 ほうれん草と人参和え 豆腐のスープ	おせんべい しらすと野菜煮 7倍粥 ほうれん草と人参煮 豆腐のスープ	10倍粥 かぼちゃ煮 ほうれん草の白和え
	牛乳 鮭おにぎり	鮭おじや	鮭おじや	
6 月	牛乳 ビスケット 豚丼 キャベツの納豆サラダ 大根と油揚げのみそ汁 もも	牛乳 ビスケット 鶏ひき肉粥 大根のみそ汁 キャベツと人参和え	牛乳 ビスケット 鶏ひき肉粥 大根のみそ汁 キャベツと人参煮	10倍粥 大根煮 ブロッコリーと人参煮
	牛乳 野菜ブリッツ	おせんべい	おせんべい	
7 火	牛乳 おせんべい カレーライス 三色ナムル 豆と野菜のスープ オレンジ	おせんべい 柔らか肉じゃが 5倍粥 三色和え オレンジ 豆と野菜のスープ	おせんべい 柔らか肉じゃが 7倍粥 ほうれん草と人参煮 豆と野菜のスープ オレンジ	10倍粥 じゃがいも煮 ほうれん草と人参煮
	牛乳 ココア蒸しパン	かぼちゃおやき	かぼちゃおやき	
8 水	牛乳 おせんべい しらすと野菜煮 ごはん 小松菜の中華風サラダ なし じゃがいもと玉ねぎのみそ汁	おせんべい しらすと野菜煮 5倍粥 小松菜と人参和え じゃがいもと玉ねぎのみそ汁	おせんべい しらすと野菜煮 7倍粥 小松菜と人参煮 じゃがいもと玉ねぎのみそ汁	10倍粥 かぼちゃ煮 しらすと人参煮
	牛乳 彩りそうめん	彩りそうめん	彩りそうめん	
9 木	牛乳 クリームサンドビスケット デミグラスソースハンバーグ おからサラダ ごはん 豆腐となめこのみそ汁 みかん 麦茶 牛乳プリン おせんべい	ビスケット 豆腐ハンバーグ 5倍粥 ブロッコリーと人参和え ほうれん草のみそ汁	ビスケット 豆腐ハンバーグ 7倍粥 ブロッコリーと人参煮 ほうれん草のみそ汁	10倍粥 豆腐煮 ブロッコリーと人参煮
	牛乳 小魚せんべい ミートソーススパゲティ キャベツと人参のごま和え もやしの中華スープ パイン	おせんべい ミートソーススパゲティ キャベツと人参和え もやしのスープ	おせんべい 鶏ひき肉とトマト煮 7倍粥 キャベツと人参煮 ブロッコリーのスープ	10倍粥 ブロッコリー煮 かぼちゃとしらす煮
10 金	牛乳 おかかチーズおにぎり	野菜おじや	野菜おじや	
	牛乳 ビスケット しらすチャーハン ささみときゅうりのあえもの カレースープ パナナ	ビスケット しらす粥 野菜スープ かぼちゃ煮 パナナ	ビスケット しらす粥 野菜スープ かぼちゃ煮 パナナ	10倍粥 しらす煮 じゃがいもと人参煮
11 土	牛乳 冷やしわかめうどん	野菜うどん	野菜うどん	
	牛乳 おせんべい 高野豆腐のつくね焼き 小松菜とちくわ炒め ごはん お麩とわかめのみそ汁 もも	おせんべい 豆腐ハンバーグ 5倍粥 小松菜と人参和え ブロッコリーのみそ汁	おせんべい 豆腐ハンバーグ 7倍粥 小松菜と人参煮 ブロッコリーのみそ汁	10倍粥 人参煮 ブロッコリーの白和え
13 月	牛乳 かたつむりクッキー	ヨーグルト ビスケット	ヨーグルト ビスケット	
	牛乳 おせんべい 鶏ひき肉とかぼちゃ煮 ごはん ひじきの白和え なし ほうれん草と人参のみそ汁	おせんべい 鶏ひき肉とかぼちゃ煮 ひじきの白和え 5倍粥 ほうれん草と人参のみそ汁	おせんべい 鶏ひき肉とかぼちゃ煮 ひじきと豆腐煮 7倍粥 ほうれん草と人参のみそ汁	10倍粥 豆腐煮 ほうれん草とかぼちゃ煮
14 火	牛乳 あんこパイ	ビスケット	ビスケット	
	牛乳 クリームサンドビスケット ハッシュドポークライス 春雨サラダ ブロッコリーのコンソメスープ パイン	ビスケット しらすと野菜煮 5倍粥 スティック人参・きゅうり ブロッコリーのスープ	ビスケット しらすと野菜煮 7倍粥 ほうれん草と人参煮 ブロッコリーのスープ	10倍粥 しらす煮 ほうれん草と人参煮
15 水	牛乳 かぼちゃパンケーキ	かぼちゃおやき	かぼちゃおやき	

16 木	牛乳 小魚せんべい	おせんべい	おせんべい	
	タンダーリーチキン ごはん かぼちゃサラダ オレンジ 高野豆腐としめじのみそ汁	鶏ひき肉と野菜煮 オレンジ かぼちゃ煮 5倍粥 ほうれん草のみそ汁	鶏ひき肉と野菜煮 オレンジ かぼちゃ煮 7倍粥 ほうれん草のみそ汁	10倍粥 かぼちゃ煮 しらすと人参煮
17 金	牛乳 パインチーズクラッカー	ウエハース おせんべい	ビスケット おせんべい	
	牛乳 ビスケット	ビスケット	ビスケット	
18 土	ビビンバ丼 もも ブロッコリーと人参のおかか和え キャベツと油揚げのみそ汁	三色粥 ブロッコリーと人参和え キャベツのみそ汁	三色粥 ブロッコリーと人参煮 キャベツのみそ汁	10倍粥 ほうれん草煮 ブロッコリーと人参煮
	麦茶 コーンフレーク	おせんべい	おせんべい	
20 月	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	冷やしうどん パナナ しゅうまい	野菜うどん パナナ かぼちゃ煮	野菜うどん パナナ かぼちゃ煮	10倍粥 人参煮 しらすとかぼちゃ煮
21 火	牛乳 鶏そぼろにぎり	鶏ひき肉粥	鶏ひき肉粥	
	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
22 水	マーボー豆腐茄子 ごはん キャベツのしらす和え オレンジ わかめスープ	鶏ひき肉と豆腐のみそ煮 キャベツのしらす和え 5倍粥 玉ねぎのスープ オレンジ	鶏ひき肉と豆腐のみそ煮 キャベツとしらす煮 7倍粥 玉ねぎのスープ オレンジ	10倍粥 しらす煮 人参の白和え
	牛乳 じゃがいも煮	じゃがいも煮	じゃがいも煮	
23 木	牛乳 クリームサンドビスケット	ビスケット	ビスケット	
	鶏肉のパン粉焼き ごはん 鮭ポテサラダ なし 小松菜と人参のみそ汁	鶏ひき肉と野菜煮 マッシュポテト 5倍粥 小松菜と人参のみそ汁	鶏ひき肉と野菜煮 マッシュポテト 7倍粥 小松菜と人参のみそ汁	10倍粥 じゃがいも煮 ブロッコリーと人参煮
24 金	牛乳 パンケーキ	かぼちゃおやき	かぼちゃおやき	
	牛乳 小魚せんべい	おせんべい	おせんべい	
25 土	夏野菜カレーライス フルーチェ ほうれん草の白和え 春雨スープ	じゃがいもとしらす煮 ほうれん草の白和え 5倍粥 玉ねぎのスープ	じゃがいもとしらす煮 ほうれん草の白和え 7倍粥 玉ねぎのスープ	10倍粥 ほうれん草煮 じゃがいもとしらす煮
	麦茶 フルーツポンチ ビスケット	バナナ ビスケット	バナナ ビスケット	
27 月	牛乳 ビスケット	ビスケット	ビスケット	
	切り干し大根のハンバーグ ごはん ブロッコリーと人参のゆかり和え キャベツともやしのみそ汁 パイン	豆腐ハンバーグ 5倍粥 ブロッコリーと人参和え キャベツともやしのみそ汁	豆腐ハンバーグ 7倍粥 ブロッコリーと人参煮 キャベツのみそ汁	10倍粥 人参煮 ブロッコリーの白和え
28 火	牛乳 お麩ラスク	ウエハース パナナ	ビスケット パナナ	
	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
29 水	鶏ひき肉とかぼちゃ煮 ごはん キャベツのツナサラダ もも ほうれん草と厚揚げのみそ汁	鶏ひき肉とかぼちゃ煮 キャベツと人参和え 5倍粥 ほうれん草のみそ汁	鶏ひき肉とかぼちゃ煮 キャベツと人参煮 7倍粥 ほうれん草のみそ汁	10倍粥 かぼちゃ煮 ほうれん草と人参煮
	牛乳 マカロニきな粉	マカロニきな粉	マカロニのミルク煮	
30 木	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	豚肉のしょうが焼き ごはん かぼちゃ煮 みかん 豆腐とわかめのみそ汁	しらすと野菜煮 かぼちゃ煮 5倍粥 豆腐のみそ汁	しらすと野菜煮 かぼちゃ煮 7倍粥 豆腐のみそ汁	10倍粥 しらす煮 かぼちゃの白和え
31 金	ミニゼリー おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	牛乳 クリームサンドビスケット	ビスケット	ビスケット	
1 土	肉団子スープ カミカミサラダ 枝豆ごはん パナナ	肉団子スープ スティック人参・きゅうり 5倍粥 パナナ	肉団子スープ ほうれん草と人参煮 7倍粥 パナナ	10倍粥 ブロッコリー煮 ほうれん草と人参煮
	麦茶 コーンフレーク	ビスケット	ビスケット	
2 日	牛乳 小魚せんべい	おせんべい	おせんべい	
	クリームスパゲティー 冷やしトマト ポイルブロッコリー なし キャベツと玉ねぎのスープ	クリームスパゲティー ポイルブロッコリー トマト キャベツと玉ねぎのスープ	鶏ひき肉と野菜のクリーム煮 ブロッコリー煮 トマト 7倍粥 キャベツと玉ねぎのスープ	10倍粥 かぼちゃ煮 ブロッコリーとしらす煮
3 月	牛乳 カレーピラフ	野菜おじや	野菜おじや	
	牛乳 ビスケット	ビスケット	ビスケット	
4 木	厚揚げの野菜あんかけ ごはん キャベツと人参のおかか和え パイン 里芋とねぎのみそ汁	しらすと野菜煮 5倍粥 キャベツと人参和え 玉ねぎのみそ汁	しらすと野菜煮 7倍粥 キャベツと人参煮 玉ねぎのみそ汁	10倍粥 人参煮 ほうれん草としらす煮
	麦茶 お誕生日ケーキ	ヨーグルト おせんべい	ヨーグルト おせんべい	
5 金	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	鶏ひき肉と野菜煮 ごはん ひじき煮 もも 小松菜ともやしのみそ汁	鶏ひき肉と野菜煮 ひじき煮 5倍粥 小松菜ともやしのみそ汁	鶏ひき肉と野菜煮 ひじき煮 7倍粥 小松菜のみそ汁	10倍粥 人参煮 ブロッコリーとかぼちゃ煮
6 土	牛乳 お好み焼き	かぼちゃおやき	かぼちゃおやき	

※食材の都合により、献立が変更になる場合があります。

※完了食は、普通献立表に記載されている食材のうち揚げ物、鶏卵を含む食材以外すべて提供されますので、ご家庭でお試ください。