

日付	完了期	後期	中期	初期
1 金	おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	豚丼 ブロッコリーと人参のゆかり和え 高野豆腐とキャベツのみそ汁 みかん	鶏ひき肉粥 ブロッコリーと人参和え キャベツのみそ汁	鶏ひき肉粥 ブロッコリーと人参煮 キャベツのみそ汁	10倍粥 しらす煮 ブロッコリーと人参煮
2 土	牛乳 ジャムサンド	パン粥	パン粥	
	牛乳 クリームサンドビスケット	ビスケット	ビスケット	
4 月	ひき肉チャーハン ほうれん草と人参のごま和え 豆腐の中華スープ ミニゼリー	しらす粥 ほうれん草と人参和え 豆腐のスープ	しらす粥 ほうれん草と人参煮 豆腐のスープ	10倍粥 豆腐煮 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	
5 火	牛乳 小魚せんべい	おせんべい	おせんべい	
	タンダリーチキン ごはん スパゲティーサラダ なし 小松菜としめじのみそ汁	5倍粥 しらすと野菜煮 スパゲティーサラダ 小松菜のみそ汁	7倍粥 しらすと野菜煮 ブロッコリーと人参煮 小松菜のみそ汁	10倍粥 人参煮 しらすとほうれん草煮
6 水	牛乳 薄焼きピザ	おせんべい	おせんべい	
	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
7 木	肉豆腐 オクラ納豆 パイン ごはん わかめとえのきのみそ汁	5倍粥 かぼちゃ煮 鶏ひき肉と豆腐煮 人参のみそ汁	7倍粥 かぼちゃ煮 鶏ひき肉と豆腐煮 人参のみそ汁	10倍粥 しらす煮 かぼちゃの白和え
	麦茶 コーンフレーク	ウエハース ビスケット	おせんべい ビスケット	
8 金	牛乳 ビスケット	ビスケット	ビスケット	
	ハンバーグ ごはん もも 三色ナムル 大根と油揚げのみそ汁	5倍粥 豆腐ハンバーグ 三色和え 大根のみそ汁	7倍粥 豆腐ハンバーグ ほうれん草と人参煮 大根のみそ汁	10倍粥 大根煮 ほうれん草と人参煮
9 土	牛乳 チヂミ	野菜おやき	野菜おやき	
	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
10 日	鶏ひき肉とかぼちゃ煮 なし 短冊サラダ ちらし寿司 オクラのスープ	5倍粥 鶏ひき肉とかぼちゃ煮 スティック人参・きゅうり 人参のスープ	7倍粥 鶏ひき肉とかぼちゃ煮 ブロッコリーと人参煮 人参のスープ	10倍粥 かぼちゃ煮 ブロッコリーと人参煮
	牛乳 セタゼリー	バナナヨーグルト	バナナヨーグルト	
11 月	牛乳 クリームサンドビスケット	ビスケット	ビスケット	
	なすのミートスパゲティー ポイルブロッコリー 粉ふきいも ほうれん草とコーンのスープ オレンジ	ミートソーススパゲティー マッシュポテト オレンジ ほうれん草のスープ	7倍粥 鶏ひき肉とトマト煮 マッシュポテト オレンジ ほうれん草のスープ	10倍粥 ほうれん草煮 じゃがいもと人参煮
12 火	牛乳 たぬきおにぎり	野菜おじや	野菜おじや	
	牛乳 小魚せんべい	おせんべい	おせんべい	
13 水	豚肉のみそ焼き ごはん パナナ ひじき煮 けんちん汁	5倍粥 ひじき煮 鶏ひき肉と野菜のみそ煮 大根のすまし汁	7倍粥 ひじき煮 鶏ひき肉と野菜のみそ煮 大根のすまし汁	10倍粥 かぼちゃ煮 しらすとブロッコリー煮
	牛乳 冷やしわかめうどん	野菜うどん	野菜うどん	
14 木	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	チキンカレーライス パイン 春雨サラダ ブロッコリーのコンソメスープ	5倍粥 柔らか肉じゃが スティック人参・きゅうり ブロッコリーのスープ	7倍粥 柔らか肉じゃが ほうれん草と人参煮 ブロッコリーのスープ	10倍粥 じゃがいも煮 ほうれん草と人参煮
15 金	牛乳 パンケーキ	おせんべい ビスケット	おせんべい ビスケット	
	牛乳 ビスケット	ビスケット	ビスケット	
16 土	豆腐のつくね焼き 枝豆ごはん キャベツと人参のおかか和え お麩とわかめのみそ汁 もも	5倍粥 豆腐ハンバーグ キャベツと人参和え ほうれん草のみそ汁	7倍粥 豆腐ハンバーグ キャベツと人参煮 ほうれん草のみそ汁	10倍粥 ほうれん草煮 かぼちゃの白和え
	牛乳 きな粉と黒ごまのクッキー	ビスケット	ビスケット	
17 日	牛乳 おせんべい	おせんべい	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 みかん 豆腐とオクラのみそ汁	5倍粥 しらすと野菜煮 小松菜と人参和え 豆腐のみそ汁	7倍粥 しらすと野菜煮 小松菜と人参煮 豆腐のみそ汁	10倍粥 かぼちゃ煮 しらすと人参煮
18 月	牛乳 とうもろこしパンケーキ	バナナ ウエハース	バナナ 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	
19 火	じゃがいものそぼろ煮 ごはん ほうれん草の白和え なし なすと油揚げのみそ汁	5倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 ほうれん草の白和え じゃがいものみそ汁	7倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 ほうれん草の白和え じゃがいものみそ汁	10倍粥 じゃがいも煮 ほうれん草の白和え
	牛乳 お麩ラスク	野菜おやき	野菜おやき	
20 水	牛乳 小魚せんべい	おせんべい	おせんべい	
	ハッシュドポークライス ブロッコリーとコーンのあえもの 豆と野菜のスープ パイン	鶏ひき肉粥 ブロッコリーと人参和え 豆と野菜のスープ	鶏ひき肉粥 ブロッコリーと人参煮 豆と野菜のスープ	10倍粥 しらす煮 ブロッコリーと人参煮
21 木	牛乳 クラッカー	ビスケット	ビスケット	

16 土	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	冷やしラーメン しゅうまい キャベツのツナサラダ バナナ	野菜うどん かぼちゃ煮 バナナ	野菜うどん かぼちゃ煮 バナナ	10倍粥 かぼちゃ煮 ほうれん草と人参煮
19 火	牛乳 カレーピラフ	しらすおじや	しらすおじや	
	牛乳 ビスケット	ビスケット	ビスケット	
20 水	鶏肉のパン粉焼き ごはん カミカミサラダ オレンジ 小松菜と人参のみそ汁	5倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 スティック人参・きゅうり 小松菜と人参のみそ汁 オレンジ	7倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 ブロッコリーと人参煮 オレンジ 小松菜と人参のみそ汁	10倍粥 ブロッコリー煮 しらすと人参煮
	じゃがいも煮	じゃがいも煮	じゃがいも煮	
21 木	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	ピザバーグ ごはん もも ブロッコリーのしらす和え キャベツとえのきのみそ汁	5倍粥 豆腐ハンバーグ ブロッコリーのしらす和え キャベツのみそ汁	7倍粥 豆腐ハンバーグ ほうれん草としらす煮 キャベツのみそ汁	10倍粥 人参煮 ほうれん草の白和え
22 金	麦茶 コーンフレーク	ビスケット	ビスケット	
	牛乳 クリームサンドビスケット	ウエハース	ビスケット	
23 土	マーボー豆腐丼 ミニゼリー キャベツと人参の昆布和え オクラの中華スープ	鶏ひき肉粥 キャベツと人参和え ブロッコリーのスープ	鶏ひき肉粥 キャベツと人参煮 ブロッコリーのスープ	10倍粥 かぼちゃ煮 しらすとブロッコリー煮
	牛乳 フルーツポンチ おせんべい	バナナ おせんべい	バナナ おせんべい	
24 日	牛乳 小魚せんべい	おせんべい	おせんべい	
	鶏ひき肉と野菜煮 ごはん マカロニサラダ なし お麩とほうれん草のみそ汁	5倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 マカロニサラダ ほうれん草のみそ汁	7倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 かぼちゃ煮 ほうれん草のみそ汁	10倍粥 人参煮 ほうれん草とかぼちゃ煮
25 月	麦茶 シアヨーグルトケーキ	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	おせんべい	おせんべい	
26 火	塩焼きそば わかめスープ バナナ ブロッコリーと人参のごま和え	野菜うどん バナナ ブロッコリーと人参和え	野菜うどん バナナ ブロッコリーと人参煮	10倍粥 ほうれん草煮 ブロッコリーと人参煮
	牛乳 わかめおにぎり	野菜おじや	野菜おじや	
27 水	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	夏野菜カレーライス バイン ほうれん草と人参のおかか和え キャベツと玉ねぎのスープ	5倍粥 じゃがいもとしらす煮 ほうれん草と人参和え キャベツと玉ねぎのスープ	7倍粥 じゃがいもとしらす煮 ほうれん草と人参煮 キャベツと玉ねぎのスープ	10倍粥 ブロッコリー煮 じゃがいもとしらす煮
28 木	麦茶 アイスクリューム ビスケット	ビスケット 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	
29 金	鶏肉のトマト煮 ごはん おからサラダ もも ほうれん草ともやしのみそ汁	5倍粥 鶏ひき肉とトマト煮 ブロッコリーと人参和え ほうれん草ともやしのみそ汁	7倍粥 鶏ひき肉とトマト煮 ブロッコリーと人参煮 ほうれん草のみそ汁	10倍粥 人参煮 ブロッコリーとかぼちゃ煮
	牛乳 いちごジャム蒸しパン	野菜おやき	野菜おやき	
30 土	牛乳 クリームサンドビスケット	ビスケット	ビスケット	
	三色丼 かぼちゃの煮つけ 豆腐となめこのみそ汁 ミニゼリー	三色粥 かぼちゃ煮 豆腐のみそ汁	三色粥 かぼちゃ煮 豆腐のみそ汁	10倍粥 人参煮 ほうれん草の白和え
31 日	麦茶 お誕生日ケーキ	バナナヨーグルト	バナナヨーグルト	
	牛乳 小魚せんべい	おせんべい	おせんべい	
1 月	しらすと野菜煮 とうもろこしごはん ほうれん草とトマトのツナサラダ 里芋とねぎのみそ汁 オレンジ	5倍粥 しらすと野菜煮 ほうれん草とトマトのサラダ 玉ねぎのみそ汁 オレンジ	7倍粥 しらすと野菜煮 ほうれん草とトマト煮 玉ねぎのみそ汁 オレンジ	10倍粥 しらす煮 ブロッコリーと人参煮
	牛乳 ぶどうゼリー おせんべい	おせんべい	おせんべい	
2 火	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	クリームスパゲティー なし キャベツと人参のゆかり和え もやしの中華スープ	クリームスパゲティー キャベツと人参和え もやしのスープ	7倍粥 キャベツと人参煮 鶏ひき肉と野菜のクリーム煮 ブロッコリーのスープ	10倍粥 ほうれん草煮 しらすとかぼちゃ煮
3 水	牛乳 納豆チャーハン	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	ひじきチャーハン バナナ ほうれん草としめじのソテー カレースープ	鶏ひき肉粥 バナナ ほうれん草と人参和え 野菜のスープ	鶏ひき肉粥 バナナ ほうれん草と人参煮 野菜のスープ	10倍粥 ブロッコリー煮 ほうれん草と人参煮
	牛乳 彩りそうめん	彩りそうめん	彩りそうめん	

※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。