

日付	完了期	後期	中期	初期
1 木	牛乳 小魚せんべい	おせんべい	おせんべい	
	豚肉のしょうが焼き ごはん ブロッコリーとしらす和え みかん 豆腐となめこのみそ汁	5倍粥 鶏ひき肉と玉ねぎ煮 ブロッコリーとしらす和え 豆腐のみそ汁	7倍粥 鶏ひき肉と玉ねぎ煮 ブロッコリーとしらす煮 豆腐のみそ汁	10倍粥 豆腐煮 ブロッコリーとしらす煮
	牛乳 パンケーキ	バナナ ビスケット	バナナ ビスケット	
2 金	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	鶏ひき肉とブロッコリー煮 ごはん キャベツと人参のゆかり和え もも ほうれん草と人参のみそ汁	5倍粥 キャベツと人参和え 鶏ひき肉とブロッコリー煮 ほうれん草と人参のみそ汁	7倍粥 キャベツと人参煮 鶏ひき肉とブロッコリー煮 ほうれん草と人参のみそ汁	10倍粥 かぼちゃ煮 ほうれん草と人参煮
	牛乳 お好み焼き	野菜おやき	野菜おやき	
3 土	牛乳 ビスケット	ビスケット	ビスケット	
	ひき肉チャーハン ほうれん草としめじのソテー カレースープ バナナ	鶏ひき肉粥 バナナ ほうれん草と人参和え 野菜スープ	鶏ひき肉粥 バナナ ほうれん草と人参煮 野菜スープ	10倍粥 ブロッコリー煮 ほうれん草としらす煮
	牛乳 冷やしたぬきうどん	しらすうどん	しらすうどん	
5 月	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	回鍋肉 ごはん 春雨サラダ パイン わかめスープ	5倍粥 玉ねぎのスープ 鶏ひき肉と野菜のみそ煮 スティック人参・きゅうり	7倍粥 玉ねぎのスープ 鶏ひき肉と野菜のみそ煮 ブロッコリーと人参煮	10倍粥 人参煮 ブロッコリーとかぼちゃ煮
	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	
6 火	牛乳 クリームサンドビスケット	ビスケット	ビスケット	
	カレイのごま照り焼き ごはん ジャーマンポテト なし 小松菜ともやしのみそ汁	5倍粥 カレイ煮 マッシュポテト 小松菜ともやしのみそ汁	7倍粥 カレイ煮 マッシュポテト 小松菜のみそ汁	10倍粥 カレイ煮 じゃがいもと人参煮
	牛乳 ミニゼリー ビスケット	おせんべい	おせんべい	
7 水	牛乳 小魚せんべい	おせんべい	おせんべい	
	なすのミートソーススパゲティ ブロッコリーとコーンのあえもの 豆と野菜のスープ みかん	なすのミートソーススパゲティ ブロッコリーと人参和え 豆と野菜のスープ	7倍粥 鶏ひき肉とトマト煮 ブロッコリーと人参煮 豆と野菜のスープ	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	
8 木	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	豚丼 ほうれん草と人参のおかか和え 豆腐とわかめのみそ汁 もも	鶏ひき肉粥 豆腐のみそ汁 ほうれん草と人参和え	鶏ひき肉粥 豆腐のみそ汁 ほうれん草と人参煮	10倍粥 人参煮 ほうれん草の白和え
	麦茶 コーンフレーク	ビスケット ウエハース	ビスケット おせんべい	
9 金	牛乳 ビスケット	ビスケット	ビスケット	
	お月見カレーライス キャベツのツナサラダ 春雨スープ パイン	5倍粥 柔らか肉じゃが キャベツと人参和え ブロッコリーのスープ	7倍粥 柔らか肉じゃが キャベツと人参煮 ブロッコリーのスープ	10倍粥 じゃがいも煮 しらすとブロッコリー煮
	牛乳 うさぎ蒸しパン	バナナヨーグルト	バナナヨーグルト	
10 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 かぼちゃ煮 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 しらす煮 かぼちゃとほうれん草煮
	牛乳 鶏そぼろにぎり	鶏ひき肉粥	鶏ひき肉粥	
12 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	
	ひじきの和風ハンバーグ ごはん スパゲティのツナサラダ なし お麩とわかめのみそ汁	5倍粥 豆腐ハンバーグ スパゲティサラダ ほうれん草のみそ汁	7倍粥 豆腐ハンバーグ 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 りんごゼリー おせんべい	おせんべい	おせんべい	
13 火	牛乳 小魚せんべい	おせんべい	おせんべい	
	じゃがいものそぼろ煮 ごはん ほうれん草の白和え みかん キャベツともやしのみそ汁	5倍粥 ほうれん草の白和え しらすとじゃがいも煮 キャベツともやしのみそ汁	7倍粥 ほうれん草の白和え しらすとじゃがいも煮 キャベツのみそ汁	10倍粥 ほうれん草煮 しらすとじゃがいも煮
	牛乳 クッキー	ビスケット	ビスケット	
14 水	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	鶏肉と野菜の照り焼き ごはん キャベツの納豆サラダ もも 高野豆腐としめじのみそ汁	5倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 キャベツと人参和え ブロッコリーのみそ汁	7倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 キャベツと人参煮 ブロッコリーのみそ汁	10倍粥 ブロッコリー煮 ほうれん草と人参煮
	牛乳 薄焼きピザ	野菜おやき	野菜おやき	

15 木	牛乳 ビスケット	ビスケット	ビスケット	
	マーボー豆腐丼 ブロッコリーと人参のごま和え もやしの中華スープ パイン	鶏ひき肉粥 ブロッコリーと人参和え もやしのスープ	鶏ひき肉粥 ブロッコリーと人参煮 ほうれん草のスープ	10倍粥 ほうれん草煮 しらすと人参煮
16 金	牛乳 じゃがいも煮	じゃがいも煮	じゃがいも煮	
	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
20 火	鶏ひき肉と野菜煮 ごま塩ごはん かぼちゃサラダ 豚汁 なし	5倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 かぼちゃ煮 根菜のみそ汁	7倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 かぼちゃ煮 根菜のみそ汁	10倍粥 かぼちゃ煮 大根と人参煮
	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	
21 水	牛乳 クリームサンドビスケット	ビスケット	ビスケット	
	デミグラスソースハンバーグ ごはん 三色ナムル ミニゼリー 里芋とねぎのみそ汁	5倍粥 豆腐ハンバーグ 三色和え 玉ねぎのみそ汁	7倍粥 豆腐ハンバーグ ほうれん草と人参煮 玉ねぎのみそ汁	10倍粥 豆腐煮 ほうれん草と人参煮
22 木	牛乳 フルーツボンチ 小魚せんべい	バナナ おせんべい	バナナ おせんべい	
	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
24 土	鶏ひき肉と野菜煮 ごはん ブロッコリーと人参のゆかり和え 大根と油揚げのみそ汁 みかん	5倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 ブロッコリーと人参和え 大根のみそ汁	7倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 ブロッコリーと人参煮 大根のみそ汁	10倍粥 大根煮 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	
26 月	牛乳 ビスケット	ビスケット	ビスケット	
	ポークビーンズ ごはん マカロニサラダ もも キャベツと玉ねぎのみそ汁	5倍粥 鶏ひき肉とトマト煮 マカロニサラダ キャベツと玉ねぎのみそ汁	7倍粥 鶏ひき肉とトマト煮 かぼちゃ煮 キャベツと玉ねぎのみそ汁	10倍粥 しらす煮 かぼちゃとほうれん草煮
27 火	牛乳 お麩ラスク	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	
28 水	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 バナナ	野菜うどん バナナ ほうれん草と人参和え	野菜うどん バナナ ほうれん草と人参煮	10倍粥 ブロッコリー煮 しらすと人参煮
	牛乳 おいなりさん	しらすおじや	しらすおじや	
29 木	牛乳 小魚せんべい	おせんべい	おせんべい	
	ハヤシライス キャベツのしらす和え ほうれん草とコーンのスープ パイン	5倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 キャベツのしらす和え ほうれん草のスープ	7倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 キャベツのしらす煮 ほうれん草のスープ	10倍粥 かぼちゃ煮 ほうれん草と人参煮
30 金	麦茶 あずきと豆乳のパンナコッタ	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	
1 火	三色丼 ひじきサラダ キャベツとえのきのみそ汁 なし	三色粥 ひじきサラダ キャベツのみそ汁	三色粥 ひじき煮 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
	牛乳 クリームチーズサンド	パン粥	パン粥	
2 水	牛乳 ビスケット	ビスケット	ビスケット	
	しらすとじゃがいも煮 ごはん 小松菜の中華風サラダ 厚揚げと大根のみそ汁	5倍粥 小松菜と人参和え しらすとじゃがいも煮 大根のみそ汁	7倍粥 小松菜と人参煮 しらすとじゃがいも煮 大根のみそ汁	10倍粥 大根煮 しらすとじゃがいも煮
3 木	麦茶 お誕生日ケーキ	バナナ おせんべい	バナナ おせんべい	
	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
4 金	ミートソーススパゲティー キャベツと人参の昆布和え ブロッコリーのコンソメスープ みかん	ミートソーススパゲティー キャベツと人参和え ブロッコリーのスープ	7倍粥 鶏ひき肉とトマト煮 キャベツと人参煮 ブロッコリーのスープ	10倍粥 しらす煮 かぼちゃと人参煮
	牛乳 しらすおにぎり	しらす粥	しらす粥	
5 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	
	鶏肉のごまみそ焼き ごはん カミカミサラダ もも じゃがいもと玉ねぎのみそ汁	5倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 スティック人参・きゅうり じゃがいもと玉ねぎのみそ汁	7倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 ほうれん草と人参煮 じゃがいもと玉ねぎのみそ汁	10倍粥 じゃがいも煮 ほうれん草と人参煮
6 日	牛乳 ミニゼリー おせんべい	おせんべい	おせんべい	

※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。

