

日付	完了期	後期	中期	初期
1 火	牛乳 小魚せんべい	おせんべい	おせんべい	
	厚揚げの野菜あんかけ ごはん マカロニサラダ パイン さつまいもと玉ねぎのみそ汁	5倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 マカロニサラダ さつまいもと玉ねぎのみそ汁	7倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 ブロッコリーと人参煮 さつまいもと玉ねぎのみそ汁	10倍粥 さつまいも煮 ブロッコリーと人参煮
	牛乳 ジャムサンド	パン粥	パン粥	
2 水	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	三色丼 高野豆腐と野菜の含め煮 キャベツとえのきのみそ汁 なし	三色粥 野菜の含め煮 キャベツのみそ汁	三色粥 野菜の含め煮 キャベツのみそ汁	10倍粥 ほうれん草煮 大根と人参煮
	牛乳 ふかしいも	さつまいも煮	さつまいも煮	
4 金	牛乳 ビスケット	ビスケット	おせんべい	
	鶏ひき肉とブロッコリー煮 ごはん キャベツと人参の昆布和え みかん 里芋とねぎのみそ汁	5倍粥 玉ねぎのみそ汁 鶏ひき肉とブロッコリー煮 キャベツと人参和え	7倍粥 玉ねぎのみそ汁 鶏ひき肉とブロッコリー煮 キャベツと人参煮	10倍粥 ブロッコリー煮 しらすと人参煮
	麦茶 コーンフレーク	きな粉ヨーグルト	きな粉ヨーグルト	
5 土	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	きつねうどん しゅうまい 小松菜とちくわ炊め バナナ	野菜うどん バナナ 小松菜と人参和え	野菜うどん バナナ 小松菜と人参煮	10倍粥 人参煮 かぼちゃとほうれん草煮
	牛乳 ミックスピラフ	しらすおじや	しらすおじや	
7 月	牛乳 クリームサンドビスケット	ビスケット	おせんべい	
	豚肉とキャベツのみそ炊め もも ブロッコリーと人参のゆかり和え もみじごはん お麩とわかめのすまし汁	5倍粥 ほうれん草のすまし汁 鶏ひき肉と野菜のみそ煮 ブロッコリーと人参和え	7倍粥 ほうれん草のすまし汁 鶏ひき肉と野菜のみそ煮 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 千歳あめ風スティックパイ	バナナ ウエハース	バナナ おせんべい	
8 火	牛乳 小魚せんべい	おせんべい	おせんべい	
	チキンカレーライス ひじきの白和え ブロッコリーのコンソメスープ パイン	5倍粥 柔らか肉じゃが ひじきの白和え ブロッコリーのスープ	7倍粥 柔らか肉じゃが ひじきの白和え ブロッコリーのスープ	10倍粥 豆腐煮 しらすとかぼちゃ煮
	牛乳 お好み焼き	野菜おやき	野菜おやき	
9 水	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	肉団子の豆乳スープ カミカミサラダ さつまいもごはん ミニゼリー	さつまいも粥 肉団子スープ スティック人参・きゅうり	さつまいも粥 肉団子スープ ほうれん草と人参煮	10倍粥 さつまいも煮 ほうれん草と人参煮
	牛乳 りんごパンケーキ	りんご煮	りんご煮	
10 木	牛乳 ビスケット	ビスケット	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 じゃがいもと玉ねぎのみそ汁	5倍粥 しらすと野菜煮 小松菜と人参和え じゃがいもと玉ねぎのみそ汁	7倍粥 しらすと野菜煮 小松菜と人参煮 じゃがいもと玉ねぎのみそ汁	10倍粥 しらす煮 じゃがいもと人参煮
	麦茶 牛乳プリン おせんべい	ヨーグルト おせんべい	ヨーグルト おせんべい	
11 金	牛乳 小魚せんべい	おせんべい	おせんべい	
	ミートソーススパゲティ ブロッコリーと人参のごま和え 豆と野菜のスープ もも	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 豆と野菜のスープ 鶏ひき肉とトマト煮 ブロッコリーと人参煮	10倍粥 かぼちゃ煮 ブロッコリーと人参煮
	牛乳 わかめおにぎり	野菜おじや	かぼちゃ煮	
12 土	牛乳 クリームサンドビスケット	ビスケット	おせんべい	
	ひじきチャーハン ちくわときゅうりのあえもの わかめスープ ミニゼリー	しらす粥 かぼちゃ煮 玉ねぎのスープ	しらす粥 かぼちゃ煮 玉ねぎのスープ	10倍粥 ほうれん草煮 しらすとかぼちゃ煮
	牛乳 たら焼き	おせんべい	おせんべい	
14 月	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	タンドリーチキン ごはん 鮭ポテサラダ パイン 小松菜と人参のみそ汁	5倍粥 マッシュポテト 鶏ひき肉とブロッコリー煮 小松菜と人参のみそ汁	7倍粥 マッシュポテト 鶏ひき肉とブロッコリー煮 小松菜と人参のみそ汁	10倍粥 ブロッコリー煮 じゃがいもと人参煮
	牛乳 クッキー	ビスケット	おせんべい	
15 火	牛乳 ビスケット	ビスケット	おせんべい	
	きのこの煮込みハンバーグ ごはん キャベツのツナサラダ なし 大根と油揚げのみそ汁	5倍粥 豆腐ハンバーグ キャベツと人参和え 大根のみそ汁	7倍粥 豆腐ハンバーグ キャベツと人参煮 大根のみそ汁	10倍粥 大根煮 人参の白和え
	牛乳 さつまいも煮	さつまいも煮	さつまいも煮	

16 水	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	じゃがいものそぼろ煮 ごはん ほうれん草と人参のおかか和え 高野豆腐としめじのみそ汁 みかん	5倍粥 人参のみそ汁 しらすとじゃがいも煮 ほうれん草と人参のみそ汁	7倍粥 人参のみそ汁 しらすとじゃがいも煮 ほうれん草と人参のみそ汁	10倍粥 人参煮 しらすとじゃがいも煮
17 木	牛乳 クリームサンドビスケット	ビスケット	おせんべい	
	マーボー豆腐丼 春雨サラダ もやし中華スープ もも	鶏ひき肉粥 スティック人参・きゅうり もよしのスープ	鶏ひき肉粥 ほうれん草と人参煮 ブロッコリーのスープ	10倍粥 ブロッコリー煮 ほうれん草と人参煮
	牛乳 シュガートースト	パン粥	パン粥	
18 金	牛乳 小魚せんべい	おせんべい	おせんべい	
	ポークビーンズ ごはん ブロッコリーとコーンのあえもの お麩とほうれん草のみそ汁 パイン	5倍粥 玉ねぎのみそ汁 鶏ひき肉とトマト煮 ブロッコリーと人参和え	7倍粥 玉ねぎのみそ汁 鶏ひき肉とトマト煮 ブロッコリーと人参煮	10倍粥 かぼちゃ煮 ブロッコリーと人参煮
19 土	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	ひき肉チャーハン ほうれん草としめじのソテー 春雨スープ パナナ	しらす粥 パナナ ほうれん草と人参和え 野菜スープ	しらす粥 パナナ ほうれん草と人参煮 野菜スープ	10倍粥 人参煮 しらすとほうれん草煮
	牛乳 じゃがいも煮	じゃがいも煮	じゃがいも煮	
21 月	牛乳 ビスケット	ビスケット	おせんべい	
	きのかカレーライス キャベツと人参の昆布和え ほうれん草とコーンのスープ なし	5倍粥 キャベツと人参和え しらすとじゃがいも煮 ほうれん草のスープ	7倍粥 キャベツと人参煮 しらすとじゃがいも煮 ほうれん草のスープ	10倍粥 ほうれん草煮 しらすとじゃがいも煮
22 火	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	カレイのごま照り焼き ごはん さつまいもサラダ みかん キャベツと油揚げのみそ汁	5倍粥 カレイ煮 さつまいも煮 キャベツのみそ汁	7倍粥 カレイ煮 さつまいも煮 キャベツのみそ汁	10倍粥 カレイ煮 さつまいもと人参煮
	牛乳 クラッカー	ウエハース おせんべい	おせんべい	
24 木	牛乳 クリームサンドビスケット	ビスケット	おせんべい	
	ひじきの和風ハンバーグ ごはん スパゲティーのツナサラダ もも 小松菜としめじのみそ汁	5倍粥 豆腐ハンバーグ スパゲティーサラダ 小松菜のみそ汁	7倍粥 豆腐ハンバーグ かぼちゃ煮 小松菜のみそ汁	10倍粥 ほうれん草煮 かぼちゃの白和え
25 金	牛乳 小魚せんべい	おせんべい	おせんべい	
	炊き込みごはん 豚汁 しらすと野菜煮 パイン キャベツの納豆和え	5倍粥 大根のみそ汁 しらすと野菜煮 キャベツと人参和え	7倍粥 大根のみそ汁 しらすと野菜煮 キャベツと人参煮	10倍粥 大根煮 かぼちゃと人参煮
	牛乳 さつまいも蒸しパン	さつまいも煮	さつまいも煮	
26 土	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	ちゃんぽん麺 ブロッコリーと人参のおかか和え パナナ	野菜うどん パナナ ブロッコリーと人参和え	野菜うどん パナナ ブロッコリーと人参煮	10倍粥 しらす煮 ブロッコリーと人参煮
28 月	牛乳 みそ焼きおにぎり	しらすおじや	しらすおじや	
	牛乳 ビスケット	ビスケット	おせんべい	
	中華丼 豆とひじき煮 ほうれん草と厚揚げのみそ汁 なし	鶏ひき肉粥 豆とひじき煮 ほうれん草のみそ汁	鶏ひき肉粥 豆とひじき煮 ほうれん草のみそ汁	10倍粥 ほうれん草煮 しらすと人参煮
29 火	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	
	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
30 水	クリームスパゲティー キャベツと人参のゆかり和え カレースープ みかん	クリームスパゲティー キャベツと人参和え 玉ねぎのスープ	7倍粥 キャベツと人参煮 鶏ひき肉のクリーム煮 玉ねぎのスープ	10倍粥 人参煮 かぼちゃとブロッコリー煮
	牛乳 納豆チャーハン	野菜おじや	野菜おじや	
30 水	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 三色ナムル ミニゼリー 豆腐となめこのみそ汁	5倍粥 三色和え 鶏ひき肉と野菜煮 豆腐のみそ汁	7倍粥 ほうれん草と人参煮 鶏ひき肉と野菜煮 豆腐のみそ汁	10倍粥 豆腐煮 ほうれん草と人参煮
	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	麦茶 コーンフレーク	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	
	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	

※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。

