

日付	完了期	後期	中期	初期
1 木	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	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おかか和え わかめとえのきのみそ汁 もも	5倍粥 豆腐ハンバーグ ブロッコリーと人参和え 人参のみそ汁	7倍粥 豆腐ハンバーグ ブロッコリーと人参煮 人参のみそ汁	10倍粥 豆腐煮 ブロッコリーと人参煮
	牛乳 さつまいも蒸しパン	さつまいも煮	さつまいも煮	
2 金	牛乳 ビスケット	ビスケット	おせんべい	
	鶏肉のパン粉焼き ごはん ジャーマンポテト パイン お麩とほうれん草のみそ汁	5倍粥 マッシュポテト 鶏ひき肉とブロッコリー煮 ほうれん草のみそ汁	7倍粥 マッシュポテト 鶏ひき肉とブロッコリー煮 ほうれん草のみそ汁	10倍粥 人参煮 じゃがいもとほうれん草煮
	牛乳 ジャムサンド	パン粥	パン粥	
3 土	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	鮭チャーハン ほうれん草と人参のごま和え 豆腐の中華スープ みかん	しらす粥 ほうれん草と人参和え 豆腐のスープ みかん	しらす粥 豆腐のスープ ほうれん草と人参煮 みかん	10倍粥 かぼちゃ煮 人参の白和え
	牛乳 たぬきうどん	野菜うどん	野菜うどん	
5 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	
	厚揚げの野菜あんかけ ごはん マカロニサラダ なし 白菜ともやしのみそ汁	5倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 マカロニサラダ 白菜ともやしのみそ汁	7倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 ブロッコリーと人参煮 白菜のみそ汁	10倍粥 ブロッコリー煮 しらすと人参煮
	牛乳 薄焼きピザ	野菜おやき	野菜おやき	
6 火	牛乳 小魚せんべい	おせんべい	おせんべい	
	鶏ひき肉とかぼちゃ煮 ごはん 白菜と人参の昆布和え もも ほうれん草と人参のみそ汁	5倍粥 白菜と人参和え 鶏ひき肉とかぼちゃ煮 ほうれん草と人参のみそ汁	7倍粥 白菜と人参煮 鶏ひき肉とかぼちゃ煮 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 お麩ラスク	ビスケット ウエハース	おせんべい	
7 水	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	きのかカレーライス ひじきの白和え 豆と野菜のスープ パイン	5倍粥 ひじきの白和え しらすとじゃがいも煮 豆と野菜のスープ	7倍粥 ひじきの白和え しらすとじゃがいも煮 豆と野菜のスープ	10倍粥 豆腐煮 しらすとじゃがいも煮
	牛乳 チヂミ	ヨーグルト おせんべい	ヨーグルト おせんべい	
8 木	牛乳 ビスケット	ビスケット	おせんべい	
	回鍋肉 ごはん 春雨サラダ みかん 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 ブロッコリーと人参和え	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 かぼちゃ煮 ブロッコリーと人参煮
	牛乳 かぼちゃパンケーキ	かぼちゃ煮	かぼちゃ煮	
9 金	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 カミカミサラダ なし さつまいもと玉ねぎのみそ汁	5倍粥 スティック人参・きゅうり 鶏ひき肉とブロッコリー煮 さつまいもと玉ねぎのみそ汁	7倍粥 ほうれん草と人参煮 鶏ひき肉とブロッコリー煮 さつまいもと玉ねぎのみそ汁	10倍粥 ほうれん草煮 さつまいもと人参煮
	牛乳 クラッカー	ビスケット おせんべい	おせんべい	
10 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	
	豚肉のしょうが焼き ごはん 小松菜と人参のおかか和え ミニゼリー キャベツともやしのみそ汁	5倍粥 しらすと野菜煮 小松菜と人参和え キャベツともやしのみそ汁	7倍粥 しらすと野菜煮 小松菜と人参煮 キャベツのみそ汁	10倍粥 しらす煮 かぼちゃと人参煮
	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	
12 月	牛乳 小魚せんべい	おせんべい	おせんべい	
	ビビンバ丼 もも 根菜のほっこり煮 高野豆腐としめじのみそ汁	三色丼 根菜のほっこり煮 ブロッコリーのみそ汁	三色丼 根菜のほっこり煮 ブロッコリーのみそ汁	10倍粥 ブロッコリー煮 大根と人参煮
	牛乳 クッキー	バナナ おせんべい	バナナ おせんべい	
13 火	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	ポークビーンズ ごはん コールスローサラダ パイン 大根と油揚げのみそ汁	5倍粥 鶏ひき肉とトマト煮 キャベツと人参和え 大根のみそ汁	7倍粥 鶏ひき肉とトマト煮 キャベツと人参煮 大根のみそ汁	10倍粥 ほうれん草煮 かぼちゃとブロッコリー煮
	麦茶 牛乳プリン クリームサンドビスケット	きな粉ヨーグルト	きな粉ヨーグルト	
14 水	牛乳 ビスケット	ビスケット	おせんべい	
	スープバグティ ブロッコリーとしらす和え 粉ふきいも みかん	スープバグティ ブロッコリーと人参和え マッシュポテト みかん	7倍粥 しらすと野菜煮 ブロッコリーと人参煮 マッシュポテト みかん	10倍粥 しらす煮 じゃがいもと人参煮
	牛乳 納豆チャーハン	野菜おじや	野菜おじや	

15 木	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 ほうれん草の白和え ごはん 里手とねぎのみそ汁 なし	5倍粥 ほうれん草の白和え 鶏ひき肉とブロッコリー煮 玉ねぎのみそ汁	7倍粥 ほうれん草の白和え 鶏ひき肉とブロッコリー煮 玉ねぎのみそ汁	10倍粥 かぼちゃ煮 ほうれん草の白和え
16 金	牛乳 りんごパンケーキ	りんご煮 ウエハース	りんご煮 おせんべい	
	きのこの煮込みハンバーグ ごはん 小松菜の中華風サラダ もも 豆腐とわかめのみそ汁	5倍粥 豆腐ハンバーグ 小松菜と人参和え ブロッコリーのみそ汁	7倍粥 豆腐ハンバーグ 小松菜と人参煮 ブロッコリーのみそ汁	10倍粥 豆腐煮 ブロッコリーと人参煮
	コーンスープ ビスケット	おせんべい	おせんべい	
17 土	牛乳 小魚せんべい	おせんべい	おせんべい	
	しょうゆラーメン パナナ ささみときゅうりのあえもの	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 かぼちゃ煮 しらすとほうれん草煮
19 月	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	ハッシュドポークライス 三色ナムル パイン ブロッコリーのコンソメスープ	5倍粥 三色和え 鶏ひき肉と野菜煮 玉ねぎのスープ	7倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 ほうれん草と人参煮 玉ねぎのスープ	10倍粥 ブロッコリー煮 ほうれん草と人参煮
	牛乳 ふかしいも	さつまいも煮	さつまいも煮	
20 火	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 キャベツの納豆サラダ みかん ほうれん草と厚揚げのみそ汁	5倍粥 しらすと野菜煮 キャベツと人参和え ほうれん草のみそ汁 みかん	7倍粥 しらすと野菜煮 キャベツと人参煮 ほうれん草のみそ汁 みかん	10倍粥 しらす煮 かぼちゃと人参煮
21 水	牛乳 すいとん	野菜煮	野菜煮	
	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
22 木	中華丼 豆とひじき煮 お麩とわかめのみそ汁 なし	鶏ひき肉粥 豆とひじき煮 人参のみそ汁	鶏ひき肉粥 豆とひじき煮 人参のみそ汁	10倍粥 ほうれん草煮 しらすとブロッコリー煮
	牛乳 小魚せんべい ミニゼリー	ビスケット おせんべい	おせんべい	
23 金	牛乳 クリームサンドビスケット	ビスケット	おせんべい	
	肉じゃが ごはん もも スパゲティーのツナサラダ 豆腐となめこのみそ汁	5倍粥 柔らか肉じゃが スパゲティーサラダ 豆腐のみそ汁	7倍粥 柔らか肉じゃが ほうれん草と人参煮 豆腐のみそ汁	10倍粥 じゃがいも煮 ほうれん草と人参煮
	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	
24 土	牛乳 小魚せんべい	おせんべい	おせんべい	
	サンタごはん トナカイハンバーグ ブロッコリーとコーンのあえもの ミネストローネ パイン	5倍粥 豆腐ハンバーグ ブロッコリーと人参和え 野菜スープ	7倍粥 豆腐ハンバーグ ブロッコリーと人参煮 野菜スープ	10倍粥 ブロッコリー煮 人参の白和え
26 月	牛乳 クリスマスリースクランチ	パン粥	パン粥	
	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
27 火	クリームシチュー 食パン ほうれん草としめじのソテー パナナ	5倍粥 しらすと野菜煮 ほうれん草と人参和え ブロッコリーのスープ	7倍粥 しらすと野菜煮 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 かぼちゃと人参煮
	牛乳 ミックスピラフ	野菜おじや	野菜おじや	
27 火	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	マーボー豆腐丼 なし キャベツとしらす和え 春雨スープ	鶏ひき肉粥 人参のスープ キャベツと人参和え	鶏ひき肉粥 人参のスープ キャベツと人参煮	10倍粥 かぼちゃ煮 ほうれん草の白和え
28 水	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	
28 水	あんかけうどん しゅうまい かぼちゃの煮つけ みかん	鶏ひき肉うどん みかん かぼちゃ煮	鶏ひき肉うどん みかん かぼちゃ煮	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	しらすおじや	しらすおじや	
28 水	牛乳 クリームサンドビスケット	ビスケット	おせんべい	
	しらすと野菜煮 ごはん ほうれん草と人参のおかか和え 豚汁 ミニゼリー	5倍粥 しらすと野菜煮 ほうれん草と人参和え 根菜のみそ汁	7倍粥 しらすと野菜煮 ほうれん草と人参煮 根菜のみそ汁	10倍粥 しらす煮 ほうれん草と人参煮
	麦茶 フルーチェ おせんべい	おせんべい ウエハース	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。

