

日付	完了期	後期	中期	初期
1 水	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	鶏ひき肉とかぼちゃ煮 ごはん 三色ナムル みかん 高野豆腐としめじのみそ汁	5倍粥 三色和え 鶏ひき肉とかぼちゃ煮 ブロッコリーのみそ汁	7倍粥 鶏ひき肉とかぼちゃ煮 ほうれん草と人参煮 ブロッコリーのみそ汁	10倍粥 かぼちゃ煮 ほうれん草と人参煮
2 木	牛乳 お好み焼き	野菜おやき	野菜おやき	
	牛乳 クリームサンドビスケット	ビスケット	おせんべい	
3 金	クリームスパゲティー ブロッコリーと人参のゆかり和え わかめスープ パイン	クリームスパゲティー ブロッコリーと人参和え 玉ねぎのスープ	7倍粥 玉ねぎのスープ 鶏ひき肉とクリーム煮 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
	牛乳 ツナカレーピラフ	しらすおじや	しらすおじや	
4 土	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	金棒つくね おにっこごはん 豆菜サラダ なし お麩とほうれん草のすまし汁	5倍粥 豆腐ハンバーグ キャベツと人参和え ほうれん草のすまし汁	7倍粥 豆腐ハンバーグ キャベツと人参煮 ほうれん草のすまし汁	10倍粥 人参煮 ほうれん草の白和え
6 月	牛乳 おに蒸しパン	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	
7 火	ひじきチャーハン ささみのカレーサラダ 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 ブロッコリー煮 しらすとかぼちゃ煮
	牛乳 たぬきうどん	野菜うどん	野菜うどん	
8 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 ごま塩ごはん じゃがいもぎんびら もも	5倍粥 肉団子スープ マッシュポテト	7倍粥 肉団子スープ マッシュポテト	10倍粥 じゃがいも煮 人参の白和え
9 木	牛乳 しらすピザ	野菜おやき	野菜おやき	
	牛乳 ビスケット	ビスケット	おせんべい	
10 金	ポークビーンズ ごはん キャベツと人参のおかか和え 小松菜ともやしのみそ汁 みかん	5倍粥 鶏ひき肉とトマト煮 キャベツと人参和え 小松菜ともやしのみそ汁	7倍粥 鶏ひき肉とトマト煮 キャベツと人参煮 小松菜のみそ汁	10倍粥 人参煮 しらすとほうれん草煮
	麦茶 コーンフレーク	ビスケット ウエハース	おせんべい	
13 月	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	豆腐ハンバーグ ごはん ブロッコリーと人参のごま和え キャベツとえのきのみそ汁 パイン	5倍粥 豆腐ハンバーグ ブロッコリーと人参和え キャベツのみそ汁	7倍粥 豆腐ハンバーグ ブロッコリーと人参煮 キャベツのみそ汁	10倍粥 豆腐煮 ブロッコリーと人参煮
14 火	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	おせんべい	
1 水	じゃがいものそぼろ煮 ごはん スパゲティーのツナサラダ なし 豆腐とわかめのみそ汁	5倍粥 豆腐のみそ汁 しらすとじゃがいも煮 スパゲティーサラダ	7倍粥 豆腐のみそ汁 しらすとじゃがいも煮 ほうれん草と人参煮	10倍粥 ほうれん草煮 しらすとじゃがいも煮
	牛乳 お麩ラスク	バナナ ビスケット	バナナ おせんべい	
10 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 パナナ 里芋とねぎのみそ汁	5倍粥 カレイ煮 スティック人参・きゅうり 玉ねぎのみそ汁 パナナ	7倍粥 カレイ煮 かぼちゃと人参煮 玉ねぎのみそ汁 パナナ	10倍粥 カレイ煮 かぼちゃと人参煮
13 月	麦茶 コーンスープ おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	牛乳 小魚せんべい	おせんべい	おせんべい	
14 火	マーボー豆腐丼 白菜と人参の昆布和え 春雨スープ もも	鶏ひき肉粥 白菜と人参和え 野菜スープ	鶏ひき肉粥 白菜と人参煮 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	
1 水	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	カレーライス ブロッコリーとしらす和え かぶとコーンのスープ みかん	5倍粥 柔らか肉じゃが ブロッコリーとしらす和え 玉ねぎのスープ	7倍粥 柔らか肉じゃが ブロッコリーとしらす煮 玉ねぎのスープ	10倍粥 じゃがいも煮 ブロッコリーと人参煮
14 火	牛乳 ココアパンケーキ	野菜おやき	野菜おやき	

15 水	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 キャベツの納豆サラダ ほうれん草と人参のみそ汁 パイン	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 しらす煮 ほうれん草と人参煮
	牛乳 ミニゼリー おせんべい	おせんべい	おせんべい	
16 木	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	豚肉とキャベツのみそ炒め ごはん 春雨サラダ お麩とわかめのすまし汁 なし	5倍粥 鶏ひき肉と野菜のみそ煮 スティック人参・きゅうり ブロッコリーのすまし汁	7倍粥 かぼちゃ煮 鶏ひき肉と野菜のみそ煮 ブロッコリーのすまし汁	10倍粥 ブロッコリー煮 かぼちゃとほうれん草煮
	牛乳 クラッカー	バナナ おせんべい	バナナ おせんべい	
17 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	
	ピザバーグ ごはん マカロニサラダ もも 大根と油揚げのみそ汁	5倍粥 豆腐ハンバーグ マカロニサラダ 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 ブロッコリー煮 人参の白和え
	麦茶 牛乳プリン 小魚せんべい	きな粉ヨーグルト	きな粉ヨーグルト	
18 土	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	クリームシチュー 食パン 小松菜とちくわ炒め バナナ	5倍粥 しらすと野菜煮 小松菜と人参和え バナナ ブロッコリーのスープ	7倍粥 しらすと野菜煮 小松菜と人参煮 バナナ ブロッコリーのスープ	10倍粥 人参煮 しらすとほうれん草煮
	牛乳 わかめおにぎり	野菜おじや	野菜おじや	
20 月	牛乳 小魚せんべい	おせんべい	おせんべい	
	タンドリーチキン ごはん ジャーマンポテト みかん 人参ともやしのみそ汁	5倍粥 マッシュポテト 鶏ひき肉とほうれん草煮 人参ともやしのみそ汁	7倍粥 マッシュポテト 鶏ひき肉とほうれん草煮 人参のみそ汁	10倍粥 ほうれん草煮 じゃがいもと人参煮
	牛乳 すいとん	野菜煮	野菜煮	
21 火	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	ミートソーススパゲティー キャベツのツナサラダ ほうれん草とコーンのスープ パイン	ミートソーススパゲティー キャベツと人参和え ほうれん草のスープ	7倍粥 キャベツと人参煮 鶏ひき肉とトマト煮 ほうれん草のスープ	10倍粥 かぼちゃ煮 しらすと人参煮
	牛乳 納豆チャーハン	しらすおじや	しらすおじや	
22 水	牛乳 ビスケット	ビスケット	おせんべい	
	肉豆腐 ミニゼリー ごはん ほうれん草と人参のごま和え わかめとえのきのみそ汁	5倍粥 鶏ひき肉と豆腐煮 ほうれん草と人参和え 玉ねぎのみそ汁	7倍粥 鶏ひき肉と豆腐煮 ほうれん草と人参煮 玉ねぎのみそ汁	10倍粥 豆腐煮 かぼちゃとほうれん草煮
	麦茶 お誕生日ケーキ	ヨーグルト ウエハース	ヨーグルト おせんべい	
24 金	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	しらすと野菜煮 かぼちゃサラダ 豚汁 炊き込みごはん なし	5倍粥 かぼちゃ煮 しらすと野菜煮 根菜のみそ汁	7倍粥 かぼちゃ煮 しらすと野菜煮 根菜のみそ汁	10倍粥 しらす煮 大根と人参煮
	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	
25 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	
	きつねうどん しゅうまい バナナ ブロッコリーとひじきの炒めもの	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 鮭おにぎり	しらすおじや	しらすおじや	
27 月	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 ほうれん草の白和え もやしの中華スープ もも	5倍粥 柔らか肉じゃが ほうれん草の白和え もやしと玉ねぎのスープ	7倍粥 柔らか肉じゃが ほうれん草の白和え 玉ねぎのスープ	10倍粥 豆腐煮 しらすとじゃがいも煮
	牛乳 メダルクッキー	野菜おやき	野菜おやき	
28 火	牛乳 小魚せんべい	おせんべい	おせんべい	
	ビビンバ丼 キャベツと人参のゆかり和え 豆腐となめこのみそ汁 みかん	三色粥 キャベツと人参和え 豆腐のみそ汁	三色粥 キャベツと人参煮 豆腐のみそ汁	10倍粥 人参煮 ほうれん草の白和え
	牛乳 パンケーキ	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。

