

日付	完了期	後期	中期	初期
2月	牛乳 クリームサンドビスケット	ウエハース	おせんべい	
	鶏肉のパン粉焼き ごはん カミカミサラダ もも 小松菜と人参のみそ汁	5倍粥 小松菜と人参のみそ汁 鶏ひき肉とブロッコリー煮 スティック人参・きゅうり	7倍粥 かぼちゃ煮 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 かぼちゃ煮 ブロッコリー煮
	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	
	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
3火	ピザバーグ ごはん ほうれん草と人参のおかか和え 大根と油揚げのみそ汁 なし	5倍粥 豆腐ハンバーグ ほうれん草と人参和え 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 豆腐煮 ほうれん草煮
	牛乳 パンケーキ	バナナきな粉	バナナきな粉	
	牛乳 おせんべい	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	
4水	肉じゃが ごはん ブロッコリーと人参のゆかり和え キャベツともやしのみそ汁 みかん	5倍粥 柔らか肉じゃが ブロッコリーと人参和え キャベツともやしのみそ汁	7倍粥 柔らか肉じゃが ブロッコリーと人参煮 キャベツのみそ汁	10倍粥 じゃがいも煮 人参煮
	牛乳 チヂミ	かぼちゃおやき	かぼちゃおやき	
	牛乳 おせんべい	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	
5木	厚揚げのみそ炒め ごはん マカロニサラダ パイン わかめとえのきのすまし汁	5倍粥 マカロニサラダ 鶏ひき肉と野菜のみそ煮 ブロッコリーのすまし汁	7倍粥 ほうれん草と人参煮 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 ほうれん草煮 人参煮
	牛乳 しらすピザ	野菜リング	野菜リング	
	牛乳 おせんべい	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	
6金	しらすと野菜煮 ごはん キャベツの納豆サラダ もも さつまいもと玉ねぎのみそ汁	5倍粥 しらすと野菜煮 キャベツと人参和え さつまいもと玉ねぎのみそ汁	7倍粥 しらすと野菜煮 キャベツと人参煮 さつまいもと玉ねぎのみそ汁	10倍粥 しらす煮 さつまいも煮
	牛乳 にゅうめん	にゅうめん	にゅうめん	
	牛乳 おせんべい	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土	きつねうどん きょうざ かぼちゃの煮つけ 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 ほうれん草煮
	牛乳 わかめおにぎり	しらすおじや	しらすおじや	
	牛乳 おせんべい	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	
10火	牛乳 クリームサンドビスケット	ウエハース	おせんべい	
	ビビンバ丼 根菜のほっこり煮 豆腐となめこのみそ汁 なし	三色丼 豆腐のみそ汁 根菜のほっこり煮	三色丼 豆腐のみそ汁 根菜のほっこり煮	10倍粥 大根煮 人参煮
	牛乳 お麩ラスク	野菜リング	野菜リング	
	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
11水	クリームスバゲティー ブロッコリーと人参のゆかり和え もやし中華スープ みかん	クリームスバゲティー 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 鶏ひき肉と野菜のクリーム煮 ブロッコリーと人参煮	10倍粥 ブロッコリー煮 人参煮
	牛乳 おかかおにぎり	ほうれん草おじや	ほうれん草おじや	
	牛乳 おせんべい	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	
12木	乳酸菌飲料 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 三色ナムル ごま塩おにぎり パイン キャベツと玉ねぎのみそ汁	5倍粥 三色和え 鶏ひき肉とかぼちゃ煮 キャベツと玉ねぎのみそ汁	7倍粥 ほうれん草と人参煮 鶏ひき肉とかぼちゃ煮 キャベツと玉ねぎのみそ汁	10倍粥 かぼちゃ煮 ほうれん草煮
	牛乳 シュガートースト	パン粥	パン粥	
	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
13金	きのこカレーライス もも キャベツと人参のおかか和え ほうれん草とコーンのスープ	5倍粥 柔らか肉じゃが キャベツと人参和え ほうれん草のスープ	7倍粥 柔らか肉じゃが キャベツと人参煮 ほうれん草のスープ	10倍粥 じゃがいも煮 人参煮
	牛乳 さつまいものミルク煮	さつまいものミルク煮	さつまいものミルク煮	
	牛乳 おせんべい	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	
14土	牛乳 小魚せんべい	おせんべい	おせんべい	
	マーボーラーメン バナナ ブロッコリーとしらす和え	しらすうどん バナナ ブロッコリーと人参和え	しらすうどん バナナ ブロッコリーと人参煮	10倍粥 しらす煮 ブロッコリー煮
	牛乳 昆布おにぎり	かぼちゃおじや	かぼちゃおじや	
	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
16月	ひじきの和風ハンバーグ ごはん スバゲティーのツナサラダ なし キャベツと油揚げのみそ汁	5倍粥 豆腐ハンバーグ スバゲティーサラダ キャベツのみそ汁	7倍粥 豆腐ハンバーグ かぼちゃ煮 キャベツのみそ汁	10倍粥 豆腐煮 かぼちゃ煮
	牛乳 パンケーキ	ヨーグルト おせんべい	ヨーグルト おせんべい	
	牛乳 おせんべい	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	
17火	牛乳 クリームサンドビスケット	ウエハース	おせんべい	
	ポークビーンズ ごはん ほうれん草と人参のごま和え 高野豆腐としめじのみそ汁 みかん	5倍粥 鶏ひき肉とトマト煮 ほうれん草と人参和え ブロッコリーのみそ汁	7倍粥 鶏ひき肉とトマト煮 ほうれん草と人参煮 ブロッコリーのみそ汁	10倍粥 ほうれん草煮 人参煮
	牛乳 クラッカー	バナナきな粉	バナナきな粉	
	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	

18 水	牛乳 おせんべい チャプチェ ごはん ブロッコリーとコーンのあえもの ほうれん草と人参のみそ汁 バイン	おせんべい 5倍粥 鶏ひき肉と玉ねぎ煮 ブロッコリーと人参和え ほうれん草と人参のみそ汁	おせんべい 7倍粥 鶏ひき肉と玉ねぎ煮 ブロッコリーと人参煮 ほうれん草と人参のみそ汁	10倍粥 ブロッコリー煮 人参煮
	麦茶 コーンフレーク	野菜リング	野菜リング	
19 木	牛乳 ビスケット しらすとブロッコリー煮 小松菜の中華風サラダ さつまいもごはん お麩とわかめのみそ汁 もも	ビスケット 5倍粥 人参のスープ しらすとブロッコリー煮 小松菜と人参和え	おせんべい 7倍粥 人参のスープ しらすとブロッコリー煮 小松菜と人参煮	10倍粥 しらす煮 ブロッコリー煮
	麦茶 あずきと豆乳のパンナコッタ	ヨーグルト おせんべい	ヨーグルト おせんべい	
20 金	おせんべい きのこの炊き込みごはん 豚汁 鶏ひき肉とほうれん草煮 みかん さつまいもサラダ	おせんべい 5倍粥 さつまいも煮 鶏ひき肉とほうれん草煮 根菜のみそ汁	おせんべい 7倍粥 さつまいも煮 鶏ひき肉とほうれん草煮 根菜のみそ汁	10倍粥 さつまいも煮 ほうれん草煮
	牛乳 ジャムサンド	パン粥	パン粥	
21 土	牛乳 小魚せんべい キーマカレー ほうれん草としめじのソテー 春雨スープ ミニゼリー	おせんべい しらす粥 野菜スープ ほうれん草と人参和え	おせんべい しらす粥 野菜スープ ほうれん草と人参煮	10倍粥 しらす煮 人参煮
	牛乳 ふかしいも	さつまいものミルク煮	さつまいものミルク煮	
23 月	牛乳 おせんべい 豆腐ハンバーグ ツナ昆布ごはん 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 なし	おせんべい 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	おせんべい 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	
24 火	牛乳 クリームサンドビスケット 中華丼 豆とひじき煮 お麩とほうれん草のみそ汁 みかん	ウエハース 鶏ひき肉粥 豆とひじき煮 ほうれん草のみそ汁	おせんべい 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 人参煮
	麦茶 コーンフレーク	野菜リング	野菜リング	
25 水	牛乳 おせんべい 豆腐チャンプル ごはん キャベツとしらす和え 里芋とねぎのみそ汁 ミニゼリー	おせんべい 5倍粥 豆腐とほうれん草煮 キャベツとしらす和え 玉ねぎのみそ汁	おせんべい 7倍粥 豆腐とほうれん草煮 キャベツとしらす煮 玉ねぎのみそ汁	10倍粥 豆腐煮 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	
26 木	牛乳 おせんべい 回鍋肉 ごはん 春雨サラダ バイン ブロッコリーのコンソメスープ	おせんべい 5倍粥 ブロッコリーのスープ 鶏ひき肉と野菜のみそ煮 スティック人参・きゅうり	おせんべい 7倍粥 ブロッコリーのスープ 鶏ひき肉と野菜のみそ煮 ほうれん草と人参煮	10倍粥 ブロッコリー煮 人参煮
	牛乳 じゃがいも煮	じゃがいも煮	じゃがいも煮	
27 金	牛乳 おせんべい スープスパゲティー 粉ふきいも キャベツと人参の昆布和え もも	おせんべい スープスパゲティー マッシュポテト キャベツと人参和え	おせんべい 7倍粥 マッシュポテト 鶏ひき肉とほうれん草煮 キャベツと人参のスープ	10倍粥 じゃがいも煮 ほうれん草煮
	牛乳 おいなりさん	ほうれん草おじや	ほうれん草おじや	
28 土	牛乳 小魚せんべい しらすチャーハン トマトスープ ささみのカレーサラダ バナナ	おせんべい しらす粥 かぼちゃ煮 ほうれん草のスープ バナナ	おせんべい しらす粥 かぼちゃ煮 ほうれん草のスープ バナナ	10倍粥 しらす煮 かぼちゃ煮
	牛乳 わかめうどん	野菜うどん	野菜うどん	
30 月	牛乳 おせんべい おばけしゅうまい ミックスピラフ 小松菜とちくわ炒め ミニゼリー わかめスープ	おせんべい 5倍粥 豆腐ハンバーグ 小松菜と人参和え 玉ねぎのスープ	おせんべい 7倍粥 豆腐ハンバーグ 小松菜と人参煮 玉ねぎのスープ	10倍粥 豆腐煮 人参煮
	牛乳 ハロウィングッキー	かぼちゃ煮	かぼちゃ煮	
31 火	牛乳 クリームサンドビスケット 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	ウエハース 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	おせんべい 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 じゃがいも煮
	牛乳 アップルパイ	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。

