

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	
	マーボー豆腐丼 春雨サラダ もやしの中華スープ パイン	鶏ひき肉粥 スティック人参・きゅうり もやしと玉ねぎのスープ	鶏ひき肉粥 ほうれん草と人参煮 玉ねぎのスープ	10倍粥 ほうれん草煮 人参煮
2 金	牛乳 パンケーキ	野菜リング	野菜リング	
	牛乳 クリームサンドビスケット	ウエハース	おせんべい	
3 土	おにっこごはん 豆菜サラダ	5倍粥 豆腐ハンバーグ	7倍粥 豆腐ハンバーグ	10倍粥
	豆腐ハンバーグ もも お麩とわかめのみそ汁	小松菜と人参和え ほうれん草のみそ汁	小松菜と人参煮 ほうれん草のみそ汁	豆腐煮 人参煮
5 月	牛乳 おにクッキー	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	
6 火	ハヤシライス ミニゼリー	しらす粥	しらす粥	10倍粥
	ほうれん草と人参のおかか和え ブロッコリーのコンソメスープ	ほうれん草と人参和え ブロッコリーのスープ	ほうれん草と人参煮 ブロッコリーのスープ	しらす煮 ブロッコリー煮
7 水	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	
	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
8 木	じゃがいものそぼろ煮 ごはん	5倍粥 柔らか肉じゃが	7倍粥 柔らか肉じゃが	10倍粥
	マカロニサラダ なし 豆腐と油揚げのみそ汁	マカロニサラダ 豆腐のみそ汁	ブロッコリーと人参煮 豆腐のみそ汁	じゃがいも煮 人参煮
9 金	牛乳 小魚せんべい ミニゼリー	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 土	しらすとブロッコリー煮 ごはん	5倍粥 玉ねぎのみそ汁	7倍粥 玉ねぎのみそ汁	10倍粥
	小松菜の中華風サラダ みかん 里手とねぎのみそ汁	しらすとブロッコリー煮 小松菜と人参和え	しらすとブロッコリー煮 小松菜と人参煮	しらす煮 ほうれん草煮
11 日	麦茶 コーンスープ ビスケット	ヨーグルト ビスケット	ヨーグルト おせんべい	
	牛乳 小魚せんべい	おせんべい	おせんべい	
12 月	ミートソーススパゲティー	ミートソーススパゲティー	5倍粥 キャベツと人参煮	10倍粥
	キャベツと人参のゆかり和え ほうれん草とコーンのスープ パイン	キャベツと人参和え ほうれん草のスープ	鶏ひき肉とトマト煮 ほうれん草のスープ	ほうれん草煮 人参煮
13 火	牛乳 昆布おにぎり	ブロッコリーおじや	ブロッコリーおじや	
	牛乳 クリームサンドビスケット	ウエハース	おせんべい	
14 水	鶏肉のパン粉焼き ごはん	5倍粥 かぼちゃ煮	7倍粥 かぼちゃ煮	10倍粥
	かぼちゃサラダ もも 人参のもやしのみそ汁	鶏ひき肉とほうれん草煮 人参ともやしのみそ汁	鶏ひき肉とほうれん草煮 人参のみそ汁	かぼちゃ煮 ブロッコリー煮
15 木	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	
16 金	ピビンパ丼	三色丼 豆腐のみそ汁	三色丼 豆腐のみそ汁	10倍粥
	キャベツの納豆サラダ 豆腐となめこのみそ汁 なし	キャベツと人参和え	キャベツと人参煮	しらす煮 人参煮
17 土	麦茶 牛乳プリン 小魚せんべい	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	
18 日	みそラーメン パナナ	しらすうどん パナナ	しらすうどん パナナ	10倍粥
	ブロッコリーと人参のごま和え	ブロッコリーと人参和え	ブロッコリーと人参煮	ほうれん草煮 人参煮
19 月	牛乳 野菜おじや	野菜おじや	野菜おじや	
	牛乳 ビスケット	ビスケット	おせんべい	
20 火	カレーライス	5倍粥 白菜と人参和え	7倍粥 白菜と人参煮	10倍粥
	白菜と人参の昆布和え 小松菜とコーンのスープ みかん	しらすとじゃがいも煮 小松菜のスープ	しらすとじゃがいも煮 小松菜のスープ	しらす煮 じゃがいも煮
21 水	牛乳 メダルクッキー	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	
22 木	鶏ひき肉とブロッコリー煮 ごはん	5倍粥 三色和え	7倍粥 キャベツのみそ汁	10倍粥
	三色ナムル パイン 高野豆腐とキャベツのみそ汁	鶏ひき肉とブロッコリー煮 キャベツのみそ汁	鶏ひき肉とブロッコリー煮 ほうれん草と人参煮	ブロッコリー煮 人参煮
23 金	牛乳 バレンタインケーキ	かぼちゃおやき	かぼちゃおやき	
	牛乳 小魚せんべい	おせんべい	おせんべい	
24 土	ボークビーンズ ごはん	5倍粥 スパゲティーサラダ	7倍粥 かぼちゃ煮	10倍粥
	スパゲティーサラダ もも お麩とほうれん草のみそ汁	鶏ひき肉トマト煮 ほうれん草のみそ汁	鶏ひき肉トマト煮 ほうれん草のみそ汁	かぼちゃ煮 ほうれん草煮
25 日	麦茶 コーンフレーク	ヨーグルト おせんべい	ヨーグルト おせんべい	

16 金	牛乳 クリームサンドビスケット	ウエハース	おせんべい	
	肉団子の豆乳スープ わかめごはん じゃがいもきんぴら バナナ	肉団子スープ バナナ マッシュポテト	肉団子スープ バナナ マッシュポテト	10倍粥 じゃがいも煮 人参煮
17 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 ちくわときゅうりのあえもの カレースープ ミニゼリー	鶏ひき肉粥 野菜スープ スティック人参・きゅうり	鶏ひき肉粥 かぼちゃ煮 野菜スープ	10倍粥 かぼちゃ煮 ブロッコリー煮
19 月	牛乳 きな粉蒸しパン	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	
20 火	クリームスバゲティー キャベツとしらす和え 豆腐の中華スープ なし	クリームスバゲティー キャベツとしらす和え 豆腐のスープ	7倍粥 キャベツとしらす煮 鶏ひき肉と野菜のクリーム煮 豆腐のスープ	10倍粥 豆腐煮 人参煮
	牛乳 おかかおにぎり	かぼちゃおじや	かぼちゃおじや	
21 水	牛乳 ビスケット	ビスケット	おせんべい	
	しらすとほうれん草煮 ごはん 高野豆腐と野菜の含め煮 みかん キャベツともやしのみそ汁	5倍粥 野菜の含め煮 しらすとほうれん草煮 キャベツともやしのみそ汁	7倍粥 野菜の含め煮 しらすとほうれん草煮 キャベツのみそ汁	10倍粥 しらす煮 ほうれん草煮
22 木	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	
23 金	回鍋肉 ほうれん草の白和え ごはん 春雨スープ パイン	5倍粥 ほうれん草の白和え 鶏ひき肉と野菜のみそ煮 玉ねぎのスープ	7倍粥 ほうれん草の白和え 鶏ひき肉と野菜のみそ煮 玉ねぎのスープ	10倍粥 豆腐煮 ほうれん草煮
	牛乳 クラッカー	野菜リング	野菜リング	
24 土	牛乳 小魚せんべい	おせんべい	おせんべい	
	カレイのごま照り焼き ひじきごはん カミカミサラダ 納豆汁 もも	5倍粥 カレイ煮 スティック人参・きゅうり 根菜のみそ汁	7倍粥 カレイ煮 かぼちゃ煮 根菜のみそ汁	10倍粥 カレイ煮 大根煮
25 日	牛乳 わかめうどん	野菜うどん	野菜うどん	
	牛乳 クリームサンドビスケット	ウエハース	おせんべい	
26 月	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 じゃがいもと玉ねぎのみそ汁	5倍粥 しらすと玉ねぎ煮 小松菜と人参和え じゃがいもと玉ねぎのみそ汁	7倍粥 しらすと玉ねぎ煮 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 人参煮
	麦茶 コーンフレーク	おせんべい	おせんべい	
27 火	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 キャベツのツナサラダ なし 小松菜と人参のみそ汁	5倍粥 キャベツと人参和え 鶏ひき肉とブロッコリー煮 小松菜と人参のみそ汁	7倍粥 キャベツと人参煮 鶏ひき肉とブロッコリー煮 小松菜と人参のみそ汁	10倍粥 ブロッコリー煮 人参煮
28 水	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	
29 木	中華丼 かぼちゃの煮つけ 豆腐とわかめのみそ汁 みかん	鶏ひき肉粥 かぼちゃ煮 豆腐のみそ汁	鶏ひき肉粥 かぼちゃ煮 豆腐のみそ汁	10倍粥 豆腐煮 かぼちゃ煮
	牛乳 じゃがいも煮	じゃがいも煮	じゃがいも煮	
30 金	牛乳 ビスケット	ビスケット	おせんべい	
	デミグラスソースハンバーグ ごはん ブロッコリーとしらす和え パイン ほうれん草ともやしのみそ汁	5倍粥 豆腐ハンバーグ ブロッコリーとしらす和え ほうれん草ともやしのみそ汁	7倍粥 豆腐ハンバーグ ブロッコリーとしらす和え ほうれん草のみそ汁	10倍粥 しらす煮 ほうれん草煮
31 土	牛乳 ジャムサンド	パン粥	パン粥	
	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
1 日	チキンカレーライス 白菜と人参のおかか和え かぶとコーンのスープ もも	5倍粥 柔らか肉じゃが 白菜と人参和え ブロッコリーのスープ	7倍粥 柔らか肉じゃが 白菜と人参煮 ブロッコリーのスープ	10倍粥 じゃがいも煮 人参煮
	牛乳 野菜クラッカー	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。

