

日付	完了期	後期	中期
1日	牛乳、小魚せんべい	おせんべい	
	休日保育		
2月	牛乳、ビスケット	ビスケット	おせんべい
	牛乳、おせんべい	おせんべい	
3火	チキンカレーライス 三色ナムル わかめスープ もも	かぼちゃと鶏のドリア風 三色ナムル（人参、ほうれん草、もやし） 玉ねぎのスープ	かぼちゃと鶏のドリア風 人参とほうれん草煮 玉ねぎのスープ
	牛乳、パンケーキ	ブロッコリー粥	ブロッコリー粥
4水	牛乳、クリームサンドビスケット	ウエハース	
	豆腐チャンプル ごはん ほうれん草と人参のごま和え みかん キャベツとえのきのみそ汁	5倍粥 豆腐とブロッコリー煮 ほうれん草と人参和え キャベツのみそ汁	7倍粥 豆腐とブロッコリー煮 ほうれん草と人参煮 キャベツのみそ汁
5木	牛乳、ふかしもち	ふかしもち	マッシュポテト
	牛乳、小魚せんべい	おせんべい	
6金	ひじき和風ハンバーグ ごはん コールスローサラダ なし ほうれん草とコーンのスープ	5倍粥 ひじきハンバーグ キャベツと人参和え ほうれん草のスープ	7倍粥 ひじきハンバーグ風 キャベツと人参煮 ほうれん草のスープ
	牛乳、チヂミ	しらす粥	しらす粥
7土	牛乳、おせんべい	おせんべい	
	肉じゃが ごはん 白菜と人参のおかか和え バイン ほうれん草と油揚げのみそ汁	5倍粥 肉じゃが風 マッシュかぼちゃ 白菜と人参のみそ汁	7倍粥 肉じゃが風 マッシュかぼちゃ 白菜と人参のみそ汁
8日	牛乳、ココア蒸しパン	ほうれん草のおやき	ほうれん草粥
	牛乳、ビスケット	ビスケット	
9月	あじさいごはん 鶏肉の照り焼き ブロッコリーとコーンのあえもの 豆腐とわかめのみそ汁 ミニゼリー	あんかけごはん （5倍粥、しらす、人参、ほうれん草） 茹でブロッコリー 豆腐のみそ汁	あんかけごはん （7倍粥、しらす、人参、ほうれん草） ブロッコリー煮 豆腐のみそ汁
	牛乳、きな粉お麩ラスク	野菜リング	野菜リング
10火	牛乳、おせんべい	おせんべい	
	しょうゆらめん しゅうまい 小松菜と人参のおかか和え パナナ	あんかけうどん （うどん、鶏ひき肉、人参、小松菜） マッシュかぼちゃ パナナ	あんかけうどん （うどん、鶏ひき肉、人参、小松菜） マッシュかぼちゃ パナナ
11水	牛乳、しらすごはん	しらす粥	しらす粥
	牛乳、クリームサンドビスケット	ウエハース	
12木	休日保育		
	牛乳、おせんべい	おせんべい	おせんべい
13金	牛乳、小魚せんべい	おせんべい	
	ボークビーンズ ごはん キャベツとしらす和え もも 小松菜としめじのみそ汁	5倍粥 大豆と野菜のトマト煮 キャベツと人参和え 小松菜のみそ汁	7倍粥 大豆と野菜のトマト煮 キャベツと人参煮 小松菜のみそ汁
14土	牛乳、彩りそうめん	にゅうめん	にゅうめん
	牛乳、クリームサンドビスケット	ウエハース	
15日	鶏肉のマーマレード焼き ごはん カミカミサラダ みかん 里芋とねぎのみそ汁	5倍粥 鶏ひき肉とほうれん草煮 スティック人参・きゅうり 玉ねぎのみそ汁	7倍粥 鶏ひき肉とほうれん草煮 人参とブロッコリー煮 玉ねぎのみそ汁
	牛乳、ジャムサンド	パン粥	パン粥
16月	牛乳、おせんべい	おせんべい	
	スープバグティー ブロッコリーとコーンのあえもの パナナ	スープバグティー （スバグティー、鶏ひき肉、人参、ほうれん草） マッシュかぼちゃ パナナ	スープバグティー （スバグティー、鶏ひき肉、人参、ほうれん草） マッシュかぼちゃ パナナ
17火	牛乳、昆布ごはん	ひじき粥	ひじき粥
	牛乳、おせんべい	おせんべい	
18水	カレイのごま照り焼き ごはん キャベツのツナサラダ なし 豆腐となめこのみそ汁	5倍粥 カレイのほぐし キャベツと人参和え 豆腐のみそ汁	7倍粥 カレイ煮 キャベツと人参煮 豆腐のみそ汁
	牛乳、薄焼きピザ	ブロッコリー粥	ブロッコリー粥
19金	牛乳、ビスケット	ビスケット	
	ささみとブロッコリーのあんかけ 豆とひじき煮 ごはん 高野豆腐とキャベツのみそ汁 バイン 麦茶、コーンフレーク	5倍粥 ささみとブロッコリーのあんかけ 豆とひじき煮（大豆、ひじき、人参） キャベツのみそ汁	7倍粥 ささみとブロッコリーのあんかけ 豆とひじき煮（大豆、ひじき、人参） キャベツのみそ汁
20土	牛乳、おせんべい	おせんべい	
	ひき肉チャーハン ミニゼリー 小松菜の中華風サラダ キャベツと玉ねぎのスープ	あんかけごはん （5倍粥、鶏ひき肉、人参、キャベツ） 小松菜と人参和え 玉ねぎのスープ	あんかけごはん （7倍粥、鶏ひき肉、人参、キャベツ） 小松菜と人参煮 玉ねぎのスープ
21日	牛乳、マカロニきな粉	マカロニきな粉	マカロニきな粉
	牛乳、おせんべい	おせんべい	
22月	休日保育		
	牛乳、ウエハース	ウエハース	おせんべい
23火	牛乳、小魚せんべい	おせんべい	
	厚揚げの野菜あんかけ ごはん ブロッコリーと人参のごま和え お麩とわかめのみそ汁 もも	5倍粥 しらすと野菜煮 ブロッコリーと人参和え ほうれん草のみそ汁	7倍粥 しらすと野菜煮 ブロッコリーと人参煮 ほうれん草のみそ汁
24水	牛乳、クッキー	マッシュかぼちゃ	マッシュかぼちゃ
	牛乳、クリームサンドビスケット	ウエハース	
25火	鶏肉の照り焼き ごはん マカロニサラダ なし キャベツと大根のみそ汁	5倍粥 しらすとキャベツ煮 マカロニサラダ（マカロニ、人参、きゅうり） 大根のみそ汁	7倍粥 しらすとキャベツ煮 マカロニサラダ（マカロニ、人参） 大根のみそ汁
	牛乳、シュガートースト	パン粥	パン粥

18 水	牛乳、おせんべい 中華丼 ちくわときゅうりのあえもの もやしの中華スープ	みかん	おせんべい 中華丼(5倍粥、鶏ひき肉、白菜、人参) きゅうりスティック 玉ねぎのスープ	中華丼(7倍粥、鶏ひき肉、白菜、人参) ブロッコリー煮 玉ねぎのスープ
	牛乳、小魚せんべい、ミニゼリー		野菜リング	野菜リング
19 木	牛乳、ビスケット カレーライス 小松菜と豆腐のスープ	春雨サラダ フルーチェ	かぼちゃと鶏のドリア風 人参スティック 小松菜のスープ	かぼちゃと鶏のドリア風 人参煮 小松菜のスープ
	牛乳、クラッカー		ビスケット	おせんべい
20 金	牛乳、おせんべい チキン南蛮焼き ほうれん草と人参のおかか和え 豆腐と油揚げのみそ汁	ごはん パイン	5倍粥 しらすとブロッコリー煮 ほうれん草と人参和え 豆腐のみそ汁	7倍粥 しらすとブロッコリー煮 ほうれん草と人参煮 豆腐のみそ汁
	牛乳、ココアパンケーキ		ひじき粥	ひじき粥
21 土	牛乳、小魚せんべい きつねうどん ささみときゅうりのあえもの	しゅうまい バナナ	肉みそあんかけうどん (うどん、鶏ささみ、人参、ほうれん草) 茹でブロッコリー バナナ	肉みそあんかけうどん (うどん、鶏ささみ、人参、ほうれん草) ブロッコリー煮 バナナ
	牛乳、わかめごはん		マッシュカボちゃ	マッシュカボちゃ
22 日	牛乳、ビスケット		ビスケット	
	休日保育			
23 月	牛乳、おせんべい 牛乳、クリームサンドビスケット		おせんべい ウエハース	おせんべい
	デミグラスソースハンバーグ 鮭ポテサラダ ブロッコリーのコンソメスープ	ごはん もも	5倍粥 ハンバーグ 鮭ポテサラダ(じゃがいも、鮭、人参、きゅうり) ブロッコリーのスープ	7倍粥 ハンバーグ風 鮭ポテサラダ(じゃがいも、鮭、人参) ブロッコリーのスープ
24 火	牛乳、わかめうどん		野菜うどん	野菜うどん
	牛乳、おせんべい カレイのほぐし 高野豆腐と野菜の含め煮 お麩とほうれん草のみそ汁	ごはん パイン	5倍粥 カレイのほぐし 人参と大根煮 ほうれん草のみそ汁	7倍粥 カレイ煮 人参と大根煮 ほうれん草のみそ汁
25 水	麦茶、お誕生日ケーキ		フルーツヨーグルト	フルーツヨーグルト
	牛乳、おせんべい 鶏肉のトマト煮 白菜と人参の昆布和え わかめとえのきのみそ汁	ごはん なし	5倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 白菜と人参和え 玉ねぎのみそ汁	7倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 白菜と人参煮 玉ねぎのみそ汁
26 木	牛乳、お麩ラスク		かぼちゃのおやき	マッシュカボちゃ
	牛乳、ビスケット 鶏肉のパン粉焼き キャベツの納豆サラダ 高野豆腐としめじのみそ汁	ごはん みかん	ビスケット 5倍粥 鶏ひき肉とブロッコリー煮 キャベツと人参和え 豆腐のみそ汁	7倍粥 鶏ひき肉とブロッコリー煮 キャベツと人参煮 豆腐のみそ汁
27 金	牛乳、しらすピザ		しらす粥	しらす粥
	牛乳、おせんべい クリームスバゲティ ブロッコリーのツナサラダ 白菜とコーンのスープ	バナナ	スープスバゲティ (スバゲティ、しらす、人参、ほうれん草) 茹でブロッコリー バナナ	スープスバゲティ (スバゲティ、しらす、人参、ほうれん草) ブロッコリー煮 バナナ
28 土	牛乳、おかかごはん		ひじき粥	ひじき粥
	牛乳、クリームサンドビスケット ひじきチャーハン ささみのカレーサラダ 豆腐の中華スープ	ミニゼリー	ウエハース あんかけごはん (5倍粥、しらす、人参、玉ねぎ) マッシュカボちゃ 豆腐のスープ	おせんべい あんかけごはん (7倍粥、しらす、人参、玉ねぎ) マッシュカボちゃ 豆腐のスープ
29 日	牛乳、きな粉蒸しパン		ビスケット	おせんべい
	牛乳、おせんべい		おせんべい	
30 月	休日保育			
	牛乳、ウエハース 牛乳、小魚せんべい チャブチ キャベツと人参のおかか和え ほうれん草ともやしのみそ汁	ごはん もも	ウエハース おせんべい 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	おせんべい 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
	麦茶、コーンフレーク		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。

※日曜日、祝日は休日保育の為、朝おやつ、午後おやつのみ提供となります。