

日付	完了期	後期	中期
1 月	牛乳、小魚せんべい	おせんべい	
	チキンカレーライス 三色ナムル わかめスープ フルーチェ	かぼちゃと鶏のドリア風 三色和え (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
2 火	牛乳、きな粉蒸しパン	ひじき粥	ひじき粥
	牛乳、ビスケット	ビスケット	
3 水	肉じゃが ごはん 白菜と人参のおかか和え みかん 豆腐となめこのみそ汁	5倍粥 肉じゃが風 白菜と人参和え 豆腐のみそ汁	7倍粥 肉じゃが風
	牛乳、おせんべい	おせんべい	
4 木	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 バイン キャベツともやしのみそ汁	5倍粥 しらすとほうれん草煮 ブロッコリーと人参和え キャベツのみそ汁	7倍粥 しらすとほうれん草煮
	牛乳、わかめうどん	野菜うどん	野菜うどん
5 金	牛乳、おせんべい	おせんべい	
	鶏肉のマーマレード焼き ごはん キャベツの納豆サラダ もも 高野豆腐としめじのみそ汁	5倍粥 しらすとブロッコリー煮 キャベツと人参和え 豆腐のみそ汁	7倍粥 しらすとブロッコリー煮
6 土	牛乳、チヂミ	ほうれん草粥	ほうれん草粥
	牛乳、クリームサンドビスケット	ウエハース	
7 日	ひじきの和風ハンバーグ ごはん ポテトサラダ なし 小松菜とコーンのスープ	5倍粥 ひじきハンバーグ ポテトサラダ (じゃがいも・人参・きゅうり) 小松菜のスープ	7倍粥 ひじきハンバーグ風 ポテトサラダ (じゃがいも・人参) 小松菜のスープ
	牛乳、ココアパンケーキ	ブロッコリー粥	ブロッコリー粥
8 月	牛乳、おせんべい	おせんべい	
	三色丼 豆腐の中華スープ 小松菜の中華風サラダ ミニゼリー	三色丼 (5倍粥・鶏ひき肉・人参・ほうれん草) 小松菜と人参和え 玉ねぎのみそ汁	三色丼 (7倍粥・鶏ひき肉・人参・ほうれん草) 小松菜と人参煮 玉ねぎのみそ汁
9 火	牛乳、ナポリタン	マカロニきな粉	マカロニきな粉
	白湯、おせんべい	おせんべい	
10 水	白湯、ビスケット	ウエハース	おせんべい
	牛乳、おせんべい	おせんべい	
11 木	鶏肉の照り焼き ごはん カミカミサラダ バイン キャベツと油揚げのみそ汁	5倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 きゅうりスティック キャベツのみそ汁	7倍粥 鶏ひき肉と野菜煮
	白湯、コーンフレーク	ビスケット	おせんべい
12 金	牛乳、ビスケット	ビスケット	
	牛乳、ポークビーンズ ごはん ほうれん草と人参のおかか和え もも 白菜ともやしのみそ汁	5倍粥 大豆と野菜のトマト煮 ほうれん草と人参和え 白菜のみそ汁	7倍粥 大豆と野菜のトマト煮
13 土	牛乳、ふかししいも	ふかししいも	マッシュポテト
	牛乳、小魚せんべい	おせんべい	
14 日	スープスパゲティ ブロッコリーのツナサラダ バナナ	スープスパゲティ (スパゲティ・しらす・人参・ほうれん草) ブロッコリーと人参和え バナナ	スープスパゲティ (スパゲティ・しらす・人参・ほうれん草) ブロッコリーと人参煮 バナナ
	牛乳、ゆかりごはん	ビスケット	おせんべい
15 月・祝	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 キャベツと人参のゆかり和え なし ほうれん草と油揚げのみそ汁	5倍粥 鶏ひき肉とブロッコリー煮 キャベツと人参和え ほうれん草のみそ汁	7倍粥 鶏ひき肉とブロッコリー煮
16 火	牛乳、しらす 피자	しらす粥	しらす粥
	牛乳、おせんべい	おせんべい	
17 水	牛乳、おせんべい	おせんべい	
	冷やしそうめん 昆布ごはん ささみときゅうりのあえもの バナナ	ささみそうめん (そうめん・鶏ささみ・人参・ほうれん草) マッシュかぼちゃ バナナ	ささみそうめん (そうめん・鶏ささみ・人参・ほうれん草) マッシュかぼちゃ バナナ
18 木	牛乳、ほてまるくん	じゃがいものおやき	マッシュポテト
	白湯、クリームサンドビスケット	ビスケット	
19 金	白湯、小魚せんべい	おせんべい	おせんべい
	白湯、おせんべい	おせんべい	
20 土	白湯、ウエハース	ウエハース	おせんべい
	牛乳、ビスケット	ビスケット	
21 日	タンダーリーチキン ごはん マカロニサラダ もも 豆腐とわかめのみそ汁	5倍粥 しらすとほうれん草煮 マッシュかぼちゃ 豆腐のみそ汁	7倍粥 しらすとほうれん草煮
	牛乳、きな粉お麩ラスク	ブロッコリー粥	ブロッコリー粥
22 月	牛乳、おせんべい	おせんべい	
	中華丼 (5倍粥・鶏ひき肉・人参・白菜) 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・人参・白菜) ブロッコリー煮 玉ねぎのスープ	中華丼 (7倍粥・鶏ひき肉・人参・白菜) ブロッコリー煮 玉ねぎのスープ
23 火	中華丼 (5倍粥・鶏ひき肉・人参・白菜) 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・人参・白菜) ブロッコリー煮 玉ねぎのスープ	中華丼 (7倍粥・鶏ひき肉・人参・白菜) 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

18 木	牛乳、小魚せんべい じゃがいものそぼろ煮 プロッコリーと人参のゆかり和え キャベツとえのきのみそ汁 白湯、コーンフレーク	ごはん なし	おせんべい 5倍粥 プロッコリーと人参和え キャベツのみそ汁 しらす粥	じゃがいものそぼろ煮 プロッコリーと人参煮 キャベツのみそ汁 しらす粥
	牛乳、クリームサンドビスケット ささみとプロッコリーのあんかけ 豆とひじき煮 里芋とねぎのみそ汁	ごはん パン	ウエハース 5倍粥 ささみとプロッコリーのあんかけ 豆とひじき煮(大豆・ひじき・人参) 玉ねぎのみそ汁	じゃがいものそぼろ煮 プロッコリーと人参煮 キャベツのみそ汁 しらす粥
19 金	牛乳、クラッカー 豚肉のしょうが焼き プロッコリーとひじきの炒めもの 小松菜としめじのみそ汁	ごはん ミニゼリー	おせんべい あんかけごはん (5倍粥・しらす・人参・プロッコリー) マッシュカぼちゃ 小松菜のみそ汁	じゃがいものそぼろ煮 プロッコリーと人参煮 キャベツのみそ汁 しらす粥
	牛乳、マカロニきな粉 白湯、おせんべい		マカロニきな粉 おせんべい	マカロニきな粉 おせんべい
20 土	休日保育			
	白湯、クリームサンドビスケット		ウエハース	おせんべい
21 日	牛乳、おせんべい マーボー豆腐丼 ほうれん草と人参のごま和え オクラのスープ	パン	おせんべい マーボー豆腐丼 ほうれん草と人参和え プロッコリーのスープ	おせんべい マーボー豆腐丼 ほうれん草と人参煮 プロッコリーのスープ
	牛乳、彩りそうめん 白湯、ウエハース		にゅうめん ウエハース	にゅうめん ウエハース
22 月	休日保育			
	白湯、おせんべい 牛乳、ビスケット カレイのほぐし 高野豆腐と野菜の含め煮 お麩とわかめのみそ汁	ごはん ミニゼリー	おせんべい ビスケット 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	おせんべい カレイ煮 7倍粥 人参と大根煮 ほうれん草のみそ汁
23 火・祝	休日保育			
	白湯、フルーツケーキ		フルーツヨーグルト	フルーツヨーグルト
24 水	牛乳、小魚せんべい 鶏肉のパン粉焼き オクラ納豆 豆腐と油揚げのみそ汁	ごはん なし	おせんべい 5倍粥 マッシュカぼちゃ 豆腐のみそ汁	おせんべい 鶏ひき肉とプロッコリー煮 7倍粥 鶏ひき肉とプロッコリー煮 マッシュカぼちゃ 豆腐のみそ汁
	牛乳、薄焼きピザ 牛乳、おせんべい		ほうれん草粥 おせんべい	ほうれん草粥 おせんべい
25 木	牛乳、おせんべい ミートソースパグティ プロッコリーとコーンのあえもの 小松菜と豆腐とスープ	バナナ	おせんべい スープパグティ (スパグティ・鶏ひき肉・人参・小松菜) 茹でプロッコリー バナナ	おせんべい スープパグティ (スパグティ・鶏ひき肉・人参・小松菜) プロッコリー煮 バナナ
	牛乳、おつかごはん 牛乳、クリームサンドビスケット		しらす粥 ウエハース	しらす粥 ウエハース
26 金	牛乳、おせんべい ちゃんぽん麺 ほうれん草としめじのソテー しゅうまい	バナナ	おせんべい あんかけうどん (うどん・しらす・ほうれん草・人参) マッシュカぼちゃ バナナ	おせんべい あんかけうどん (うどん・しらす・ほうれん草・人参) マッシュカぼちゃ バナナ
	牛乳、昆虫ごはん 白湯、小魚せんべい		ビスケット おせんべい	おせんべい おせんべい
27 土	休日保育			
	白湯、ビスケット		ウエハース	おせんべい
28 日	牛乳、おせんべい お月見ハンバーグ さつまいもサラダ プロッコリーと人参のスープ	ごはん みかん	おせんべい 5倍粥 ハンバーグ マッシュさつまいも プロッコリーと人参のスープ	おせんべい ハンバーグ風 7倍粥 ハンバーグ風 マッシュさつまいも プロッコリーと人参のスープ
	牛乳、お月見クッキー 牛乳、おせんべい		ビスケット おせんべい	野菜リング おせんべい
29 月	牛乳、おせんべい カレイのごま照り焼き スパグティのツナサラダ キャベツと大根のみそ汁	ごはん もも	おせんべい 5倍粥 カレイのほぐし スパグティサラダ キャベツと大根のみそ汁	おせんべい カレイ煮 7倍粥 カレイ煮 スパグティサラダ キャベツと大根のみそ汁
	牛乳、シュガートースト		パン粥	パン粥
<p>※食材の都合により、献立が変更になる場合があります。</p> <p>※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。</p> <p>※麦茶を白湯に変更して提供します。</p> <p>※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。</p>				