

日付	完了期	後期	中期
1 日	白湯、ウエハース	ウエハース	
	休日保育		
2 月	白湯、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	
3 火	カレーライス 春雨サラダ わかめスープ もも	かぼちゃと鶏のドリア風 スティック人参・きゅうり 玉ねぎのスープ	かぼちゃと鶏のドリア風 人参とブロッコリー煮 玉ねぎのスープ
	牛乳、にゅうめん	にゅうめん	にゅうめん
4 水	カルピス、ひなあられ	おせんべい	
	三色丼 ブロッコリーと人参のおかか和え 花麩とわかめのすまし汁 パイン	三色丼(5倍粥、人参、しらす、ほうれん草) マッシュかぼちゃ ブロッコリーのスープ	三色丼(7倍粥、人参、しらす、ほうれん草) マッシュかぼちゃ ブロッコリーのスープ
5 木	牛乳、ビスケット	ビスケット	
	ひじき入り鶏つくね ごはん 白菜と人参の昆布和え なし キャベツと大根のみそ汁	5倍粥 ひじき入りハンバーグ 白菜と人参和え キャベツと大根のみそ汁	7倍粥 ひじき入りハンバーグ風 白菜と人参煮 キャベツと大根のみそ汁
6 金	牛乳、きな粉蒸しパン	ブロッコリー粥	ブロッコリー粥
	牛乳、おせんべい	おせんべい	
7 土	厚揚げと野菜のみそ炒め ごはん ブロッコリーと人参のごま和え みかん 白菜とコーンのスープ	5倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 ブロッコリーと人参和え 白菜のスープ	7倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 ブロッコリーと人参煮 白菜のスープ
	牛乳、しらすピザ	しらす粥	しらす粥
8 日	牛乳、クリームサンドビスケット	ウエハース	
	鶏肉ののり塩焼き ごはん キャベツと人参の昆布和え もも 小松菜ともやしのみそ汁	5倍粥 しらすとブロッコリー煮 キャベツと人参和え 小松菜のみそ汁	7倍粥 しらすとブロッコリー煮 キャベツと人参煮 小松菜のみそ汁
9 月	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 ほうれん草としめじのソテー 小松菜と玉ねぎのスープ	あんかけごはん (5倍粥、鶏ひき肉、人参、小松菜) マッシュかぼちゃ 玉ねぎのスープ	あんかけごはん (7倍粥、鶏ひき肉、人参、小松菜) マッシュかぼちゃ 玉ねぎのスープ
10 火	牛乳、ココアパンケーキ	ビスケット	おせんべい
	白湯、小魚せんべい	おせんべい	
11 水	白湯、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	
12 木	鶏肉のトマト煮 ごはん ほうれん草と人参のおかか和え パイン 豆腐となめこのみそ汁	5倍粥 鶏ひき肉と野菜のトマト煮 ほうれん草と人参和え 豆腐のみそ汁	7倍粥 鶏ひき肉と野菜のトマト煮 ほうれん草と人参煮 豆腐のみそ汁
	白湯、コーンフレーク	野菜リング	野菜リング
13 金	牛乳、ビスケット	ビスケット	
	豆腐チャンプル ごはん キャベツのツナサラダ なし お麩とほうれん草のみそ汁	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	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
14 土	牛乳、ジャムサンド	パン粥	パン粥
	牛乳、小魚せんべい	おせんべい	
15 日	クリームスバゲティー パナナ ブロッコリーのゆかり和え キャベツと玉ねぎのスープ	スープスバゲティー (スバゲティー、しらす、キャベツ、ブロッコリー) マッシュかぼちゃ パナナ	スープスバゲティー (スバゲティー、しらす、キャベツ、ブロッコリー) マッシュかぼちゃ パナナ
	牛乳、わかめごはん	ひじき粥	ひじき粥
16 月	牛乳、おせんべい	おせんべい	
	鶏肉の照り焼き ごはん キャベツの納豆サラダ みかん 白菜ともやしのみそ汁	5倍粥 鶏ひき肉とほうれん草煮 キャベツと人参和え 白菜のみそ汁	7倍粥 鶏ひき肉とほうれん草煮 キャベツと人参煮 白菜のみそ汁
17 火	牛乳、ボンデケーキ	マッシュポテト	マッシュポテト
	牛乳、クリームサンドビスケット	ウエハース	
18 水	しらすとブロッコリー和え ごはん スバゲティーのツナサラダ ミニゼリー 里芋とねぎのみそ汁	5倍粥 しらすとほうれん草煮 スバゲティーサラダ 玉ねぎのみそ汁	7倍粥 しらすとブロッコリー煮 スバゲティーサラダ 玉ねぎのみそ汁
	牛乳、薄焼きピザ	ほうれん草粥	ほうれん草粥
19 木	牛乳、おせんべい	おせんべい	
	ちゃんぽん麺 しゅうまい ブロッコリーとひじきの炒め物 パナナ	あんかけうどん (うどん、しらす、人参、ブロッコリー) マッシュかぼちゃ パナナ	あんかけうどん (うどん、しらす、人参、ブロッコリー) マッシュかぼちゃ パナナ
20 金	牛乳、ゆかりごはん	ひじき粥	ひじき粥
	白湯、クリームサンドビスケット	ウエハース	
21 土	白湯、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	
22 日	じゃがいものそぼろ煮 ごはん ほうれん草と人参のごま和え もも キャベツとえのきのみそ汁	5倍粥 じゃがいものそぼろ煮 ほうれん草と人参和え キャベツのみそ汁	7倍粥 じゃがいものそぼろ煮 ほうれん草と人参煮 キャベツのみそ汁
	牛乳、わかめうどん	野菜うどん	野菜うどん
23 月	牛乳、ビスケット	ビスケット	
	タンドリーチキン ごはん コールスローサラダ パイン 豆腐と油揚げのみそ汁	5倍粥 しらすとほうれん草煮 キャベツと人参和え 豆腐のみそ汁	7倍粥 しらすとほうれん草煮 キャベツと人参煮 豆腐のみそ汁
24 火	牛乳、あおのりお麩ラスク	ブロッコリー粥	ブロッコリー粥

18 水	牛乳、おせんべい		おせんべい		中華丼 (7倍粥、鶏ひき肉、人参、白菜) ブロックリー煮 ほうれん草のスープ 野菜リング
	中華丼 ちくわときゅうりのあえもの ほうれん草とコーンのスープ 牛乳、小魚せんべい、ミニゼリー	みかん	中華丼 (5倍粥、鶏ひき肉、人参、白菜) きゅうりスティック ほうれん草のスープ 野菜リング		
19 木	牛乳、クリームサンドビスケット		ウエハース		7倍粥 鶏ひき肉とブロックリー煮
	チャプチェ 三色ナムル わかめとえのきのみそ汁 牛乳、ココア蒸しパン	ごはん なし	5倍粥 鶏ひき肉とブロックリー煮 マッシュかぼちゃ 人参とほうれん草のみそ汁		マッシュかぼちゃ 人参とほうれん草のみそ汁
20 金・祝	白湯、おせんべい		おせんべい	休日保育	
	白湯、ビスケット		ビスケット		おせんべい
21 土	牛乳、おせんべい		おせんべい		
	豚肉のしょうが焼き 小松菜と人参のおかか和え 豆腐とわかめのみそ汁 牛乳、マカロニきな粉	ごはん ミニゼリー	あんかけごはん (5倍粥、しらす、小松菜、人参) マッシュかぼちゃ 豆腐のみそ汁		あんかけごはん (7倍粥、しらす、小松菜、人参) マッシュかぼちゃ 豆腐のみそ汁
22 日	白湯、ウエハース		ウエハース	休日保育	
	白湯、小魚せんべい		おせんべい		おせんべい
23 月	牛乳、小魚せんべい		おせんべい		
	ささみとブロックリー和え 高野豆腐と野菜の含め煮 お葱とわかめのみそ汁 コーンスープ、クラッカー	ごはん もも	5倍粥 ささみとブロックリー煮 人参と大根煮 ほうれん草のみそ汁		7倍粥 ささみとブロックリー煮 人参と大根煮 ほうれん草のみそ汁
24 火	牛乳、ビスケット		ビスケット		おせんべい
	ボークビーンズ ブロックリーのツナサラダ キャベツともやしのみそ汁 牛乳、ふかしいも (のり塩)	ごはん パン	5倍粥 大豆と野菜のトマト煮 ブロックリーと人参和え キャベツのみそ汁		7倍粥 大豆と野菜のトマト煮 ブロックリーと人参煮 キャベツのみそ汁
25 水	牛乳、おせんべい		おせんべい		
	スープバゲティ ブロックリーとコーンのあえもの バナナ 牛乳、おかがごはん		スープバゲティ (スパゲティ、鶏ひき肉、玉ねぎ、ほうれん草) ブロックリーと人参和え バナナ		スープバゲティ (スパゲティ、鶏ひき肉、玉ねぎ、ほうれん草) ブロックリーと人参煮 バナナ
26 木	牛乳、おせんべい		おせんべい		
	厚揚げの野菜あんかけ キャベツとしらす和え もやし中華スープ 牛乳、カレーチーズトースト	ごはん みかん	5倍粥 しらすと野菜煮 キャベツと人参和え 玉ねぎのスープ		7倍粥 しらすと野菜煮 キャベツと人参煮 玉ねぎのスープ
27 金	牛乳、クリームサンドビスケット		ウエハース		
	ハンバーグ 鮭ボテサラダ ブロックリーのコンソメスープ 牛乳、お好み焼き	ごはん なし	5倍粥 ハンバーグ 鮭ボテサラダ (じゃがいも、人参、鮭) ブロックリーのスープ		7倍粥 ハンバーグ風 鮭ボテサラダ (じゃがいも、人参、鮭) ブロックリーのスープ
28 土	牛乳、小魚せんべい		おせんべい		
	しょうゆラーメン しゅうまい ささみときゅうりのあえもの 牛乳、昆布ごはん	バナナ	あんかけうどん (うどん、鶏ささみ、人参、ほうれん草) マッシュかぼちゃ バナナ		あんかけうどん (うどん、鶏ささみ、人参、ほうれん草) マッシュかぼちゃ バナナ
29 日	白湯、おせんべい		おせんべい	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
30 月	牛乳、ビスケット		ビスケット		
	マーボー豆腐丼 ほうれん草と人参のごま和え 春雨スープ 牛乳、わかめうどん	ミニゼリー	マーボー豆腐丼 (5倍粥、豆腐、鶏ひき肉) ほうれん草と人参和え 玉ねぎのスープ		マーボー豆腐丼 (7倍粥、豆腐、鶏ひき肉) ほうれん草と人参煮 玉ねぎのスープ
31 火	牛乳、おせんべい		おせんべい		
	わかめごはん 鶏肉の照り焼き マッシュポテト みかん 白湯、お祝いパフェ	チーズサンド カミカミサラダ 乳酸菌飲料	あんかけごはん (5倍粥、しらす、人参、ほうれん草) マッシュポテト ブロックリーのスープ		あんかけごはん (7倍粥、しらす、人参、ほうれん草) マッシュポテト ブロックリーのスープ

※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、ご家庭でお試しください。
 ※麦茶を白湯に変更して提供します。
 ※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。