

日付	完了期	後期	中期
1 金	牛乳、ビスケット	ビスケット	
	カレーライス パイン 三色ナムル わかめスープ	かぼちゃと鶏のドリア風 ほうれん草と人参和え 玉ねぎのスープ	かぼちゃと鶏のドリア風 ほうれん草と人参煮 玉ねぎのスープ
2 土	牛乳、こいのほりクッキー	野菜リング	野菜リング
	牛乳、おせんべい 焼きそば パナナ ほうれん草としめじのソテー 春雨スープ 牛乳、昆布ごはん	おせんべい あんかけうどん (うどん、鶏ひき肉、ほうれん草、人参) マッシュかぼちゃ パナナ	おせんべい あんかけうどん (うどん、鶏ひき肉、ほうれん草、人参) マッシュかぼちゃ パナナ
3 日・祝	白湯、おせんべい	おせんべい	
	休日保育		
4 月・祝	白湯、ビスケット	ビスケット	おせんべい
	白湯、ウエハース	ウエハース	
5 火・祝	白湯、おせんべい	おせんべい	おせんべい
	白湯、小魚せんべい	おせんべい	
6 水・祝	白湯、ビスケット	ビスケット	おせんべい
	白湯、クリームサンドビスケット	ウエハース	
7 木	白湯、おせんべい	おせんべい	おせんべい
	牛乳、おせんべい 鶏肉のパン粉焼き ごはん 白菜と人参の昆布和え もも 小松菜とちやしのみそ汁	5倍粥 鶏ひき肉とほうれん草煮 白菜と人参和え 小松菜のみそ汁	7倍粥 鶏ひき肉とほうれん草煮 白菜と人参煮 小松菜のみそ汁
8 金	牛乳、薄焼きピザ	マッシュかぼちゃ	マッシュかぼちゃ
	牛乳、ビスケット しらすとブロッコリー和え ごはん スパゲティ-サラダ なし 里芋とねぎのみそ汁	ビスケット 5倍粥 しらすとブロッコリー煮 スパゲティ-サラダ (スパゲティ-、人参、きゅうり) 玉ねぎのみそ汁	7倍粥 しらすとブロッコリー煮 スパゲティ-サラダ (スパゲティ-、人参) 玉ねぎのみそ汁
9 土	牛乳、チヂミ	ほうれん草粥	ほうれん草粥
	牛乳、小魚せんべい ひじきチャーハン ミニゼリー ささみのカレーサラダ 小松菜と豆腐のスープ	おせんべい あんかけごはん (5倍粥、鶏ささみ、人参、小松菜) キャベツと人参和え 豆腐のスープ	おせんべい あんかけごはん (7倍粥、鶏ささみ、人参、小松菜) キャベツと人参煮 豆腐のスープ
10 日	牛乳、パンケーキ	ビスケット	おせんべい
	白湯、おせんべい	おせんべい	
11 月	白湯、クリームサンドビスケット	ビスケット	おせんべい
	牛乳、おせんべい 肉じゃが ごはん キャベツと人参のおかか和え みかん 豆腐となめこのみそ汁	おせんべい 5倍粥 肉じゃが風 キャベツと人参和え 豆腐のスープ	7倍粥 肉じゃが風 キャベツと人参煮 豆腐のスープ
12 火	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 豆腐チャンプル ごはん ブロッコリーとしらす和え もも ほうれん草と油揚げのみそ汁	ビスケット 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
13 水	牛乳、ふかしいも	ふかしいも	マッシュポテト
	牛乳、おせんべい デミグラスソースハンバーグ ごはん 鮭ポテサラダ パイン ブロッコリーのコンソメスープ	おせんべい 5倍粥 ハンバーグ 鮭ポテサラダ (鮭、じゃがいも、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 (鮭、じゃがいも、人参) ブロッコリーのスープ
14 木	白湯、コンフレーク	ビスケット	おせんべい
	牛乳、おせんべい チャプチェ ごはん ほうれん草と人参のごま和え なし 豆腐の中華スープ	おせんべい 5倍粥 しらすと野菜煮 ほうれん草と人参和え 豆腐のスープ	7倍粥 しらすと野菜煮 ほうれん草と人参煮 豆腐のスープ
15 金	牛乳、きな粉蒸しパン	マッシュかぼちゃ	マッシュかぼちゃ
	牛乳、ビスケット 鶏肉の照り焼き ごはん カミカミサラダ パイン お麩とわかめのみそ汁	ビスケット 5倍粥 鶏ひき肉と人参煮 きゅうりスティック ほうれん草のみそ汁	7倍粥 鶏ひき肉と人参煮 ブロッコリー煮 ほうれん草のみそ汁
16 土	牛乳、クラッカー	おせんべい	おせんべい
	牛乳、おせんべい ビビンバ丼 ミニゼリー ブロッコリーとひじきの炒めもの 小松菜とコーンのスープ	おせんべい ビビンバ丼 (5倍粥、鶏ひき肉、人参、ほうれん草) ブロッコリーと人参和え 小松菜のスープ	おせんべい ビビンバ丼 (7倍粥、鶏ひき肉、人参、ほうれん草) ブロッコリーと人参煮 小松菜のスープ
17 日	牛乳、マカロニきな粉	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	
17 日	白湯、ウエハース	ウエハース	おせんべい
	休日保育		

18 月	牛乳、おせんべい クリームスパゲティ フロコリーと人参のゆかり和え キャベツと玉ねぎのスープ 牛乳、おかかごはん	バナナ	おせんべい スープスパゲティ (スパゲティ、しらす、人参、キャベツ) フロコリーと人参和え バナナ ひじき粥	バナナ	スープスパゲティ (スパゲティ、しらす、人参、キャベツ) フロコリーと人参煮 バナナ ひじき粥
19 火	牛乳、クリームサンドビスケット 厚揚げと野菜のみそ炒め ほうれん草と人参のおかか和え もやしの中煮スープ 牛乳、お蕎麦ラスク	ごはん もも	ウエハース 5倍粥 しらすと野菜煮 ほうれん草と人参和え 玉ねぎのスープ マッシュカぼちゃ		7倍粥 しらすと野菜煮 ほうれん草と人参煮 玉ねぎのスープ マッシュカぼちゃ
20 水	牛乳、おせんべい 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	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 ほうれん草のスープ ビスケット		中華丼 (7倍粥、鶏ひき肉、人参、白菜) フロコリー煮 ほうれん草のスープ ビスケット
21 木	牛乳、ビスケット ポークヒーンズ フロコリーと人参のごま和え キャベツともやしのみそ汁 牛乳、カレーチーストースト	ごはん なし	ビスケット 5倍粥 大豆と野菜のトマト煮 フロコリーと人参和え キャベツのみそ汁 パン粥		7倍粥 大豆と野菜のトマト煮 フロコリーと人参煮 キャベツのみそ汁 パン粥
22 金	牛乳、小魚せんべい ひじき入り鶏つくね コールスローサラダ わかめとえのきのみそ汁 牛乳、ボンデケージョ	ごはん パン	おせんべい 5倍粥 ひじきハンバーグ キャベツと人参和え ほうれん草のみそ汁 マッシュポテト		7倍粥 ひじきハンバーグ風 キャベツと人参煮 ほうれん草のみそ汁 マッシュポテト
23 土	牛乳、クリームサンドビスケット 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 白湯、ビスケット	バナナ	ウエハース あんかけうどん (うどん、鶏ささみ、人参、フロコリー) マッシュカぼちゃ バナナ しらす粥 ビスケット		あんかけうどん (うどん、鶏ささみ、人参、フロコリー) マッシュカぼちゃ バナナ しらす粥
24 日	休日保育				
	白湯、小魚せんべい		おせんべい		おせんべい
25 月	牛乳、おせんべい チキンカレーライス 春雨サラダ 白菜とコーンのスープ 牛乳、彩りぞうめん	もも	おせんべい かぼちゃと鶏のドリア風 スティック人参・きゅうり 白菜のスープ にゅうめん		かぼちゃと鶏のドリア風 人参とフロコリー煮 白菜のスープ にゅうめん
26 火	牛乳、おせんべい じゃがいものそぼろ煮 白菜と人参のおかか和え キャベツと油揚げのみそ汁 牛乳、シュガートースト	ごはん なし	おせんべい 5倍粥 じゃがいものそぼろ煮 白菜と人参和え キャベツのみそ汁 パン粥		7倍粥 じゃがいものそぼろ煮 白菜と人参煮 キャベツのみそ汁 パン粥
27 水	牛乳、ビスケット しらすとフロコリー和え 高野豆腐と野菜の含め煮 お蕎麦とわかめのみそ汁 白湯、お誕生日ケーキ	ごはん ミニゼリー	ビスケット 5倍粥 しらすとフロコリー煮 人参と大根煮 ほうれん草のみそ汁 フルーツヨーグルト		7倍粥 しらすとフロコリー煮 人参と大根煮 ほうれん草のみそ汁 フルーツヨーグルト
28 木	牛乳、おせんべい 鶏肉のマーマレード焼き キャベツの納豆サラダ 人参ともやしのみそ汁 牛乳、しらすピザ	ごはん パン	おせんべい 5倍粥 鶏ひき肉とほうれん草煮 マッシュカぼちゃ キャベツと人参のみそ汁 しらす粥		7倍粥 鶏ひき肉とほうれん草煮 マッシュカぼちゃ キャベツと人参のみそ汁 しらす粥
29 金	牛乳、ビスケット ミートソーススパゲティ フロコリーのツナサラダ 小松菜と玉ねぎのスープ 牛乳、ゆかりごはん 牛乳、小魚せんべい	バナナ	ビスケット スープスパゲティ (スパゲティ、しらす、小松菜、人参) フロコリーと人参和え バナナ ほうれん草粥 おせんべい		スープスパゲティ (スパゲティ、しらす、小松菜、人参) フロコリーと人参煮 バナナ ほうれん草粥
30 土	牛乳、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 豆腐と油揚げのみそ汁 牛乳、ココアパンケーキ	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、小松菜) マッシュカぼちゃ 豆腐のみそ汁 ビスケット		あんかけごはん (7倍粥、しらす、人参、小松菜) マッシュカぼちゃ 豆腐のみそ汁 おせんべい
31 日	休日保育				
	白湯、ウエハース		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。  
 ※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。