

日付	完了期	後期	中期
1 木	牛乳、おせんべい	おせんべい	
	豆腐チャンプル ごはん キャベツとしらす和え もも 白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 白菜のみそ汁	7倍粥 しらすとブロッコリー煮 キャベツと人参煮 白菜のみそ汁
2 金	牛乳、ふかしいも（のり塩）	ふかしいも	マッシュポテト
	牛乳、ビスケット	ビスケット	
3 土	きのこカレーライス パイン 春雨サラダ わかめスープ	かぼちゃと鶏のドリア風 人参とブロッコリー和え 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、チヂミ	ほうれん草粥	ほうれん草粥
4 日	牛乳、小魚せんべい	おせんべい	
	ちゃんぽん麺 パナナ しゅうまい ほうれん草としめじのソテー	あんかけうどん （うどん、しらす、人参、キャベツ） ほうれん草と人参和え パナナ	あんかけうどん （うどん、しらす、人参、キャベツ） ほうれん草と人参煮 パナナ
5 月	牛乳、昆布ごはん	ブロッコリー粥	ブロッコリー粥
	白湯、おせんべい	おせんべい	
休日保育			
6 火	白湯、ウエハース	ウエハース	おせんべい
	牛乳、おせんべい	おせんべい	
7 水	ひじき入り鶏つくね ごはん マカロニサラダ みかん じゃがいもと玉ねぎのみそ汁	5倍粥 ひじき入りハンバーグ マカロニサラダ（マカロニ、人参、きゅうり） じゃがいものみそ汁	7倍粥 ひじき入りハンバーグ風 マカロニサラダ（マカロニ、人参） じゃがいものみそ汁
	牛乳、彩りそうめん	にゅうめん	にゅうめん
8 木	牛乳、クリームサンドビスケット	ビスケット	
	肉じゃが ごはん 白菜と人参の昆布和え なし ほうれん草と油揚げのみそ汁	5倍粥 しらすと野菜煮 白菜と人参和え ほうれん草のみそ汁	7倍粥 しらすと野菜煮 白菜と人参煮 ほうれん草のみそ汁
9 金	牛乳、クラッカー	おせんべい	おせんべい
	牛乳、おせんべい	おせんべい	
10 土	鶏ひき肉とブロッコリー煮 ごはん コールスローサラダ パイン お蕎麦とほうれん草のみそ汁	5倍粥 鶏ひき肉とブロッコリー煮 マッシュかぼちゃ キャベツと人参のみそ汁	7倍粥 鶏ひき肉とブロッコリー煮 マッシュかぼちゃ キャベツと人参のみそ汁
	牛乳、きな粉お蕎麦ラスク	ひじき粥	ひじき粥
11 日	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おかか和え もも わかめとえのきのみそ汁	5倍粥 しらすと野菜煮 ブロッコリーと人参和え 玉ねぎのみそ汁	7倍粥 しらすと野菜煮 ブロッコリーと人参煮 玉ねぎのみそ汁
12 月	牛乳、コーンフレーク	ビスケット	おせんべい
	牛乳、ビスケット	ビスケット	
13 火	クリームスパゲティ パナナ ほうれん草と人参のごま和え キャベツと玉ねぎのスープ	スープスパゲティ しらす、キャベツ、ほうれん草） （スパゲティ、 マッシュかぼちゃ パナナ マッシュかぼちゃ	スープスパゲティ しらす、キャベツ、ほうれん草） （スパゲティ、 マッシュかぼちゃ パナナ マッシュかぼちゃ
	牛乳、わかめごはん	ブロッコリー粥	ブロッコリー粥
14 水	牛乳、おせんべい	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	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	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
15 木	牛乳、パンケーキ	マッシュかぼちゃ	マッシュかぼちゃ
	白湯、クリームサンドビスケット	ウエハース	
休日保育			
16 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	
休日保育			
17 土	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	
18 日	チャブチェ ごはん 三色ナムル なし 豆腐と油揚げのみそ汁	5倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 人参とほうれん草和え 豆腐のみそ汁	7倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 人参とほうれん草煮 豆腐のみそ汁
	牛乳、しらすピザ	しらす粥	しらす粥
19 月	牛乳、クリームサンドビスケット	ウエハース	
	ポークビーンズ ごはん ブロッコリーのツナサラダ みかん キャベツともやしのみそ汁	5倍粥 大豆と野菜のトマト煮 ブロッコリーと人参和え キャベツのみそ汁	7倍粥 大豆と野菜のトマト煮 ブロッコリーと人参煮 キャベツのみそ汁
20 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	おせんべい	
21 水	タンドリーチキン ごはん キャベツと人参のゆかり和え パイン 豆腐の中華スープ	5倍粥 しらすとブロッコリー煮 キャベツと人参和え 豆腐のスープ	7倍粥 しらすとブロッコリー煮 キャベツと人参煮 豆腐のスープ
	牛乳、クラッカー	ビスケット	おせんべい
22 木	牛乳、小魚せんべい	おせんべい	
	しらすとほうれん草煮 ごはん スパゲティサラダ もも 里芋とねぎのみそ汁	5倍粥 しらすとほうれん草煮 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 しらすとほうれん草煮 スパゲティサラダ（スパゲティ、人参） 玉ねぎのみそ汁
23 金	牛乳、ジャムサンド	パン粥	パン粥
	牛乳、ビスケット	ビスケット	
24 土	しょうゆラーメン パナナ しゅうまい ささみのカレーサラダ	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 パナナ	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 パナナ
	牛乳、おかかごはん	ひじき粥	ひじき粥

	白湯、ウエハース	ウエハース			
18 日	休日保育				
	白湯、おせんべい	おせんべい	おせんべい		
19 月	ヤクルト、おせんべい	おせんべい			
	鶏肉のパン粉焼き キャベツの納豆サラダ けんちん汁	ごはん なし	5倍粥 キャベツと人参和え 大根のみそ汁	しらすとブロックリー煮	7倍粥 キャベツと人参煮 大根のみそ汁
	牛乳、コーンフレーク		ビスケット		おせんべい
	牛乳、クリームサンドビスケット		ビスケット		
20 火	じゃがいものそぼろ煮 白菜と人参のおかか和え キャベツと大根のみそ汁	ごはん もも	5倍粥 白菜と人参和え キャベツのみそ汁	じゃがいものそぼろ煮	7倍粥 白菜と人参煮 キャベツのみそ汁
	牛乳、お麴うすく		マッシュかぼちゃ		マッシュかぼちゃ
	牛乳、おせんべい		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	パイン	中華丼 (5倍粥、鶏ひき肉、人参、白菜) マッシュかぼちゃ ほうれん草のスープ	中華丼 (7倍粥、鶏ひき肉、人参、白菜) マッシュかぼちゃ ほうれん草のスープ	
21 水	牛乳、小魚せんべい、ミニゼリー		ウエハース	おせんべい	
	牛乳、ビスケット		ビスケット		
	しらすとほうれん草煮 カミカミサラダ 豆腐とわかめのみそ汁	ごはん みかん	5倍粥 スティック人参・きゅうり 豆腐のみそ汁	しらすとほうれん草煮	7倍粥 人参とブロックリー煮 豆腐のみそ汁
	牛乳、シュガートースト		パン粥		パン粥
23 金	牛乳、おせんべい		おせんべい		
	きのこの煮込みハンバーグ ポテトサラダ ブロックリーのコンソメスープ	ごはん なし	5倍粥 ポテトサラダ(じゃがいも、人参、きゅうり) ブロックリーのスープ	ハンバーグ ポテトサラダ(じゃがいも、人参、きゅうり) ブロックリーのスープ	7倍粥 ポテトサラダ(じゃがいも、人参) ブロックリーのスープ
	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、クリームサンドビスケット		ウエハース		
24 土	ひじきチャーハン 小松菜の中華風サラダ 春雨スープ	ミニゼリー	あんかけごはん (5倍粥、しらす、人参、小松菜) マッシュかぼちゃ 人参と玉ねぎのスープ	あんかけごはん (7倍粥、しらす、人参、小松菜) マッシュかぼちゃ 人参と玉ねぎのスープ	
	牛乳、ココアパンケーキ		ビスケット	おせんべい	
	白湯、おせんべい		おせんべい		
	休日保育				
25 日	白湯、ビスケット		ビスケット	おせんべい	
26 月	牛乳、小魚せんべい		おせんべい		
	ミートソーススパゲティ ブロックリーと人参のごま和え もやしの中華スープ	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) ブロックリーと人参和え 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) ブロックリーと人参煮 バナナ	
	牛乳、ゆかりごはん		ひじき粥		ひじき粥
	牛乳、おせんべい		おせんべい		
27 火	鶏肉のマーマレード焼き キャベツと人参の昆布和え 豆腐となめこのみそ汁	ごはん なし	5倍粥 キャベツと人参和え 豆腐のみそ汁	鶏ひき肉とほうれん草煮	7倍粥 キャベツと人参煮 豆腐のみそ汁
	牛乳、ぶかしいも		ぶかしいも		マッシュポテト
	牛乳、ビスケット		ビスケット		
	しらすとブロックリー煮 高野豆腐と野菜の含め煮 お麴とわかめのみそ汁	ごはん ミニゼリー	5倍粥 人参と大根煮 ほうれん草のみそ汁	しらすとブロックリー煮	7倍粥 人参と大根煮 ほうれん草のみそ汁
28 水	白湯、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		おせんべい		
	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 白菜とコーンのスープ	ごはん パイン	5倍粥 ほうれん草と人参和え 白菜のスープ	しらすと野菜煮	7倍粥 ほうれん草と人参煮 白菜のスープ
	牛乳、わかめうどん		野菜うどん		野菜うどん
30 金	牛乳、クリームサンドビスケット		ウエハース		
	ハロウィンカレー ブロックリーと人参のゆかり和え 小松菜と豆腐のスープ	みかん	かぼちゃと鶏のドリア風 ブロックリーと人参和え 小松菜のスープ	かぼちゃと鶏のドリア風 ブロックリーと人参煮 小松菜のスープ	
	牛乳、ハロウィンパフェ		マッシュかぼちゃ、ビスケット		マッシュかぼちゃ、おせんべい
	牛乳、おせんべい		おせんべい		
31 土	きつねうどん しゅうまい ささみときゅうりのあえもの	バナナ	あんかけうどん (うどん、鶏ささみ、人参、ブロックリー) 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、ブロックリー) マッシュかぼちゃ バナナ	
	牛乳、昆布ごはん		しらす粥		しらす粥
※食材の都合により、献立が変更になる場合があります。変更の際は玄関先のボードにてお知らせ致します。ご了承ください。 ※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。					