

日付	完了期	後期	中期
1 月	牛乳、おせんべい	おせんべい	
	カレーライス 三色ナムル 小松菜とコーンのスープ	かぼちゃと鶏のドリア風 人参とほうれん草和え 小松菜のスープ	かぼちゃと鶏のドリア風 人参とほうれん草煮 小松菜のスープ
	牛乳、パンケーキ	ブロッコリー粥	ブロッコリー粥
	牛乳、おせんべい	おせんべい	
2 火	厚揚げの野菜あんかけ ブロッコリーと人参のごま和え キャベツともやしのみそ汁	ごはん みかん 5倍粥 ブロッコリーと人参和え キャベツのみそ汁	しらすと野菜煮 7倍粥 ブロッコリーと人参煮 キャベツのみそ汁
	牛乳、きな粉お麴ラスク	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	
	鶏肉のパン粉焼き キャベツとしらす和え お麴とほうれん草のみそ汁	5倍粥 キャベツと人参和え ほうれん草のみそ汁	しらすとブロッコリー煮 7倍粥 キャベツと人参煮 ほうれん草のみそ汁
3 水	牛乳、薄焼きピザ	ひじき粥	ひじき粥
	牛乳、おせんべい	おせんべい	
	肉じゃが ブロッコリーと人参のおかか和え キャベツと大根のみそ汁	5倍粥 ブロッコリーと人参和え 大根のみそ汁	肉じゃが風 7倍粥 ブロッコリーと人参煮 大根のみそ汁
	牛乳、メロンパンクッキー	ビスケット	おせんべい
5 金	牛乳、小魚せんべい	おせんべい	
	あじさいごはん 鶏ひき肉とほうれん草煮 カミカミサラダ 豆腐とわかめのみそ汁	5倍粥 スティック人参・きゅうり 豆腐のみそ汁	鶏ひき肉とほうれん草煮 7倍粥 人参とブロッコリー煮 豆腐のみそ汁
	白湯、あじさいプリン	ヨーグルト	ヨーグルト
	牛乳、ビスケット	ビスケット	
6 土	きつねうどん 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、キャベツ) マッシュかぼちゃ	あんかけうどん (うどん、鶏ささみ、人参、キャベツ) マッシュかぼちゃ
	牛乳、昆布ごはん	しらす粥	しらす粥
	白湯、クリームサンドビスケット	ウエハース	
	休日保育		
8 月	白湯、小魚せんべい	おせんべい	おせんべい
	牛乳、おせんべい	おせんべい	
	ハンバーグ ポテトサラダ ブロッコリーのコンソメスープ	5倍粥 ポテトサラダ(じゃがいも、人参、きゅうり) ブロッコリーのスープ	ハンバーグ風 7倍粥 ポテトサラダ(じゃがいも、人参) ブロッコリーのスープ
	牛乳、わかめうどん	野菜うどん	野菜うどん
9 火	牛乳、クリームサンドビスケット	ウエハース	
	鶏肉の照り焼き 白菜と人参の昆布和え 豆腐となめこのみそ汁	5倍粥 しらすとほうれん草煮 白菜と人参和え 豆腐のみそ汁	しらすとほうれん草煮 7倍粥 白菜と人参煮 豆腐のみそ汁
	牛乳、カレーチーストースト	パン粥	パン粥
	牛乳、おせんべい	おせんべい	
10 水	ささみとブロッコリー煮 豆とひじき煮 じゃがいもと玉ねぎのみそ汁	5倍粥 ささみとブロッコリー煮 豆とひじき煮(大豆、人参、ひじき) じゃがいものみそ汁	ささみとブロッコリー煮 7倍粥 豆とひじき煮(大豆、人参、ひじき) じゃがいものみそ汁
	白湯、コーンフレーク	ビスケット	おせんべい
	牛乳、おせんべい	おせんべい	
	チャプチェ ほうれん草と人参のごま和え 白菜ともやしのみそ汁	5倍粥 しらすと野菜煮 ほうれん草と人参和え 白菜のみそ汁	しらすと野菜煮 7倍粥 ほうれん草と人参煮 白菜のみそ汁
11 木	牛乳、クラッカー	ウエハース	おせんべい
	牛乳、ビスケット	ビスケット	
	スープバグティ ブロッコリーと人参のゆかり和え バナナ	スープバグティ (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	スープバグティ (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、わかめごはん	ひじき粥	ひじき粥
13 土	牛乳、おせんべい	おせんべい	
	三色丼 ブロッコリーとひじきの炒めもの 小松菜と玉ねぎのスープ	三色丼(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	三色丼(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
	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	
14 日	休日保育		
	白湯、ビスケット	ビスケット	おせんべい
	牛乳、小魚せんべい	おせんべい	
	豆腐チャンプル ブロッコリーのツナサラダ キャベツとえのきのみそ汁	5倍粥 しらすと野菜煮 ブロッコリーと人参和え キャベツのみそ汁	しらすと野菜煮 7倍粥 ブロッコリーと人参煮 キャベツのみそ汁
15 月	牛乳、ジャムサンド	ビスケット	おせんべい
	牛乳、クリームサンドビスケット	ウエハース	
	ボークビーンズ 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	5倍粥 大豆と野菜のトマト煮 キャベツと人参和え ほうれん草のみそ汁	大豆と野菜のトマト煮 7倍粥 キャベツと人参煮 ほうれん草のみそ汁
	牛乳、ふかししいち	マッシュポテト	マッシュポテト
17 水	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	中華丼(5倍粥、鶏ひき肉、人参、白菜) マッシュかぼちゃ ブロッコリーのスープ	中華丼(7倍粥、鶏ひき肉、人参、白菜) マッシュかぼちゃ ブロッコリーのスープ
	牛乳、小魚せんべい、ミニゼリー	ビスケット	おせんべい

18 木	牛乳、ビスケット		ビスケット		
	鶏肉のマーマレード焼き キャベツの納豆サラダ わかめとえのきのみそ汁 牛乳、クラッカー	ごはん パイン	5倍粥 キャベツと人参和え ほうれん草のみそ汁 おせんべい	鶏ひき肉とブロッコリー煮	7倍粥 キャベツと人参煮 ほうれん草のみそ汁 おせんべい
19 金	牛乳、おせんべい		おせんべい		
	しらすとほうれん草煮 スパゲティ-のツナサラダ 里芋とねぎのみそ汁 牛乳、お麩ラスク	ごはん ミニゼリー	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 マッシュカぼちゃ		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 マッシュカぼちゃ
20 土	牛乳、おせんべい		おせんべい		
	ちゃんぽん麺 しゅうまい ささみときゅうりのあえもの 牛乳、おかかごはん	バナナ	あんかけうどん （うどん、鶏ささみ、キャベツ、人参） マッシュカぼちゃ バナナ	あんかけうどん （うどん、鶏ささみ、キャベツ、人参） マッシュカぼちゃ バナナ	
21 日	白湯、ウエハース		ウエハース		
	休日保育				
22 月	白湯、おせんべい		おせんべい		おせんべい
	牛乳、クリームサンドビスケット		ウエハース		
23 火	ミートソーススパゲティ- ブロッコリーとコーンのあえもの キャベツと玉ねぎのスープ 牛乳、昆布ごはん	バナナ	スープスパゲティ- （スパゲティ-、しらす、キャベツ、人参） ブロッコリーと人参和え ほうれん草粥	バナナ	スープスパゲティ- （スパゲティ-、しらす、キャベツ、人参） ブロッコリーと人参煮 ほうれん草粥
	牛乳、おせんべい		おせんべい		
24 水	タンドリーチキン 春雨サラダ 豆腐と油揚げのみそ汁 牛乳、シュガートースト	ごはん もも	5倍粥 スティック人参・きゅうり 豆腐のみそ汁 パン粥	鶏ひき肉とほうれん草煮	7倍粥 人参とブロッコリー煮 豆腐のみそ汁 パン粥
	牛乳、小魚せんべい		おせんべい		
25 木	しらすとブロッコリー煮 高野豆腐と野菜のきめ煮 お麩とわかめのみそ汁 白湯、お誕生日ケーキ	ごはん パイン	5倍粥 人参と大根煮 ほうれん草のみそ汁 フルーツヨーグルト	しらすとブロッコリー煮	7倍粥 人参と大根煮 ほうれん草のみそ汁 フルーツヨーグルト
	牛乳、ビスケット		ビスケット		
26 金	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 白湯、コーンフレーク	ごはん なし	5倍粥 ほうれん草と人参和え 白菜のスープ おせんべい	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 おせんべい
	牛乳、おせんべい		おせんべい		
27 土	ひじき入り鶏つくね コールスローサラダ 小松菜ともやしのみそ汁 牛乳、きな粉蒸しパン	ごはん みかん	5倍粥 キャベツと人参和え 小松菜のみそ汁 マッシュカぼちゃ	ひじき入りハンバーグ	7倍粥 キャベツと人参煮 小松菜のみそ汁 マッシュカぼちゃ
	牛乳、おせんべい		おせんべい		
28 日	豚肉のしょうが焼き 小松菜と人参のおかか和え キャベツと油揚げのみそ汁 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、人参、ブロッコリー） 小松菜と人参和え キャベツのみそ汁 マカロニきな粉	あんかけごはん （7倍粥、しらす、人参、ブロッコリー） 小松菜と人参煮 キャベツのみそ汁 マカロニきな粉	
	白湯、おせんべい		おせんべい		
29 月	白湯、ビスケット		ビスケット		おせんべい
	牛乳、クリームサンドビスケット		ウエハース		
30 火	マーボー豆腐丼 白菜と人参のおかか和え もやしの中華スープ 牛乳、しらすピザ	もも	マーボー豆腐丼（5倍粥、豆腐、鶏ひき肉） 白菜と人参和え 玉ねぎのスープ しらす粥	マーボー豆腐丼（7倍粥、豆腐、鶏ひき肉） 白菜と人参煮 玉ねぎのスープ しらす粥	
	牛乳、おせんべい		おせんべい		
31 水	じゃがいものそぼろ煮 キャベツと人参の昆布和え ほうれん草と油揚げのみそ汁 牛乳、彩りそうめん	ごはん なし	5倍粥 キャベツと人参和え ほうれん草のみそ汁 にゅうめん	じゃがいものそぼろ煮	7倍粥 キャベツと人参煮 ほうれん草のみそ汁 にゅうめん
	※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、ご家庭でお試してください。 ※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。				