

日付	献立	エネルギー たんぱく質 脂質/塩分 ()は未満児	材 料 名 (◎は10時おやつ ○は午後おやつ)				10時おやつ	3時おやつ	行事
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料			
1 土	わかめラーメン 松風焼き バナナ	424.9(377.2) 19.0(17.9) 13.4(13.9) 0.9(1.0)	ゆで中華めん、○ゼリー(オレンジ、りんご、ぶどう)、砂糖、片栗粉、ごま油	鶏むねひき肉、豚ひき肉、豚肩小間切れ、白みそ、白ごま、◎チーズ	バナナ、たまねぎ、にんじん、コーン缶、カットわかめ	中華スープ、酒、鶏ガラ、しょうゆ	麦茶 ベビースーツ	麦茶 菓子、ゼリー	
3 月	洋風ちらし寿司 鶏の照り焼き 青菜のお浸し なると若布のすまし汁	494.2(453.9) 27.5(25.2) 13.1(14.1) 2.4(2.0)	米、砂糖、焼ふ、油	○ヨーグルト(加糖)、鶏もも肉 30g、卵、鶏ももひき肉、なると、かつお節、◎牛乳	ほうれんそう、にんじん、ねぎ、さやえんどう、しょうが、カットわかめ	しょうゆ、酢、みりん、酒、食塩	牛乳	麦茶 ひなあられ、 カップヨーグルト	ひなまつり
4 火	ハヤシライス 和風マカロニサラダ 玉ねぎとしめじのスープ	565.2(483.8) 20.2(16.5) 21.3(17.1) 2.9(2.3)	米、○マーガリンロール 45g、大豆マヨネーズ、押麦、マカロニ、◎砂糖、油	豚肩小間切れ、○スキムミルク、ベーコン、スキムミルク、◎バター、かつお節	たまねぎ、にんじん、きゅうり、しめじ、にんにく、◎バナナ	ハヤシルウ、しょうゆ、食塩、コンソメ	麦茶 バナナ	スキムミルク ラスク	
5 水	大豆入りミートトースト ビーフンスープ かぼちゃのサラダ	469.2(414.1) 18.5(17.5) 12.0(12.7) 2.0(1.9)	食パン 8枚切り、○米、ビーフン、大豆マヨネーズ、◎ごま油	豚ひき肉、だいたず水餃子、○スキムミルク、○干しえび、○白ごま、◎チーズ	たまねぎ、かぼちゃ、にんじん、きゅうり、チンゲンサイ、キャベツ、ピーマン、トマトピューレ、◎塩こんぶ	ケチャップ、しょうゆ、食塩、コンソメ	麦茶 ベビースーツ	スキムミルク 桜えびと昆布のおにぎり	
6 木	コーンラーメン シュウマイ ひじきのナムル	442.1(387.4) 20.2(16.5) 13.5(10.9) 1.3(1.0)	ゆで中華めん、○米、しょうまいの皮、砂糖、ごま油	◎牛乳、豚ひき肉、豚肩小間切れ、干しえび	たまねぎ、もやし、きゅうり、にんじん、コーン缶、ひじき、カットわかめ、しょうが、◎バナナ	中華スープ、しょうゆ、酢、◎炊き込みわかめ、食塩	麦茶 バナナ	牛乳 わかめおにぎり	おわかれ遠足
7 金	ご飯 カジキのおろし煮 キャベツのゆかり和え 大根のみそ汁	543.1(481.9) 26.6(21.8) 17.0(15.8) 2.0(1.8)	米、○食パン 6枚切り、◎砂糖、油、片栗粉、砂糖	◎牛乳、かじき、白みそ、◎きな粉、いわし(煮干し)、◎調製豆乳、◎バター	だいこん、キャベツ、もやし、しめじ、にんじん	しょうゆ、みりん、ゆかり	麦茶 菓子	牛乳 きな粉トースト	
8 土	ナポリタン キャベツのスープ バナナ	339.1(310.0) 8.8(9.8) 7.0(8.8) 1.2(1.3)	◎ゼリー(オレンジ、りんご、ぶどう)、スバゲティ、油	ウインナー、◎チーズ	バナナ、キャベツ、たまねぎ、コーン缶、ピーマン、にんじん、トマトピューレ	ケチャップ、しょうゆ、コンソメ	麦茶 ベビースーツ	麦茶 菓子、ゼリー	
10 月	ご飯(麦入り) タンドリーチキン にんじんサラダ ほうれん草のみそ汁	539.7(490.4) 22.6(21.3) 20.6(20.1) 1.6(1.4)	◎さつまいも、米、押麦、◎米粉、◎油、油、砂糖	◎牛乳、鶏もも肉 30g、絹ごし豆腐、白みそ、ヨーグルト(無糖)、いわし(煮干し)、白ごま、◎牛乳	もやし、にんじん、ほうれんそう、にんにく	カレーウ、しょうゆ、酢、◎食塩	牛乳	牛乳 さつまいものさくさく揚げ	
11 火	中華丼 ゆで野菜の酢醤油 卵スープ	479.8(417.6) 18.4(15.1) 14.4(11.6) 1.8(1.4)	米、○小麦粉、押麦、◎砂糖、片栗粉、◎油、砂糖、ごま油、油	◎牛乳、卵、豚肩小間切れ、◎調製豆乳、◎チーズ、すりごま	キャベツ、たまねぎ、にんじん、ごまつな、たけのこ(ゆで)、しょうが、◎バナナ	しょうゆ、酢、◎ベーキングパウダー、コンソメ、食塩	麦茶 バナナ	牛乳 チーズ入り蒸しパン	
12 水	たまごサンド カレースープ みかん	499.1(407.8) 19.4(17.3) 14.2(14.0) 2.5(2.2)	食パン 8枚切り、じゃがいも、◎米、◎もち米、大豆マヨネーズ、◎砂糖	卵、豚肩小間切れ、◎鶏むね小間切れ、◎スキムミルク、◎チーズ	みかん、たまねぎ、ブロッコリー、にんじん、◎にんじん、◎ごぼう、コーン缶	カレーウ、◎しょうゆ、◎酒、食塩、◎食塩、コンソメ	麦茶 ベビースーツ	スキムミルク 鶏ごぼうおにぎり	
13 木	ミートソースペンネ キッシュ カラフルサラダ チンゲン菜のスープ	570.0(454.3) 23.3(15.6) 24.4(19.5) 2.4(1.8)	◎マーガリンロール 45g、ペンネ、じゃがいも、大豆マヨネーズ、◎砂糖、油、砂糖	豚ひき肉、卵、◎生クリーム、◎スキムミルク、ベーコン、ツナ油漬缶、とろけるチーズ、生クリーム	たまねぎ、チンゲンサイ、にんじん、◎みかん缶、◎パイン缶、ほうれんそう、きゅうり、◎いちご、黄ピーマン、ピーマン、トマトピューレ、しめじ、◎バナナ	ケチャップ、中濃ソース、しょうゆ、食塩、酢、コンソメ	麦茶 バナナ	スキムミルク ココア フルーツサンド	
14 金	ご飯 さばフライ 大根のみそ煮 まいたけのすまし汁	598.8(537.4) 25.8(21.5) 23.9(21.4) 1.8(1.7)	米、○小麦粉、◎油、小麦粉、◎砂糖、パン粉、砂糖、油、焼ふ	さば、鶏もも小間切れ、◎卵、赤みそ、かつお節、◎調製豆乳	だいこん、◎にんじん、にんじん、まいたけ、◎干しぶどう、しょうが	中濃ソース、しょうゆ、みりん、◎ベーキングパウダー、食塩、カレー粉	麦茶 菓子	麦茶 キャロット ケーキ	
15 土	納豆ご飯 鶏の照り焼き 野菜みそ汁 バナナ	483.4(425.5) 19.5(18.4) 12.5(13.1) 1.5(1.5)	◎ゼリー(オレンジ、りんご、ぶどう)、米、砂糖	鶏もも肉 25g、挽きわり納豆、白みそ、いわし(煮干し)、◎チーズ	バナナ、キャベツ、えのきたけ、にんじん、しょうが	しょうゆ、みりん	麦茶 ベビースーツ	麦茶 菓子、ゼリー	
17 月	ブルゴギ丼 たたき胡瓜 卵とじみそ汁	620.0(554.5) 24.6(22.9) 24.2(23.0) 2.0(1.7)	米、○小麦粉、◎グラニュー糖、砂糖、ごま油	◎牛乳、豚肩小間切れ、卵、◎バター、白みそ、赤みそ、いわし(煮干し)、◎牛乳	きゅうり、たまねぎ、りんご、ねぎ、切り干しだいこん、にんにく、しょうが	しょうゆ、酢、食塩	牛乳	牛乳 ココアクッキー	
18 火	ご飯(麦入り) 鶏の香り揚げ 青菜ともやしのしらす和え キャベツのみそ汁	505.4(448.4) 22.4(19.0) 14.9(12.0) 1.7(1.4)	米、片栗粉、押麦、油、砂糖、ごま油	◎ヨーグルト(加糖)、鶏もも肉 30g、白みそ、しらす干し、いわし(煮干し)	ごまつな、もやし、キャベツ、えのきたけ、にんにく、しょうが、◎バナナ	しょうゆ、みりん	麦茶 バナナ	麦茶 菓子、カップ ヨーグルト	
19 水	ハンバーガー ワンタンスープ きのこキャベツのサラダ	576.9(504.3) 28.2(25.4) 22.2(21.0) 2.2(2.1)	マーガリンロール 55g、◎米、ワンタンの皮、パン粉、砂糖、ごま油、マーガリンロール 45g	豚ひき肉、牛ひき肉、◎スキムミルク、ツナ油漬缶、◎チーズ	キャベツ、しめじ、にんじん、たまねぎ、えのきたけ、ねぎ、ごまつな、◎こんぶ佃煮、しょうが	しょうゆ、ケチャップ、中濃ソース、酢、食塩、コンソメ	麦茶 ベビースーツ	スキムミルク おなか昆布おにぎり	
21 金	ご飯(麦入り) ケチャップチキン ジャックのおまめばたけ えのきのスープ	504.8(462.2) 17.4(14.8) 17.4(16.3) 1.7(1.5)	◎さつまいも、米、◎砂糖、押麦、砂糖、◎油、大豆マヨネーズ、ごま油	鶏もも肉 30g、ツナ油漬缶、だいたず水餃子、◎牛乳、◎バター、すりごま	ごまつな、えのきたけ、たまねぎ、にんじん、にんにく	ケチャップ、しょうゆ、みりん、酢、鶏ガラ、食塩	麦茶 菓子	麦茶 キャラメルポテト	卒園式
22 土	ツナサンド ポークビーンズ バナナ	487.5(431.9) 15.6(15.3) 19.0(18.4) 1.6(1.7)	マーガリンロール 55g、◎ゼリー(オレンジ、りんご、ぶどう)、じゃがいも、大豆マヨネーズ、油、砂糖、マーガリンロール 45g	豚肩小間切れ、ツナ油漬缶、だいたず水餃子、◎バター、◎チーズ	バナナ、たまねぎ、にんじん	ケチャップ、中濃ソース、コンソメ、食塩	麦茶 ベビースーツ	麦茶 菓子、ゼリー	
24 月	ご飯(麦入り) 手作りふりかけ 変わり五目豆 れんごんのサラダ 豆腐と葱のみそ汁	468.2(433.2) 16.7(16.6) 12.5(13.6) 1.5(1.3)	◎ゼリー(オレンジ、りんご、ぶどう)、米、じゃがいも、大豆マヨネーズ、押麦、砂糖、油	絹ごし豆腐、だいたず水餃子、豚肩小間切れ、白みそ、凍り豆腐、いわし(煮干し)、白ごま、かつお節、◎牛乳	にんじん、れんごん、きゅうり、ねぎ、ピーマン、あおのり	しょうゆ、みりん、酒、食塩	牛乳	麦茶 菓子、ゼリー	
25 火	キーマカレー パインサラダ わかめスープ りんごジュース	489.2(425.1) 19.2(15.7) 15.0(12.1) 2.2(1.8)	◎じゃがいも、米、押麦、大豆マヨネーズ、油	豚ひき肉、だいたず水餃子、◎スキムミルク、◎しらす干し、スキムミルク	りんご天然果汁、たまねぎ、キャベツ、にんじん、パイン缶、◎ピーマン、きゅうり、ピーマン、カットわかめ、にんにく、◎あおのり、◎バナナ	カレーウ、しょうゆ、食塩、コンソメ	麦茶 バナナ	スキムミルク 磯風味ポテト	
26 水	鶏の照り焼きサンド 野菜のスキムクリーム煮 バナナ	622.4(539.8) 22.5(20.8) 22.5(21.2) 2.0(2.0)	マーガリンロール 55g、じゃがいも、◎米、◎もち米、小麦粉、砂糖、大豆マヨネーズ、◎ごま油、油、マーガリンロール 45g	◎牛乳、鶏もも小間切れ、ベーコン、スキムミルク、◎バター、◎チーズ	バナナ、キャベツ、◎まいたけ、にんじん、しめじ、◎にんじん、◎いんげん	◎しょうゆ、みりん、しょうゆ、◎酒、コンソメ、食塩、◎食塩	麦茶 ベビースーツ	牛乳 まいたけおこわ	
27 木	ほうとう 松風焼き ほうれん草のごま和え	430.7(376.8) 22.3(18.2) 11.0(8.8) 1.6(1.3)	ゆでうどん、◎米、砂糖、片栗粉、◎砂糖	鶏むねひき肉、豚ひき肉、鶏もも小間切れ、白みそ、◎スキムミルク、◎白みそ、かつお節、すりごま、白ごま	もやし、ほうれんそう、にんじん、かぼちゃ、はくさい、だいこん、たまねぎ、ねぎ、◎バナナ	しょうゆ、酒、◎みりん、食塩	麦茶 バナナ	スキムミルク みそ焼きおにぎり	
28 金	のり佃煮ご飯 鶏のごま味噌焼き 切干大根のサラダ 野菜汁	574.2(506.7) 28.3(23.2) 18.3(16.8) 2.3(2.0)	米、◎食パン 6枚切り、◎大豆マヨネーズ、大豆マヨネーズ、砂糖	さわら、◎スキムミルク、白みそ、◎ベーコン、いわし(煮干し)、すりごま、◎粉チーズ	キャベツ、かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、ねぎ、切り干しだいこん、きざみのみり、◎あおのり	しょうゆ、酒、みりん、酢	麦茶 菓子	スキムミルク 青のりチーズトースト	
29 土	ウインナーサンド 野菜たっぷりポトフ バナナ	456.6(407.1) 15.2(15.0) 15.5(15.6) 1.9(1.9)	マーガリンロール 55g、◎ゼリー(オレンジ、りんご、ぶどう)、じゃがいも、油、マーガリンロール 45g	ウインナー、鶏むね小間切れ、◎チーズ	バナナ、キャベツ、たまねぎ、にんじん	ケチャップ、しょうゆ、コンソメ、食塩	麦茶 ベビースーツ	麦茶 菓子、ゼリー	
31 月	ご飯(麦入り) 豆腐ハンバーグ ひじきとキャベツのサラダ 豚汁	548.8(459.8) 24.3(19.0) 17.0(17.0) 1.8(1.4)	米、◎コッペパン、押麦、◎油、大豆マヨネーズ、パン粉、◎グラニュー糖、◎砂糖、砂糖、ごま油	押し豆腐、鶏ももひき肉、◎スキムミルク、豚肩小間切れ、絹ごし豆腐、白みそ、ベーコン、かつお節、◎牛乳	だいこん、キャベツ、たまねぎ、コーン缶、ねぎ、にんじん、ごぼう、ひじき、しょうが	ケチャップ、中濃ソース、しょうゆ、食塩	牛乳	スキムミルク ココア 揚げパン	

	献立		食 材		備考
	11:00	9:00/15:00	11:00の食材	9:00/15:00の食材	
1 土	わかめうどん 松風焼き バナナ	ミルク ベビーチーズ ミルク 乳児用菓子	ゆでうどん、豚肩小間切れ、たまねぎ、カットわかめ、コーン缶、かつお節、しょうゆ、みりん/鶏むねひき肉、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、白みそ、片栗粉、砂糖、酒、しょうゆ、白ごま/バナナ	ベビーチーズ 乳児用菓子	
3 月	固がゆ 鶏の照り焼き 青菜のお浸し わかめのすまし汁	ミルク 乳児用菓子 ミルク 乳児用菓子、プレーンヨーグルト	米/鶏もも肉、しょうが、砂糖、しょうゆ、みりん/ほうれん草、にんじん、しょうゆ、かつお節/カットわかめ、ねぎ、焼ふ、しょうゆ、食塩、かつお節	乳児用菓子 乳児用菓子、プレーンヨーグルト	
4 火	固がゆ 野菜あんかけ 和風マカロニサラダ 玉ねぎとしめじのスープ	ミルク バナナ ミルク ラスク	米/豚肩小間切れ、たまねぎ、にんじん、にんにく、片栗粉、かつお節、しょうゆ、みりん/マカロニ、にんじん、きゅうり、ベーコン、大豆マヨネーズ、かつお節、しょうゆ/たまねぎ、しめじ、しょうゆ、食塩、かつお節	バナナ マーガリンロール、バター、砂糖	
5 水	食パン 大豆入りミートトーストの具 ビーフンスープ かぼちゃのサラダ	ミルク ベビーチーズ ミルク 昆布のおじや	食パン/豚ひき肉、だいた水煮、ピーマン、たまねぎ、にんじん、ケチャップ、トマトピューレ/ビーフン、チンゲン菜、にんじん、キャベツ、たまねぎ、豚ひき肉、かつお節、しょうゆ、食塩/かぼちゃ、きゅうり、大豆マヨネーズ、食塩	ベビーチーズ 米、塩こんぶ、白ごま	
6 木	コーンうどん シュウマイ ひじきのナムル	ミルク バナナ ミルク わかめおじや	ゆでうどん、豚肩小間切れ、たまねぎ、コーン缶、カットわかめ、かつお節、しょうゆ、みりん/豚ひき肉、たまねぎ、しょうが、しょうゆ、ごま油、食塩、しゅうまいの皮/ひじき、にんじん、きゅうり、もやし、酢、砂糖、しょうゆ、ごま油	バナナ 米、炊き込みわかめ	
7 金	固がゆ カジキのおろし煮 キャベツのおかか和え 大根のみそ汁	ミルク 乳児用菓子 ミルク きな粉トースト	米/カジキ、片栗粉、油、だいごん、しょうゆ、みりん、砂糖/キャベツ、にんじん、もやし、かつお節、しょうゆ/だいごん、しめじ、白みそ、煮干し	乳児用菓子 食パン、きな粉、砂糖、バター、調整豆乳	
8 土	ナポリタン キャベツのスープ バナナ	ミルク ベビーチーズ ミルク 乳児用菓子	スパゲティ、玉ねぎ、にんじん、ピーマン、ケチャップ、トマトピューレ、油/キャベツ、コーン缶、かつお節、しょうゆ/バナナ	ベビーチーズ 乳児用菓子	
10 月	固がゆ 鶏の照り焼き にんじんサラダ ほうれん草のみそ汁	ミルク 乳児用菓子 ミルク さつまいものさくさく揚げ	米/鶏もも肉、砂糖、みりん、しょうゆ/にんじん、もやし、油、酢、砂糖、しょうゆ、白ごま/ほうれん草、絹ごし豆腐、白みそ、煮干し	乳児用菓子 さつまいも、米粉、油、食塩	
11 火	固がゆ 中華丼の具 ゆで野菜の酢醤油 卵スープ	ミルク バナナ ミルク チーズ入り蒸しパン	米/豚肩小間切れ、しょうが、キャベツ、たまねぎ、にんじん、片栗粉、油、食塩、しょうゆ、ごま油/キャベツ、小松菜、にんじん、酢、砂糖、しょうゆ、ごま油、すりごま/卵、たまねぎ、食塩、しょうゆ、かつお節	バナナ 小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、調整豆乳、チーズ、油	
12 水	食パン たまごサンドの具 野菜スープ みかん	ミルク ベビーチーズ ミルク 鶏ごぼうおじや	食パン/卵、大豆マヨネーズ、食塩/豚肩小間切れ、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、プロッコリー、コーン缶、かつお節、しょうゆ、みりん/みかん	ベビーチーズ 米、鶏むね小間切れ、にんじん、ごぼう、しょうゆ、砂糖、酒、食塩	
13 木	ミートソースペンネ キッシュ カラフルサラダ チンゲン菜のスープ	ミルク バナナ ミルク フルーツミックス	ペンネ、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、ケチャップ、トマトピューレ、食塩、油/ほうれん草、たまねぎ、しめじ、ベーコン、油、とろけるチーズ、卵/じゃがいも、にんじん、黄ピーマン、きゅうり、ツナ油漬缶、大豆マヨネーズ、砂糖、食塩、酢/チンゲン菜、たまねぎ、食塩、しょうゆ、かつお節	バナナ いちご、みかん缶	
14 金	固がゆ カレイフライ 大根のみそ煮 まいたけのすまし汁	ミルク 乳児用菓子 ミルク キャラットクッキー	米/カレイ、小麦粉、パン粉、油/鶏もも小間切れ、だいごん、にんじん、しょうが、赤みそ、砂糖、しょうゆ、みりん/まいたけ、焼ふ、しょうゆ、食塩、かつお節	乳児用菓子 にんじん、干しぶどう、卵、砂糖、油、調整豆乳、小麦粉、ベーキングパウダー	
15 土	固がゆ 鶏の照り焼き 野菜みそ汁 バナナ	ミルク ベビーチーズ ミルク 乳児用菓子	米/鶏もも肉、しょうが、砂糖、しょうゆ、みりん/キャベツ、にんじん、えのきたけ、白みそ、煮干し/バナナ	ベビーチーズ 乳児用菓子	
17 月	固がゆ ブルコギ丼の具 たたき胡瓜 卵としみそ汁	ミルク 乳児用菓子 ミルク プレーンクッキー	米/豚肩小間切れ、にんにく、しょうが、りんご、ねぎ、切干大根、たまねぎ、砂糖、しょうゆ、食塩、赤みそ、ごま油/きゅうり、ごま油、しょうゆ、酢/卵、たまねぎ、白みそ、煮干し	乳児用菓子 小麦粉、バター、グラニュー糖	
18 火	固がゆ 鶏の香り揚げ 青菜ともやしのしらす和え キャベツのみそ汁	ミルク バナナ ミルク 乳児用菓子、プレーンヨーグルト	米/鶏もも肉、片栗粉、油、しょうが、にんにく、しょうゆ、砂糖、みりん/小松菜、もやし、しらす干し、しょうゆ、ごま油/キャベツ、えのきたけ、白みそ、煮干し	バナナ 乳児用菓子、プレーンヨーグルト	
19 水	マーガリンロール ハンバーグ ワンタンスープ きのごとキャベツのサラダ	ミルク 乳児用菓子 ミルク おかかおじや	マーガリンロール/豚ひき肉、たまねぎ、しょうが、パン粉、食塩、ケチャップ/ワンタンの皮、豚ひき肉、にんじん、ねぎ、しめじ、小松菜、かつお節、しょうゆ、食塩、ごま油/キャベツ、しめじ、えのきたけ、ツナ油漬缶、しょうゆ、砂糖、酢	乳児用菓子 米、かつお節	
21 金	固がゆ ケチャップチキン ジャックのおまめぼたけ えのきのスープ	ミルク 乳児用菓子 ミルク キャラメルポテト	米/鶏もも肉、ケチャップ、砂糖、みりん、しょうゆ、にんにく、大豆マヨネーズ/だいた水煮、小松菜、にんじん、ツナ油漬缶、すりごま、酢、砂糖、しょうゆ、ごま油/えのきたけ、たまねぎ、かつお節、しょうゆ、みりん、	乳児用菓子 さつまいも、油、砂糖、バター、牛乳	
22 土	マーガリンロール ツナサンドの具 ポークビーンズ バナナ	ミルク ベビーチーズ ミルク 乳児用菓子	マーガリンロール/ツナ油漬缶、大豆マヨネーズ、食塩/豚肩小間切れ、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、大豆水煮、ケチャップ、バター、砂糖、油/バナナ	ベビーチーズ 乳児用菓子	
24 月	固がゆ 変わり五目豆 きゅうりとにんじんのサラダ 豆腐と葱のみそ汁	ミルク 乳児用菓子 ミルク 乳児用菓子、プレーンヨーグルト	米/豚肩小間切れ、油、凍り豆腐、じゃがいも、にんじん、ピーマン、大豆水煮、しょうゆ、砂糖、みりん、食塩/きゅうり、にんじん、しょうゆ、砂糖、大豆マヨネーズ/絹ごし豆腐、ねぎ、白みそ、煮干し	乳児用菓子 乳児用菓子、プレーンヨーグルト	
25 火	固がゆ 野菜あんかけ キャベツサラダ わかめスープ	ミルク バナナ ミルク 磯風味ポテト	米/豚ひき肉、にんにく、大豆水煮、たまねぎ、にんじん、ピーマン、片栗粉、かつお節、しょうゆ、みりん/キャベツ、きゅうり、大豆マヨネーズ、食塩/カットわかめ、たまねぎ、しょうゆ、かつお節	バナナ じゃがいも、ピーマン、しらす干し、あおのり、油	
26 水	マーガリンロール 鶏の照り焼き 野菜のスキムクリーム煮 バナナ	ミルク ベビーチーズ ミルク 青のりおじや	マーガリンロール/鶏もも小間切れ、しょうゆ、みりん、砂糖、油/ベーコン、じゃがいも、にんじん、しめじ、小麦粉、バター、食塩、スキムミルク/バナナ	ベビーチーズ 米、青のり	
27 木	ほうとう 松風焼き ほうれん草のごま和え	ミルク バナナ ミルク おかかおじや	ゆでうどん、鶏もも小間切れ、はくさい、だいごん、かぼちゃ、にんじん、ねぎ、白みそ、かつお節、食塩/鶏むねひき肉、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、白みそ、片栗粉、砂糖、酒、しょうゆ、白ごま/もやし、ほうれん草、にんじん、すりごま、しょうゆ、砂糖	バナナ 米、かつお節	
28 金	固がゆ 鯖のごまみそ焼き 切干大根のサラダ 野菜汁	ミルク 乳児用菓子 ミルク 青のりチーストースト	米/さわら、白みそ、みりん、砂糖、酒、すりごま/切干大根、キャベツ、にんじん、ベーコン、しょうゆ、酢、砂糖、大豆マヨネーズ/かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、ねぎ、煮干し、白みそ	乳児用菓子 食パン、大豆マヨネーズ、粉チーズ、あおのり	
29 土	マーガリンロール 野菜たっぷりポトフ バナナ	ミルク ベビーチーズ ミルク 乳児用菓子	マーガリンロール/鶏むね小間切れ、じゃがいも、たまねぎ、キャベツ、にんじん、しょうゆ、かつお節、油/バナナ	ベビーチーズ 乳児用菓子	
31 月	固がゆ 豆腐ハンバーグ ひじきとキャベツのサラダ 豚汁	ミルク 乳児用菓子 ミルク 揚げパン	米/押し豆腐、鶏ももひき肉、たまねぎ、しょうが、パン粉、食塩、ケチャップ/ひじき、ベーコン、キャベツ、コーン缶、大豆マヨネーズ、食塩、しょうゆ/豚肩小間切れ、大根、ねぎ、にんじん、ごぼう、絹ごし豆腐、ごま油、白みそ、かつお節	乳児用菓子 コッペパン、油、グラニュー糖	

※ 乳児用菓子・・・ハイハイ / マンナウェファー / マンナビスケット の いずれかの提供になります。

	献立		食 材		備考
	11:00	9:00/15:00	11:00の食材	9:00/15:00	
1 土	ゆでうどん(かつおだし) たまねぎとにんじんのクタクタ煮 バナナ	ミルク ハイハイ ミルク ハイハイ	ゆでうどん、かつお節/たまねぎ、にんじん/バナナ	ハイハイ ハイハイ	
3 月	おかゆ 焼ふ、にんじん、ほうれん草 ささみ かつおだし汁	ミルク ハイハイ ミルク ハイハイ、プレーンヨーグルト	米/焼ふ、にんじん、ほうれん草/ささみ/かつお節	ハイハイ ハイハイ、プレーンヨーグルト	
4 火	おかゆ きゅうり、にんじん、たまねぎ ささみ かつおだし汁	ミルク バナナ ミルク パンがゆ	米/きゅうり、にんじん、たまねぎ/ささみ/かつお節	バナナ 食パン	
5 水	パンがゆ たまねぎ、キャベツ、かぼちゃ ささみ	ミルク ハイハイ ミルク 青のりがゆ	食パン/たまねぎ、キャベツ、かぼちゃ/ささみ	ハイハイ 米、青のり	
6 木	ゆでうどん(かつおだし) きゅうり、にんじん、もやし ささみ	ミルク バナナ ミルク おかがゆ	ゆでうどん、かつお節/きゅうり、にんじん、もやし/ささみ	バナナ 米、かつお節	
7 金	おかゆ にんじん、だいこん、キャベツ カレー 煮干しだし汁	ミルク ハイハイ ミルク パンがゆ	米/にんじん、だいこん、キャベツ/カレー/煮干し	ハイハイ 食パン	
8 土	ゆでうどん(かつおだし) にんじんとたまねぎのクタクタ煮 バナナ	ミルク ハイハイ ミルク ハイハイ	ゆでうどん、かつお節/にんじん、たまねぎ/バナナ	ハイハイ ハイハイ	
10 月	おかゆ にんじん、絹ごし豆腐、ほうれん草 ささみ 煮干しだし汁	ミルク ハイハイ ミルク さつまいものゆでつぶし	米/にんじん、絹ごし豆腐、ほうれん草/ささみ/煮干し	ハイハイ さつまいも	
11 火	おかゆ たまねぎ、キャベツ、小松菜 ささみ かつおだし汁	ミルク バナナ ミルク パンがゆ	米/たまねぎ、キャベツ、小松菜/ささみ/かつお節	バナナ 食パン	
12 水	パンがゆ にんじん、じゃがいも、ブロッコリー ささみ	ミルク ハイハイ ミルク 青のりがゆ	食パン/にんじん、じゃがいも、ブロッコリー/ささみ	ハイハイ 米、青のり	
13 木	ゆでうどん(かつおだし) たまねぎ、じゃがいも、チンゲン菜 ささみ	ミルク バナナ ミルク パンがゆ	ゆでうどん、かつお節/たまねぎ、じゃがいも、チンゲン菜/ささみ	バナナ 食パン	
14 金	おかゆ にんじん、だいこん、焼ふ カレー かつおだし汁	ミルク ハイハイ ミルク パンがゆ	米/にんじん、だいこん、焼ふ/カレー/かつお節	ハイハイ 食パン	
15 土	おかゆ にんじんとキャベツのクタクタ煮 煮干しだし汁 バナナ	ミルク ハイハイ ミルク ハイハイ	米/にんじん、キャベツ/煮干し/バナナ	ハイハイ ハイハイ	
17 月	おかゆ きゅうり、たまねぎ、焼ふ ささみ 煮干しだし汁	ミルク ハイハイ ミルク パンがゆ	米/きゅうり、たまねぎ、焼ふ/ささみ/煮干し	ハイハイ 食パン	
18 火	おかゆ キャベツ、もやし、小松菜 ささみ 煮干しだし汁	ミルク バナナ ミルク ハイハイ、プレーンヨーグルト	米/キャベツ、もやし、小松菜/ささみ/煮干し	バナナ ハイハイ、プレーンヨーグルト	
19 水	パンがゆ にんじん、キャベツ、小松菜 ささみ	ミルク ハイハイ ミルク おかがゆ	食パン/にんじん、キャベツ、小松菜/ささみ	ハイハイ 米、かつお節	
21 金	おかゆ にんじん、たまねぎ、小松菜 ささみ かつおだし汁	ミルク ハイハイ ミルク さつまいものゆでつぶし	米/にんじん、たまねぎ、小松菜/ささみ/かつお節	ハイハイ さつまいも	
22 土	パンがゆ にんじんとたまねぎのクタクタ煮 バナナ	ミルク ハイハイ ミルク ハイハイ	食パン/にんじん、たまねぎ/バナナ	ハイハイ ハイハイ	
24 月	おかゆ にんじん、じゃがいも、絹ごし豆腐 ささみ 煮干しだし汁	ミルク ハイハイ ミルク ハイハイ、プレーンヨーグルト	米/にんじん、じゃがいも、絹ごし豆腐/ささみ/煮干し	ハイハイ ハイハイ、プレーンヨーグルト	
25 火	おかゆ きゅうり、たまねぎ、キャベツ ささみ かつおだし汁	ミルク バナナ ミルク じゃがいものゆでつぶし	米/きゅうり、たまねぎ、キャベツ/ささみ/かつお節	バナナ じゃがいも	
26 水	パンがゆ にんじん、キャベツ、じゃがいも ささみ	ミルク ハイハイ ミルク 青のりがゆ	食パン/にんじん、キャベツ、じゃがいも/ささみ	ハイハイ 米、青のり	
27 木	ゆでうどん(かつおだし) だいこん、かぼちゃ、はくさい ささみ	ミルク バナナ ミルク おかがゆ	ゆでうどん、かつお節/だいこん、かぼちゃ、はくさい/ささみ	バナナ 米、かつお節	
28 金	おかゆ にんじん、たまねぎ、キャベツ カレー 煮干しだし汁	ミルク ハイハイ ミルク パンがゆ	米/にんじん、たまねぎ、キャベツ/カレー/煮干し	ハイハイ 食パン	
29 土	パンがゆ にんじんとたまねぎのクタクタ煮 バナナ	ミルク ハイハイ ミルク ハイハイ	食パン/にんじん、たまねぎ/バナナ	ハイハイ ハイハイ	
31 月	おかゆ にんじん、たまねぎ、絹ごし豆腐 ささみ かつおだし汁	ミルク ハイハイ ミルク パンがゆ	米/にんじん、たまねぎ、絹ごし豆腐/ささみ/かつお節	ハイハイ 食パン	

◎ 食材は すべてみじんぎりで 提供します。