

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			
01月	ご飯 じゃがいものそぼろ煮 キャベツと胡瓜の昆布和え 卵とじみそ汁	492.8(459.4) 20.4(20.2) 9.2(11.0) 1.8(1.6)	米、じゃがいも、○砂糖、砂糖、片栗粉、油	○牛乳、○ヨーグルト(加糖)、卵、豚ひき肉、○スキムミルク、白みそ、いわし(煮干し)	キャベツ、たまねぎ、にんじん、きゅうり、塩こんぶ	しょうゆ、みりん	牛乳	スキムミルク ココア 菓子、カップ ヨーグルト	
02火	ご飯 まぐろのかんろ煮 切干大根のサラダ なめことわかめのみそ汁	481.0(442.8) 20.8(17.5) 13.3(13.0) 1.6(1.5)	米、○スパゲティ、片栗粉、砂糖、大豆マヨネーズ、油、○油	かじき、白みそ、ベーコン、○ウインナー(スライス)、いわし(煮干し)	キャベツ、なめこ、たまねぎ、ねぎ、○トマトピューレ、○ピーマン、○にんじん、にんじん、切り干しいんげん、しょうが、カットわかめ	しょうゆ、○ケチャップ、酢	麦茶 菓子	麦茶 ナポリタン	
03水	ウインナーサンド カレースープ コーンサラダ	384.8(425.1) 13.3(16.0) 13.8(16.4) 2.0(2.3)	○米、じゃがいも、マーガリンロール 55g、油、砂糖、マーガリンロール 45g	ウインナー(スライス)、豚肩小間切れ、○かつお節、○白ごま、◎チーズ	キャベツ、たまねぎ、コーン缶、ブロッコリー、にんじん、きゅうり	カレールウ、ケチャップ、酢、しょうゆ、○しょうゆ、○みりん、○酒、コンソメ、食塩	麦茶 ベビーチーズ	麦茶 おかかおにぎり	
04木	冷やしきつねうどん 鶏つくね ジャックのおまめぼたけ	437.6(383.8) 21.9(17.9) 17.2(13.9) 1.7(1.4)	○米、干しうどん(ゆで)、砂糖、片栗粉、ごま油	○牛乳、鶏ももひき肉、押し豆腐、油揚げ、ツナ油漬缶、だいたい水煮缶詰、すりごま	ごまつな、きゅうり、たまねぎ、にんじん、◎バナナ	めんつゆ・ストレート、しょうゆ、みりん、酒、酢、○炊き込みわかめ	麦茶 バナナ	牛乳 わかめおにぎり	
05金	ご飯 春巻き たたき胡瓜 わかめのみそ汁	408.8(385.3) 11.5(10.1) 8.3(9.0) 1.6(1.5)	米、春巻きの皮、○砂糖、はるさめ、油、ごま油	豚ひき肉、白みそ、いわし(煮干し)	きゅうり、たまねぎ、○オレング天然果汁、たけのこ(ゆで)、○にんじん、にんじん、○かんでん(粉)、カットわかめ	しょうゆ、酢、食塩	麦茶 菓子	麦茶 手作りにんじんゼリー	
06土	ハヤシライス わかめスープ バナナ	470.3(415.0) 12.7(12.9) 11.5(12.3) 2.1(2.0)	米、○ゼリー(オレンジ、りんご、ぶどう)、油	豚肩小間切れ、◎チーズ	バナナ、たまねぎ、にんじん、カットわかめ	ハヤシルウ、しょうゆ、コンソメ、食塩	麦茶 ベビーチーズ	麦茶 菓子、ゼリー	
08月	ご飯 タンダーチキン コールスローサラダ 飛鳥汁	524.5(473.7) 23.7(21.9) 21.8(21.0) 1.3(1.2)	米、大豆マヨネーズ、砂糖	○牛乳、◎牛乳、鶏もも肉 30g、牛乳、鶏もも小間切れ、白みそ、ヨーグルト(無糖)	○とうもろこし、キャベツ、はくさい、だいこん、にんじん、コーン缶、にんにく	カレールウ、鶏ガラ、酢、しょうゆ、食塩	牛乳	牛乳 ゆでとうもろこし	
09火	ご飯 さばのみそ煮 キャベツとひじき炒め けんちん汁	519.4(473.8) 25.3(21.1) 19.8(18.2) 1.9(1.8)	米、○小麦粉、○砂糖、砂糖、ごま油	○牛乳、さば、○卵、鶏もも小間切れ、木綿豆腐、赤みそ、なると、○バター、かつお節	キャベツ、だいこん、ごぼう、にんじん、ねぎ、しょうが、ひじき	しょうゆ、酒、○ベーキングパウダー、食塩	麦茶 菓子	牛乳 カステラ	
10水	ベーコントマトサンド 麻婆豆腐スープ さつま芋のごま和え	557.6(444.2) 23.1(19.8) 21.0(19.2) 2.2(2.0)	食パン 8枚切り、さつまいも、○米、砂糖、ごま油	○牛乳、絹ごし豆腐、豚ひき肉、ベーコン、○さけ(塩)、白みそ、○白ごま、白ごま、◎チーズ	たまねぎ、にんじん、にら、ピーマン	ケチャップ、しょうゆ、○酒、コンソメ、食塩	麦茶 ベビーチーズ	牛乳 鮭おにぎり	
11木	焼きそば かぼちゃのサラダ 酸味スープ	426.7(375.1) 17.6(14.4) 9.9(8.0) 1.7(1.3)	焼きそばめん、○米、大豆マヨネーズ、油、ごま油	木綿豆腐、豚肩小間切れ、卵、○スキムミルク、干しえび	かぼちゃ、キャベツ、もやし、きゅうり、にんじん、ねぎ、○こんぶ佃煮、干しいたけ、あおのり、◎バナナ	焼きそばソース、しょうゆ、酢、食塩、コンソメ	麦茶 バナナ	スキムミルク ごま昆布おにぎり	
12金	ご飯(麦入り) ミートボール 和風マカロニサラダ キャベツのみそ汁	565.3(508.5) 22.6(18.9) 19.1(17.6) 1.5(1.4)	米、押麦、マカロニ、パン粉、大豆マヨネーズ、砂糖、片栗粉、あんぱん	○牛乳、豚ひき肉、押し豆腐、白みそ、ベーコン、いわし(煮干し)、かつお節	キャベツ、たまねぎ、きゅうり、えのきたけ、にんじん	ケチャップ、中濃ソース、しょうゆ、酒、食塩	麦茶 菓子	牛乳 あんパン	
13土	ツナサンド ミネストローネ バナナ	474.2(421.2) 13.6(13.7) 18.0(17.6) 1.6(1.6)	マーガリンロール 55g、○ゼリー(オレンジ、りんご、ぶどう)、マカロニ、大豆マヨネーズ、油、マーガリンロール 45g	ツナ油漬缶、ウインナー(スライス)、◎チーズ	バナナ、たまねぎ、にんじん、しめじ、コーン缶	ケチャップ、コンソメ、食塩	麦茶 ベビーチーズ	麦茶 菓子、ゼリー	
16火	ご飯(麦入り) マーボー豆腐 ピーマンの塩昆布あえ 南瓜のみそ汁	520.9(475.1) 22.2(18.7) 15.1(14.4) 1.7(1.6)	米、○小麦粉、○砂糖、押麦、片栗粉、砂糖、油、ごま油	○牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、白みそ、◎チーズ、ツナ油漬缶、赤みそ、いわし(煮干し)	ピーマン、かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、ねぎ、にら、塩こんぶ、しょうが、にんにく	しょうゆ、○ベーキングパウダー	麦茶 菓子	牛乳 チーズ入り蒸しパン	
17水	サンドウィッチ 春雨と肉団子のスープ 胡瓜とごぼうのサラダ	467.5(395.4) 18.0(16.5) 17.0(16.4) 1.9(1.8)	食パン 8枚切り、○米、大豆マヨネーズ、はるさめ、砂糖、○砂糖、ごま油	鶏むねひき肉、木綿豆腐、ハム、○白みそ、すりごま、◎チーズ	きゅうり、ごぼう、ごまつな、たまねぎ、しめじ、にんじん、しょうが	しょうゆ、○みりん、食塩、コンソメ	麦茶 ベビーチーズ	麦茶 みそ焼きおにぎり	
18木	五目みそうどん ちくわ磯辺揚げ パイン入り甘酢	439.1(382.3) 21.3(17.5) 8.2(6.3) 2.8(2.2)	ゆでうどん、○米、小麦粉、油、砂糖、○砂糖、○ごま油	ちくわ、鶏むねひき肉、○スキムミルク、白みそ、なると、○ツナ油漬缶、かつお節	キャベツ、ごぼう、パイン缶、きゅうり、にんじん、ねぎ、○塩こんぶ、あおのり、◎バナナ	酢、○しょうゆ、食塩、○酒	麦茶 バナナ	スキムミルク ツナ昆布おにぎり	
19金	ご飯 鮭の柚庵焼き れんごんのサラダ なるとのみそ汁	438.3(408.9) 22.0(18.5) 10.8(11.0) 1.6(1.5)	米、○ホットケーキ粉、大豆マヨネーズ、○砂糖、砂糖	さけ、○卵、白みそ、なると、○バター、いわし(煮干し)	チンゲンサイ、れんごん、○バナナ、にんじん、きゅうり、レモン果汁	しょうゆ、酒、みりん	麦茶 菓子	麦茶 バナナケーキ	
20土	ツナスパゲティ キャベツのスープ バナナ	386.5(347.9) 12.8(12.9) 9.9(11.1) 1.2(1.3)	○ゼリー(オレンジ、りんご、ぶどう)、スパゲティ、油、砂糖	ツナ油漬缶、◎チーズ	バナナ、トマトピューレ、たまねぎ、キャベツ、にんじん、コーン缶、ピーマン	ケチャップ、しょうゆ、コンソメ、食塩	麦茶 ベビーチーズ	麦茶 菓子、ゼリー	
22月	ご飯 鶏肉と野菜の旨煮 ワンタンサラダ なすのみそ汁	540.0(479.6) 20.2(19.0) 18.1(17.9) 1.7(1.4)	米、じゃがいも、○食パン6枚切り、○大豆マヨネーズ、砂糖、ワンタンの皮、大豆マヨネーズ、油	○牛乳、◎牛乳、鶏もも小間切れ、白みそ、いわし(煮干し)、すりごま、○粉チーズ	たまねぎ、キャベツ、にんじん、なす、トマト、たけのこ、きゅうり、いんげん、あおのり	しょうゆ、みりん、酢	牛乳	牛乳 青のりチーズトースト	
24水	ポテサラサンド 野菜と鶏肉のポトフ バナナ	537.7(472.0) 18.4(17.6) 16.6(16.5) 1.6(1.6)	マーガリンロール 55g、じゃがいも、○米、○もち米、大豆マヨネーズ、○砂糖、砂糖、油、マーガリンロール 45g	○牛乳、鶏もも小間切れ、○こしあん(生)、○きな粉、◎チーズ	バナナ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、しめじ、きゅうり、コーン缶	しょうゆ、食塩、コンソメ、○食塩	麦茶 ベビーチーズ	牛乳 おはぎ	
25木	ポークカレー フレンチサラダ わかめスープ りんごジュース	527.1(465.8) 17.1(14.7) 13.5(10.9) 2.4(1.9)	米、じゃがいも、油、砂糖	○ヨーグルト(加糖)、豚肩小間切れ、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、みかん缶、きゅうり、カットわかめ、にんにく、◎バナナ	カレールウ、酢、しょうゆ、食塩、コンソメ	麦茶 バナナ	麦茶 菓子、カップ ヨーグルト	
26金	トマトときのこのクリームペンネ ささ身のさっぱり梅サラダ はんぺんと長ねぎのスープ	446.2(415.3) 18.7(15.9) 14.8(14.2) 2.0(1.8)	○米、ペンネ、○砂糖、油、ごま油	○牛乳、鶏ささ身、ベーコン、生クリーム、はんぺん、○油揚げ、○白ごま	キャベツ、たまねぎ、もやし、にんじん、しめじ、トマトピューレ、ねぎ、きゅうり、うめびしお	ケチャップ、しょうゆ、○みりん、○酒、○しょうゆ、コンソメ、食塩	麦茶 菓子	牛乳 おむすびいな	
27土	高菜チャーハン 鶏の照り焼き 野菜みそ汁 バナナ	525.3(459.0) 18.9(17.9) 15.3(15.3) 2.0(2.0)	米、○ゼリー(オレンジ、りんご、ぶどう)、砂糖、ごま油、油	鶏もも肉 25g、ベーコン、白みそ、いわし(煮干し)、◎チーズ	バナナ、キャベツ、にんじん、えのきたけ、コーン缶、たかな(たかな漬)	しょうゆ、みりん、コンソメ	麦茶 ベビーチーズ	麦茶 菓子、ゼリー	
29月	ご飯 鶏の唐揚げ パブリカのマリネ チンゲン菜のみそ汁	572.5(505.6) 26.3(23.8) 20.5(19.9) 1.8(1.4)	米、○食パン 6枚切り、○砂糖、片栗粉、油、砂糖	○牛乳、◎牛乳、鶏もも肉 30g、○卵、ツナ油漬缶、白みそ、いわし(煮干し)、○スキムミルク	チンゲンサイ、トマト、たまねぎ、きゅうり、赤ピーマン、黄ピーマン、しょうが	しょうゆ、酢、食塩	牛乳	牛乳 フレンチトースト	
30火	中華丼 切干大根の甘酢和え ほうれん草と卵のスープ	461.1(427.2) 20.2(17.1) 12.1(12.0) 1.4(1.3)	米、○マカロニ、押麦、○砂糖、砂糖、片栗粉、油、ごま油	○牛乳、豚肩小間切れ、卵、○きな粉、かつお節、すりごま	キャベツ、たまねぎ、にんじん、ほうれん草、たけのこ(ゆで)、切り干しいんげん、しょうが	しょうゆ、酢、食塩、○食塩	麦茶 菓子	牛乳 マカロニあべかわ	

	献立		食材		備考
	11:00	9:00/15:00	11:00の食材	9:00/15:00	
01月	固がゆ じゃがいものそぼろ煮 キャベツと胡瓜の昆布和え 卵とじみそ汁	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/じゃがいも、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、砂糖、みりん、片栗粉、油/キャベツ、きゅうり、にんじん、塩昆布/卵、たまねぎ、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	
02火	固がゆ まくろのかんろ煮 切干大根のサラダ なめことわかめのみそ汁	ミルク 乳児用菓子 ミルク ナポリタン	米/かじき、しょうが、しょうゆ、片栗粉、油、砂糖/切り干し大根/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/カットわかめ、なめこ、ねぎ、煮干し、白みそ	乳児用菓子 スバゲティ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、ケチャップ、トマトピューレ、油	
03水	マーガリンロール 野菜スープ コーンサラダ	ミルク ベビーチーズ ミルク おかがおじや	マーガリンロール/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、かつお節、しょうゆ、みりん/キャベツ、コーン、きゅうり、酢、油、しょうゆ、砂糖	ベビーチーズ 米、かつお節、白ごま、しょうゆ、みりん、酒	
04木	煮込みうどん 鶏つくね ジャックのおまめばたけ	ミルク バナナ ミルク わかめおにぎり	ゆでうどん、かつお節/鶏ももひき肉、押し豆腐、たまねぎ、片栗粉、しょうゆ、みりん、砂糖、酒/大豆水煮、こまつな、にんじん、ツナ油漬、すりごま、しょうゆ、酢、砂糖、ごま油	バナナ 米、炊き込みわかめ	
05金	固がゆ 春巻きの具 たたき胡瓜 わかめのみそ汁	ミルク 乳児用菓子 ミルク にんじんおじや	米/豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、はるさめ、しょうゆ、食塩、油/きゅうり、ごま油、しょうゆ、酢/カットわかめ、たまねぎ、煮干し、白みそ	乳児用菓子 米、にんじん	
06土	固がゆ 野菜あんかけ わかめスープ バナナ	ミルク ベビーチーズ ミルク 乳児用菓子	米/豚肩小間切れ、たまねぎ、にんじん、かつお節、しょうゆ、みりん、片栗粉、油/カットわかめ、たまねぎ、しょうゆ、食塩、かつお節/バナナ	ベビーチーズ 乳児用菓子	
08月	固がゆ 鶏の照り焼き コールスローサラダ 飛鳥汁	ミルク 乳児用菓子 ミルク ゆでとうもろこし	米/鶏もも肉、砂糖、みりん、しょうゆ/キャベツ、にんじん、コーン、食塩、砂糖、大豆マヨネーズ、酢/鶏もも小間切れ、だいこん、にんじん、はくさい、牛乳、白みそ、かつお節	乳児用菓子 とうもろこし	
09火	固がゆ カレイのみそ煮 キャベツとひじき炒め けんちん汁	ミルク 乳児用菓子 ミルク カステラ	米/カレイ、赤みそ、しょうが、酒、砂糖/キャベツ、ひじき、しょうゆ、食塩、ごま油/鶏もも小間切れ、だいこん、にんじん、ごぼう、ねぎ、木綿豆腐、ごま油、かつお節、しょうゆ、食塩	乳児用菓子 バター、砂糖、卵、牛乳、小麦粉、ベーキングパウダー	
10水	食パン ベーコントマトサンドの具 麻婆豆腐スープ さつまいものごま和え	ミルク ベビーチーズ ミルク 鮭おじや	食パン/ベーコン、たまねぎ、ピーマン、食塩、砂糖、ケチャップ/豚ひき肉、絹ごし豆腐、にんじん、にら、ごま油、白みそ、食塩、かつお節/さつまいも、白ごま、しょうゆ、砂糖	ベビーチーズ 米、酒、鮭、白ごま	
11木	焼きうどん かぼちゃのサラダ 酸味スープ	ミルク バナナ ミルク 青のりおじや	ゆでうどん、豚肩小間切れ、キャベツ、にんじん、もやし、油、しょうゆ、みりん/かぼちゃ、きゅうり、大豆マヨネーズ/木綿豆腐、卵、干しいたけ、にんじん、ねぎ、しょうゆ、ごま油、酢、食塩、かつお節	バナナ 米、青のり	
12金	固がゆ ミートボール 和風マカロニサラダ キャベツのみそ汁	ミルク 乳児用菓子 ミルク あんぱん	米/豚ひき肉、押し豆腐、たまねぎ、砂糖、パン粉、酒、食塩、ケチャップ/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/キャベツ、えのきたけ、白みそ、煮干し	乳児用菓子 あんぱん	
13土	マーガリンロール ツナサンドの具 ミネストローネ 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、コーン、大豆マヨネーズ、食塩/たまねぎ、にんじん、しめじ、マカロニ、ケチャップ、油、かつお節/バナナ	ベビーチーズ 乳児用菓子	
16火	固がゆ マーボー豆腐 ピーマンの塩昆布和え 南瓜のみそ汁	ミルク 乳児用菓子 ミルク チーズ入り蒸しパン	米/木綿豆腐、豚ひき肉、ねぎ、にら、しょうが、にんにく、赤みそ、しょうゆ、砂糖、片栗粉、油、ごま油/ピーマン、ツナ油漬、にんじん、塩昆布/かぼちゃ、たまねぎ、白みそ、煮干し	乳児用菓子 小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、牛乳、チーズ	
17水	食パン サンドウィッチの具 春雨と肉団子のスープ 胡瓜とごぼうのサラダ	ミルク ベビーチーズ ミルク おかがおじや	食パン/ハム、きゅうり/鶏むねひき肉、たまねぎ、しょうが、しょうゆ、食塩、ごま油、にんじん、木綿豆腐、しめじ、はるさめ、しょうゆ、食塩、ごま油、かつお節/きゅうり、ごぼう、すりごま、しょうゆ、砂糖、大豆マヨネーズ	ベビーチーズ 米、かつお節	
18木	五目みそうどん カレイ磯辺揚げ 野菜の甘酢	ミルク バナナ ミルク ツナ昆布おじや	ゆでうどん、鶏むねひき肉、ごぼう、にんじん、ねぎ、かつお節、白みそ、食塩/カレイ、青のり、小麦粉、油/キャベツ、きゅうり、酢、砂糖、食塩	バナナ 米、ツナ油漬、ごま油、しょうゆ、砂糖、酒、塩こんぶ	
19金	固がゆ 焼き鮭 きゅうりとにんじんのサラダ チンゲン菜のみそ汁	ミルク 乳児用菓子 ミルク バナナケーキ	米/鮭、しょうゆ、みりん、酒/きゅうり、にんじん、大豆マヨネーズ、しょうゆ、砂糖/チンゲン菜、白みそ、煮干し	乳児用菓子 小麦粉、ベーキングパウダー、バター、砂糖、卵、バナナ	
20土	ツナスバゲティ 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	スバゲティ、ツナ油漬、たまねぎ、にんじん、ピーマン、ケチャップ、トマトピューレ、砂糖、食塩、油/キャベツ、コーン、しょうゆ、かつお節/バナナ	ベビーチーズ 乳児用菓子	
22月	固がゆ 鶏肉と野菜の旨煮 ワントンサラダ なすのみそ汁	ミルク 乳児用菓子 ミルク 青のりチーストースト	米/鶏もも小間切れ、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、いんげん、しょうゆ、砂糖、みりん、油/ワントンの皮、キャベツ、きゅうり、トマト、大豆マヨネーズ、しょうゆ、酢、砂糖、すりごま/なす、たまねぎ、白みそ、煮干し	乳児用菓子 食パン、大豆マヨネーズ、粉チーズ、青のり	
24水	マーガリンロール ポテサラサンドの具 野菜と鶏肉のポトフ バナナ	ミルク ベビーチーズ ミルク おかがおじや	マーガリンロール/じゃがいも、きゅうり、にんじん、コーン、大豆マヨネーズ、砂糖、食塩/鶏もも小間切れ、たまねぎ、キャベツ、にんじん、しめじ、しょうゆ、食塩、油、かつお節/バナナ	ベビーチーズ 米、かつお節	
25木	固がゆ 野菜あんかけ フレンチサラダ わかめスープ	ミルク バナナ ミルク 乳児用菓子、プレーンヨーグルト	米/豚肩小間切れ、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、にんにく、しょうゆ、みりん、かつお節、片栗粉、油/キャベツ、きゅうり、みかん缶、油、酢、砂糖、食塩/カットわかめ、たまねぎ、しょうゆ、食塩、かつお節	バナナ 乳児用菓子、プレーンヨーグルト	
26金	トマトときのこのペンネ ささみのサラダ 長ねぎのスープ	ミルク 乳児用菓子 ミルク 青のりおじや	ペンネ、ベーコン、たまねぎ、にんじん、しめじ、ケチャップ、トマトピューレ、食塩、油/鶏ささみ、キャベツ、もやし、きゅうり、しょうゆ、ごま油/ねぎ、しょうゆ、食塩、かつお節	乳児用菓子 米、青のり	
27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、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	
29月	固がゆ 鶏の唐揚げ パブリカのマリネ チンゲン菜のみそ汁	ミルク 乳児用菓子 ミルク フレンチトースト	米/鶏もも肉、しょうが、しょうゆ、片栗粉、油/黄ピーマン、赤ピーマン、きゅうり、ツナ油漬、トマト、酢、しょうゆ、砂糖、食塩/チンゲン菜、たまねぎ、白みそ、煮干し	乳児用菓子 食パン、卵、砂糖、スキムミルク	
30火	固がゆ 野菜あんかけ 切干大根の甘酢和え ほうれん草と卵のスープ	ミルク 乳児用菓子 ミルク マカロニあべかわ	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、ごま油、食塩、しょうゆ/切干大根、にんじん、酢、砂糖、しょうゆ、すりごま/卵、たまねぎ、ほうれん草、片栗粉、しょうゆ、かつお節	乳児用菓子 マカロニ、きな粉、砂糖、食塩	

※ 乳児用菓子・・・ハイハイ / マンナウエファー 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	
01月	おかゆ ささみ にんじん、たまねぎ、じゃがいも 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/ささみ/にんじん、たまねぎ、じゃがいも/煮干し	ハイハイ ハイハイ、プレーンヨーグルト	
02火	おかゆ カレイ にんじん、たまねぎ、キャベツ 煮干しだし汁	ミルク ハイハイ ミルク ゆでうどん(かつおだし)	米/カレイ/にんじん、たまねぎ、キャベツ/煮干し	ハイハイ ゆでうどん、かつお節	
03水	パンがゆ ささみ きゅうり、ブロッコリー、じゃがいも	ミルク ハイハイ ミルク おかがゆ	食パン/ささみ/きゅうり、ブロッコリー、じゃがいも	ハイハイ 米、かつお節	
04木	ゆでうどん(かつおだし) ささみ にんじん、押し豆腐、こまつな	ミルク バナナ ミルク 青のりがゆ	ゆでうどん、かつお節/ささみ/にんじん、押し豆腐、小松菜	バナナ 米、青のり	
05金	おかゆ ささみ きゅうり、にんじん、たまねぎ 煮干しだし汁	ミルク ハイハイ ミルク にんじんがゆ	米/ささみ/きゅうり、にんじん、たまねぎ/煮干し	ハイハイ 米、にんじん	
06土	おかゆ 玉ねぎと人参のクタクタ煮 かつおだし汁 バナナ	ミルク ハイハイ ミルク ハイハイ	米/たまねぎ、にんじん/かつお節/バナナ	ハイハイ ハイハイ	
08月	おかゆ ささみ にんじん、だいこん、はくさい かつおだし汁	ミルク ハイハイ ミルク パンがゆ	米/ささみ/にんじん、だいこん、はくさい/かつお節	ハイハイ 食パン	
09火	おかゆ カレイ にんじん、キャベツ、木綿豆腐 かつおだし汁	ミルク ハイハイ ミルク パンがゆ	米/カレイ/にんじん、キャベツ、木綿豆腐/かつお節	ハイハイ 食パン	
10水	パンがゆ ささみ たまねぎ、さつまいも、絹ごし豆腐	ミルク ハイハイ ミルク おかがゆ	食パン/ささみ/たまねぎ、さつまいも、絹ごし豆腐	ハイハイ 米、かつお節	
11木	ゆでうどん(かつおだし) ささみ きゅうり、かぼちゃ、キャベツ	ミルク バナナ ミルク 青のりがゆ	ゆでうどん、かつお節/ささみ/きゅうり、かぼちゃ、キャベツ	バナナ 米、青のり	
12金	おかゆ ささみ にんじん、キャベツ、押し豆腐 煮干しだし汁	ミルク ハイハイ ミルク パンがゆ	米/ささみ/にんじん、キャベツ、押し豆腐/煮干し	ハイハイ 食パン	
13土	パンがゆ 人参と玉ねぎのクタクタ煮 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	
16火	おかゆ ささみ たまねぎ、かぼちゃ、木綿豆腐 煮干しだし汁	ミルク ハイハイ ミルク パンがゆ	米/ささみ/たまねぎ、かぼちゃ、木綿豆腐/煮干し	ハイハイ 食パン	
17水	パンがゆ ささみ にんじん、たまねぎ、こまつな	ミルク ハイハイ ミルク おかがゆ	食パン/ささみ/にんじん、たまねぎ、小松菜	ハイハイ 米、かつお節	
18木	ゆでうどん(かつおだし) カレイ きゅうり、にんじん、キャベツ	ミルク バナナ ミルク 青のりがゆ	ゆでうどん、かつお節/カレイ/きゅうり、にんじん、キャベツ	バナナ 米、青のり	
19金	おかゆ カレイ きゅうり、にんじん、チンゲン菜 煮干しだし汁	ミルク ハイハイ ミルク パンがゆ	米/カレイ/きゅうり、にんじん、チンゲン菜/煮干し	ハイハイ 食パン	
20土	ゆでうどん(かつおだし) 人参とキャベツのクタクタ煮 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、キャベツ/バナナ	ハイハイ ハイハイ	
22月	おかゆ ささみ きゅうり、にんじん、なす 煮干しだし汁	ミルク ハイハイ ミルク パンがゆ	米/ささみ/きゅうり、にんじん、なす/煮干し	ハイハイ 食パン	
24水	パンがゆ ささみ にんじん、たまねぎ、キャベツ	ミルク ハイハイ ミルク おかがゆ	食パン/ささみ/にんじん、たまねぎ、キャベツ	ハイハイ 米、かつお節	
25木	おかゆ ささみ きゅうり、にんじん、じゃがいも かつおだし汁	ミルク バナナ ミルク ハイハイ、プレーンヨーグルト	米/ささみ/きゅうり、にんじん、じゃがいも/かつお節	バナナ ハイハイ、プレーンヨーグルト	
26金	ゆでうどん(かつおだし) ささみ にんじん、たまねぎ、キャベツ	ミルク ハイハイ ミルク 青のりがゆ	ゆでうどん、かつお節/ささみ/にんじん、たまねぎ、キャベツ	ハイハイ 米、青のり	
27土	おかゆ 人参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	
29月	おかゆ ささみ きゅうり、トマト、チンゲン菜 煮干しだし汁	ミルク ハイハイ ミルク パンがゆ	米/ささみ/きゅうり、トマト、チンゲン菜/煮干し	ハイハイ 食パン	
30火	おかゆ ささみ にんじん、たまねぎ、キャベツ かつおだし汁	ミルク ハイハイ ミルク パンがゆ	米/ささみ/にんじん、たまねぎ、キャベツ/かつお節	ハイハイ 食パン	

	献立		食材		備考
	11:00	9:00/15:00	11:00の食材	9:00/15:00	
01月	おかゆ にんじん、たまねぎ、じゃがいも 煮干しだし汁		米/にんじん、たまねぎ、じゃがいも/煮干し		
02火	おかゆ カレー にんじん、たまねぎ、キャベツ 煮干しだし汁		米/カレー/にんじん、たまねぎ、キャベツ/煮干し		
03水	パンがゆ きゅうり、ブロッコリー、じゃがいも		食パン/きゅうり、ブロッコリー、じゃがいも		
04木	ゆでうどん(かつおだし) にんじん、押し豆腐、こまつな		ゆでうどん、かつお節/にんじん、押し豆腐、小松菜		
05金	おかゆ きゅうり、にんじん、たまねぎ 煮干しだし汁		米/きゅうり、にんじん、たまねぎ/煮干し		
06土	おかゆ かつおだし汁		米/かつお節		
08月	おかゆ にんじん、だいこん、はくさい かつおだし汁		米/にんじん、だいこん、はくさい/かつお節		
09火	おかゆ カレー にんじん、キャベツ、木綿豆腐 かつおだし汁		米/カレー/にんじん、キャベツ、木綿豆腐/かつお節		
10水	パンがゆ たまねぎ、さつまいも、絹ごし豆腐		食パン/たまねぎ、さつまいも、絹ごし豆腐		
11木	ゆでうどん(かつおだし) きゅうり、かぼちゃ、キャベツ		ゆでうどん、かつお節/きゅうり、かぼちゃ、キャベツ		
12金	おかゆ にんじん、キャベツ、押し豆腐 煮干しだし汁		米/にんじん、キャベツ、押し豆腐/煮干し		
13土	パンがゆ		食パン		
16火	おかゆ たまねぎ、かぼちゃ、木綿豆腐 煮干しだし汁		米/たまねぎ、かぼちゃ、木綿豆腐/煮干し		
17水	パンがゆ にんじん、たまねぎ、こまつな		食パン/にんじん、たまねぎ、小松菜		
18木	ゆでうどん(かつおだし) カレー きゅうり、にんじん、キャベツ		ゆでうどん、かつお節/カレー/きゅうり、にんじん、キャベツ		
19金	おかゆ カレー きゅうり、にんじん 煮干しだし汁		米/カレー/きゅうり、にんじん/煮干し		
20土	ゆでうどん(かつおだし)		ゆでうどん、かつお節		
22月	おかゆ きゅうり、にんじん、なす 煮干しだし汁		米/きゅうり、にんじん、なす/煮干し		
24水	パンがゆ にんじん、たまねぎ、キャベツ		食パン/にんじん、たまねぎ、キャベツ		
25木	おかゆ きゅうり、にんじん、じゃがいも かつおだし汁		米/きゅうり、にんじん、じゃがいも/かつお節		
26金	ゆでうどん(かつおだし) にんじん、たまねぎ、キャベツ		ゆでうどん、かつお節/にんじん、たまねぎ、キャベツ		
27土	おかゆ 煮干しだし汁		米/煮干し		
29月	おかゆ きゅうり、トマト 煮干しだし汁		米/きゅうり、トマト/煮干し		
30火	おかゆ にんじん、たまねぎ、キャベツ かつおだし汁		米/にんじん、たまねぎ、キャベツ/かつお節		