

# 献立表

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 土	焼きそば、わかめスープ、バナナ	420.7(390.3) 14.7(12.4) 13.1(10.7) 1.5(1.2)	○ゼリー(オレンジ、りんご、ぶどう)、焼きそばめん、油、○菓子	○牛乳、豚肩小間切れ、○ちくわ	バナナ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、カットわかめ、あおのり、◎りんご天然果汁	焼きそばソース、しょうゆ、コンソメ、食塩	リンゴジュース	牛乳、ぶどうゼリー、菓子	
03 月	洋風ちらし寿司、鶏の照り焼き、青菜のお浸し、なるとと若布のすまし汁	465.2(398.2) 24.1(19.3) 13.0(10.0) 2.5(2.0)	米、砂糖、油、○ひなあられ	○ヨーグルト(加糖)、鶏もも肉 30g、鶏ひき肉、卵、なると、かつお節	ほうさい、にんじん、もやし、ほうれんそう、ねぎ、さやえんどう、カットわかめ、◎バナナ	かつおだし汁、しょうゆ、酢、みりん、酒、食塩	麦茶、バナナ	麦茶、ひなあられ、カップヨーグルト	
04 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	586.1(529.6) 20.3(19.2) 19.8(16.3) 2.5(2.1)	米、○コッペパン、マカロニ、大豆マヨネーズ、押麦、○砂糖、○油、油	豚肩小間切れ、○スキムミルク、ペーコン、スキムミルク、かつお節、◎ヨーグルト(ドリンク)	たまねぎ、にんじん、しめじ、きゅうり、カットわかめ、にんにく	ハヤシルウ、しょうゆ、食塩、コンソメ	飲むヨーグルト	スキムミルク、揚げパン	
05 水	ハンバーガー、きのこキャベツのサラダ、ワンタンスープ	580.9(491.9) 27.3(23.7) 21.4(18.8) 2.4(2.1)	マーガリンロール 55g、○米、ワンタンの皮、パン粉、大豆マヨネーズ、砂糖、○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、たまねぎ、きゅうり、にんじん、トマト、えのきたけ、ねぎ、こまつな、◎こんぶ佃煮、◎梅ごのみ	しょうゆ、ケチャップ、中濃ソース、酢、食塩、コンソメ	麦茶、チーズ	スキムミルク、梅昆布おにぎり	
06 木	ミートソースパゲティ、キッシュ、カラフルサラダ、チンゲン菜のスープ	475.7(409.7) 21.9(17.8) 19.5(15.7) 2.8(2.2)	○食パン、スパゲティ(ゆで)、じゃがいも、大豆マヨネーズ、○砂糖、油、砂糖	豚ひき肉、○豆乳クリーム、卵、○スキムミルク、ペーコン、ツナ油漬缶、とろけるチーズ、生クリーム、粉チーズ	たまねぎ、チンゲンサイ、にんじん、○バナナ、○パイン缶、ほうれんそう、きゅうり、ピーマン、○いちご、黄ピーマン、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	スキムミルクコア、フルーツサンド	
07 金	ご飯、カシキのおろし煮、キャベツのゆかり和え、ほうれん草のすまし汁	253.5(483.4) 2.4(22.9) 11.9(15.8) 0.4(1.9)	米、○食パン、片栗粉、○砂糖、油、砂糖、○菓子、◎菓子	○牛乳、かじき、絹ごし豆腐、なると、○きな粉、かつお節、○バター	だいこん、キャベツ、もやし、ほうれんそう、にんじん	◎りんご天然果汁、しょうゆ、みりん、ゆかり、食塩	麦茶、菓子	牛乳(乳)、きな粉トースト(乳)リンゴジュース(幼)、お菓子(幼)	おやつ バイキング (幼児) お弁当の日
08 土	高菜チャーハン、野菜みそ汁、バナナ	517.8(468.0) 14.1(11.9) 12.8(10.5) 1.5(1.2)	○ゼリー(オレンジ、りんご、ぶどう)、米、油、ごま油、○菓子	○牛乳、ウインナー、白みそ、いわし(煮干し)	バナナ、キャベツ、にんじん、えのきたけ、たかな(たかな漬)、コーン缶、◎りんご天然果汁	しょうゆ、コンソメ	リンゴジュース	牛乳、菓子、ぶどうゼリー	
10 月	ブルコギ丼、たたき胡瓜、卵とじみそ汁	595.4(537.1) 23.7(21.9) 21.0(17.2) 2.0(1.7)	米、○小麦粉、○グラニュー糖、砂糖、ごま油、○砂糖	豚肩小間切れ、卵、○スキムミルク、○バター、白みそ、赤みそ、いわし(煮干し)、◎ヨーグルト(ドリンク)	きゅうり、たまねぎ、りんご、ねぎ、切り干しだいこん、しょうが、にんにく	しょうゆ、酢、食塩	飲むヨーグルト	スキムミルク、ココアクッキー	
11 火	のり佃煮ご飯、鯖のごま味噌焼き、切干大根のサラダ、野菜汁	591.4(505.4) 25.1(20.7) 19.2(15.4) 1.7(1.4)	米、○さつまいも、○砂糖、大豆マヨネーズ、○油、砂糖	さわら、○スキムミルク、白みそ、○バター、ペーコン、いわし(煮干し)、すりごま	キャベツ、かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、ねぎ、のり佃煮、切り干しだいこん、◎バナナ	酒、しょうゆ、みりん、酢	麦茶、バナナ	スキムミルク、キャラメルポテト	
12 水	たまごサンド、カレースープ、みかん	538.9(452.9) 22.0(17.7) 14.3(13.0) 2.5(2.1)	食パン 8枚切り、じゃがいも、○もち米、○米、大豆マヨネーズ、○砂糖、◎菓子	卵、豚肩小間切れ、○スキムミルク、○鶏むね小間切れ、○かつお節	オレンジ、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、○干しいたけ	カレー粉、しょうゆ、○酒、食塩、○食塩、コンソメ	麦茶、菓子	スキムミルク、鶏ごぼうおこわ	
13 木	高菜チャーハン、ミートボール、マカロニサラダ、玉ねぎとわかめのみそ汁(乳)、焼きそば(幼)、春雨サラダ(幼)、チキンカツ(幼)、バナナ(幼)いちご	803.1(366.5) 34.7(12.7) 34.1(14.3) 2.2(1.1)	米、焼きそばめん、パン粉、油、マカロニ、大豆マヨネーズ、小麦粉、○砂糖、はるさめ、砂糖、ごま油、片栗粉	鶏むね肉 30g、豚ひき肉、豚肩小間切れ、ペーコン、ウインナー、白みそ、干しえび、◎チーズ	○オレンジ天然果汁、たまねぎ、きゅうり、バナナ、◎にんじん、にんじん、キャベツ、いちご、もやし、コーン缶、たかな(たかな漬)、◎かんでん(粉)、カットわかめ、あおのり	かつおだし汁、焼きそばソース、しょうゆ、ケチャップ、酢、中濃ソース、食塩、カレー粉、コンソメ	麦茶、チーズ	麦茶、人参ゼリー	食事バイキング (幼児)
14 金	ご飯(麦入り)、鶏の香り揚げ、青菜ともやしのしらす和え、大根のみそ汁	557.6(485.1) 21.0(17.2) 21.3(17.1) 1.6(1.3)	米、○小麦粉、片栗粉、○油、○砂糖、押麦、油、砂糖、ごま油、◎さつまいも	鶏もも肉 30g、○卵、油揚げ、しらす干し、白みそ、いわし(煮干し)、○豆乳	だいこん、◎にんじん、もやし、きゅうり、◎干しぶどう、にんにく、しょうが	しょうゆ、みりん、○ペーキングパウダー	麦茶、さつまいも	麦茶、キャロットケーキ	
15 土	ハヤシライス、キャベツのスープ、バナナ	470.1(428.6) 13.3(11.2) 10.8(8.7) 1.9(1.5)	○ゼリー(オレンジ、りんご、ぶどう)、米、油、○菓子	豚肩小間切れ	バナナ、たまねぎ、キャベツ、しめじ、にんじん、コーン缶、◎りんご天然果汁	ハヤシルウ、しょうゆ、ケチャップ、コンソメ、食塩	リンゴジュース	麦茶、菓子、りんごゼリー	
17 月	ご飯(麦入り)、豚肉とキャベツの味噌炒め、にんじんサラダ、ほうれん草のすまし汁	527.1(479.3) 22.6(20.7) 18.9(15.6) 1.5(1.3)	米、○さつまいも、押麦、○油、○米粉、砂糖、油、ごま油	○牛乳、豚肩小間切れ、木綿豆腐、白みそ、かつお節、白ごま、◎ヨーグルト(ドリンク)	にんじん、たまねぎ、もやし、キャベツ、ほうれんそう、ピーマン	しょうゆ、酢、酒、食塩、○食塩	飲むヨーグルト	牛乳、さつまいものさくさく揚げ	
18 火	中華丼、ゆで野菜の酢醤油、卵スープ	442.1(385.4) 17.1(14.2) 13.1(10.6) 1.9(1.5)	米、押麦、片栗粉、ごま油、油、砂糖、○菓子	○ヨーグルト(加糖)、豚肩小間切れ、卵、なると、すりごま	たまねぎ、キャベツ、ほうさい、にんじん、こまつな、たけのこ(ゆで)、しょうが、レモン果汁、◎バナナ	しょうゆ、酢、鶏ガラ、食塩	麦茶、バナナ	麦茶、菓子、カップヨーグルト	
19 水	大豆ミートパン、ビーフンスープ、かぼちゃのサラダ	489.3(414.7) 20.1(17.7) 12.7(11.7) 2.2(1.9)	マーガリンロール 55g、○米、ビーフン、大豆マヨネーズ、○砂糖、砂糖、マーガリンロール 45g	豚肩小間切れ、○鶏むねひき肉、○スキムミルク、だいたず水煮缶詰、◎チーズ	たまねぎ、かぼちゃ、にんじん、きゅうり、かぶ・葉、チンゲンサイ	ケチャップ、○しょうゆ、しょうゆ、○酒、中濃ソース、コンソメ、食塩	麦茶、チーズ	スキムミルク、そぼろおにぎり	
21 金	野菜あんかけうどん、松風焼き、ほうれん草のごま和え	471.8(424.8) 23.6(19.6) 15.3(14.2) 2.0(1.8)	ゆでうどん、○米、砂糖、片栗粉、○砂糖、◎菓子	○牛乳、鶏むねひき肉、豚ひき肉、豚肩小間切れ、○白みそ、なると、白みそ、白ごま、かつお節	もやし、たまねぎ、にんじん、ほうれんそう	かつおだし汁、しょうゆ、みりん、酒、○みりん、食塩	麦茶、菓子	牛乳、みそ焼きおにぎり	
22 土	焼きそば、わかめスープ、バナナ	420.7(390.3) 14.7(12.4) 13.1(10.7) 1.5(1.2)	○ゼリー(オレンジ、りんご、ぶどう)、焼きそばめん、油、○菓子	○牛乳、豚肩小間切れ、○ちくわ	バナナ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、カットわかめ、あおのり、◎りんご天然果汁	焼きそばソース、しょうゆ、コンソメ、食塩	リンゴジュース	牛乳、りんごゼリー、菓子	
24 月	ご飯(麦入り)、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	588.2(502.9) 25.5(21.0) 18.6(14.9) 2.1(1.7)	米、○小麦粉、○砂糖、押麦、砂糖、大豆マヨネーズ、○油、ごま油	鶏もも肉 30g、○調製豆乳、○スキムミルク、○ピザ用チーズ、ツナ油漬缶、だいたず水煮缶詰、すりごま	こまつな、えのきたけ、たまねぎ、にんじん、にんにく、◎バナナ	ケチャップ、しょうゆ、みりん、酢、鶏ガラ、○ペーキングパウダー、食塩	麦茶、バナナ	スキムミルク、チーズ入り蒸しパン	
25 火	ポークカレー、パインサラダ、わかめスープ、ヤクルト	543.4(503.8) 21.3(20.1) 15.7(13.0) 3.1(2.6)	米、○じゃがいも、大豆マヨネーズ、油、○砂糖	ヤクルト、豚肩小間切れ、○スキムミルク、○しらす干し、スキムミルク、◎ヨーグルト(ドリンク)	たまねぎ、キャベツ、にんじん、パイン缶、○ピーマン、コーン缶、きゅうり、グリーンピース(冷凍)、カットわかめ、にんにく、◎あおのり	カレー粉、しょうゆ、食塩、コンソメ	飲むヨーグルト	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、りんご	706.9(614.7) 25.0(20.9) 24.6(21.7) 2.8(2.4)	マーガリンロール 55g、○米、○もち米、じゃがいも、小麦粉、砂糖、○ごま油、油、大豆マヨネーズ、マーガリンロール 45g、◎菓子	○牛乳、鶏もも小間切れ、ペーコン、スキムミルク、バター	りんご、◎まいたけ、キャベツ、かぶ・葉、しめじ、にんじん、ほうれんそう、◎にんじん、○いんげん	○酒、○しょうゆ、みりん、しょうゆ、コンソメ、○食塩、食塩	麦茶、菓子	牛乳、まいたけおこわ	
27 木	味噌ラーメン、シュウマイ、ひじきのナムル	450.0(389.0) 22.3(18.2) 16.4(13.2) 1.7(1.3)	ゆで中華めん、○米、しょうまいの皮、砂糖、ごま油、油	○牛乳、豚ひき肉、豚肩小間切れ、白みそ、いわし(煮干し)、バター、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、しょうが、◎バナナ	しょうゆ、中華スープ、酢、○炊き込みわかめ、食塩	麦茶、バナナ	牛乳、わかめおにぎり	
28 金	ご飯、さば・かじきフライ、大根のみそ煮、まいたけのすまし汁	673.1(523.1) 31.8(24.4) 24.8(15.2) 2.4(1.7)	米、○食パン 8枚切り、小麦粉、パン粉、砂糖、油、焼ふ、◎さつまいも	○牛乳、さば、かじき、鶏もも小間切れ、赤みそ、かつお節、○バター、かじき	だいこん、まいたけ、にんじん、○いちごジャム、しょうが	中濃ソース、しょうゆ、みりん、カレー粉、食塩	麦茶、さつまいも	牛乳、ジャムサンド	
29 土	ハヤシライス、キャベツのスープ、バナナ	470.1(428.6) 13.3(11.2) 10.8(8.7) 1.9(1.5)	○ゼリー(オレンジ、りんご、ぶどう)、米、油、○菓子	豚肩小間切れ	バナナ、たまねぎ、キャベツ、しめじ、にんじん、コーン缶、◎りんご天然果汁	ハヤシルウ、しょうゆ、ケチャップ、コンソメ、食塩	リンゴジュース	麦茶、菓子、ぶどうゼリー	
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	515.4(467.6) 21.6(19.7) 17.7(14.4) 1.8(1.5)	米、○マーガリンロール 45g、押麦、大豆マヨネーズ、○砂糖、パン粉、油、砂糖、ごま油	押し豆腐、鶏ももひき肉、豚肩小間切れ、絹ごし豆腐、ペーコン、○スキムミルク、白みそ、かつお節、○バター、◎ヨーグルト(ドリンク)	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	飲むヨーグルト	スキムミルク、ラスク	

\*都合によりメニュー変更になる場合があります。

日付	献立	材 料 名				10時おやつ	3時おやつ
		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		
03月	おじや、鶏の照り焼きと青菜のお浸し、若布のすまし汁	米、砂糖、油、○マンナウエハー	○ヨーグルト(加糖)、鶏もも肉、鶏ひき肉、卵、かつお節	はくさい、にんじん、もやし、ほうれんそう、ねぎ、さやえんどう、カットわかめ、◎バナナ	かつおだし汁、しょうゆ、酢、みりん、酒	煮バナナ	菓子、カップヨーグルト
04火	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	米、○食パン、マカロニ、大豆マヨネーズ、○砂糖、○油、○バター	豚肩小間切れ、ベーコン、スキムミルク、かつお節、◎ヨーグルト(ドリンク)	たまねぎ、にんじん、しめじ、きゅうり、カットわかめ、にんにく	しょうゆ、かつおだし汁	飲むヨーグルト	シュガーマーガリンサンド
05水	食パン(肉団子添え)、きのこキャベツのサラダ、ワタンスープ	食パン、○米、ワタンの皮、パン粉、大豆マヨネーズ、砂糖、○砂糖、ごま油	豚ひき肉、ツナ油漬缶、◎チーズ	キャベツ、しめじ、たまねぎ、きゅうり、にんじん、トマト、えのきたけ、ねぎ、こまつな、◎わかめ	しょうゆ、ケチャップ、酢、食塩、かつおだし汁	チーズ	わかめ入り粥
06木	ミートソーススパゲティ、キッシュとカラフルサラダ、チンゲン菜のスープ	○食パン、スパゲティ(ゆで)、じゃがいも、大豆マヨネーズ、○砂糖、油、砂糖	豚ひき肉、○豆乳クリーム、卵、ベーコン、ツナ油漬缶、とろけるチーズ、粉チーズ	たまねぎ、チンゲンサイ、にんじん、○バナナ、ほうれんそう、きゅうり、ピーマン、○いちごジャム、黄ピーマン、しめじ、◎バナナ	ケチャップ、しょうゆ、酢、かつおだし汁	煮バナナ	ジャムサンド
07金	軟飯、カジキのおろし煮、キャベツ和え、ほうれん草のすまし汁	米、○食パン、片栗粉、○砂糖、油、砂糖、○菓子、◎菓子	かじき、絹ごし豆腐、○きな粉、かつお節、○バター	だいこん、キャベツ、もやし、ほうれんそう、にんじん	しょうゆ、みりん、かつおだし汁	菓子	きな粉トースト
10月	あんかけ軟飯、たたき胡瓜、卵とじみそ汁	米、○小麦粉、○グラニュー糖、砂糖、ごま油、○砂糖	豚肩小間切れ、卵、○バター、白みそ、みそ、いわし(煮干し)、◎ヨーグルト(ドリンク)	きゅうり、たまねぎ、りんご、ねぎ、切り干しだいこん、しょうが、にんにく	しょうゆ、酢、かつおだし汁	飲むヨーグルト	クッキー
11火	軟飯、鯖のごま味噌焼きと切干大根のサラダ、野菜汁	米、○さつまいも、○砂糖、大豆マヨネーズ、○油、砂糖	さわら、みそ、○バター、ベーコン、いわし(煮干し)、すりごま	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、◎バナナ	酒、しょうゆ、みりん、酢、かつおだし汁	煮バナナ	さつまいものマッシュ
12水	食パン(たまご添え)、野菜スープ、煮みかん	食パン、じゃがいも、○もち米、○米、大豆マヨネーズ、○砂糖、◎菓子	卵、豚肩小間切れ、○スキムミルク、○鶏むね小間切れ、○かつお節	みかん缶、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、○干しいたけ	○しょうゆ、かつおだし汁	菓子	おじや
13木	軟飯、ミートボールとマカロニサラダ、玉ねぎとわかめのみそ汁、煮いちご	米、マカロニ、大豆マヨネーズ、小麦粉、砂糖、ごま油、片栗粉	豚ひき肉、豚肩小間切れ、ベーコン、ウインナー、みそ、干しえび、◎チーズ	○オレンジ天然果汁、たまねぎ、きゅうり、○にんじん、にんじん、キャベツ、いちご、○かんでん(粉)、カットわかめ	かつおだし汁、しょうゆ、ケチャップ、酢	チーズ	人参ゼリー
14金	軟飯、鶏の香り揚げと青菜ともやしのしらす和え、大根のみそ汁	米、○小麦粉、片栗粉、○油、○砂糖、油、砂糖、ごま油、○さつまいも	鶏もも肉、○卵、しらす干し、みそ、いわし(煮干し)、○豆乳	だいこん、○にんじん、もやし、こまつな、○干しぶどう、にんにく、しょうが	しょうゆ、みりん、○ベーキングパウダー、かつおだし汁	さつまいも	キャロットケーキ
17月	軟飯、豚肉とキャベツの味噌炒め、ほうれん草のすまし汁	米、○さつまいも、○油、○米粉、砂糖、油、ごま油	豚肩小間切れ、木綿豆腐、みそ、かつお節、白ごま、◎ヨーグルト(ドリンク)	にんじん、たまねぎ、もやし、キャベツ、ほうれんそう、ピーマン	しょうゆ、酢、酒、かつおだし汁	飲むヨーグルト	さつまいものマッシュ
18火	中華軟飯、ゆで野菜の酢醤油、卵スープ	米、片栗粉、ごま油、油、砂糖、○菓子	○ヨーグルト(加糖)、豚肩小間切れ、卵、すりごま	たまねぎ、キャベツ、はくさい、にんじん、こまつな、たけのこ(ゆで)、しょうが、◎バナナ	しょうゆ、酢、かつおだし汁	煮バナナ	菓子、カップヨーグルト
19水	食パン(ミート添え)、ビーフンスープ、かぼちゃのサラダ	食パン、○米、ビーフン、大豆マヨネーズ、○砂糖、砂糖	豚肩小間切れ、○鶏むねひき肉、だいず水煮缶詰、◎チーズ	たまねぎ、かぼちゃ、にんじん、きゅうり、かぶ・葉、チンゲンサイ	ケチャップ、○しょうゆ、しょうゆ、○酒、かつおだし汁	チーズ	そぼろ入り粥
21金	野菜あんかけうどん、松風焼き、ほうれん草のごま和え	ゆでうどん、○米、砂糖、片栗粉、○砂糖、◎菓子	鶏むねひき肉、豚ひき肉、豚肩小間切れ、○みそ、白みそ、白ごま、かつお節	もやし、たまねぎ、にんじん、ほうれんそう	かつおだし汁、しょうゆ、みりん、酒、○みりん	菓子	しらす入り粥
24月	軟飯、チキンとジャックのおまめばたけ、えのきのスープ	米、○小麦粉、○砂糖、砂糖、大豆マヨネーズ、○油、ごま油	鶏もも肉、○調製豆乳、○ビザ用チーズ、ツナ油漬缶、だいず水煮缶詰、すりごま	こまつな、えのきたけ、たまねぎ、にんじん、にんにく、◎バナナ	しょうゆ、みりん、酢、○ベーキングパウダー、かつおだし汁	煮バナナ	チーズ入り蒸しパン
25火	野菜あんかけ軟飯、キャベツサラダ、わかめスープ	米、○じゃがいも、大豆マヨネーズ、油、○砂糖	豚肩小間切れ、○しらす干し、スキムミルク、◎ヨーグルト(ドリンク)	たまねぎ、キャベツ、にんじん、○ピーマン、コーン缶、きゅうり、グリーンピース、カットわかめ、にんにく、◎あおのり	しょうゆ、かつおだし汁	飲むヨーグルト	磯風味ポテト
26水	食パン(照り焼き添え)、野菜のスキムクリーム煮、煮りんご	○米、○もち米、じゃがいも、小麦粉、砂糖、○ごま油、油、大豆マヨネーズ、◎菓子	鶏もも小間切れ、ベーコン、スキムミルク、バター	りんご、○まいたけ、キャベツ、かぶ・葉、しめじ、にんじん、ほうれんそう、○にんじん、○いんげん	○酒、○しょうゆ、みりん、しょうゆ、かつおだし汁	菓子	おじや
27木	味噌うどん、シュウマイ、ひじきの和え物	ゆでうどん、○米、しゅうまいの皮、砂糖、ごま油、油	豚ひき肉、豚肩小間切れ、みそ、いわし(煮干し)、バター、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、しょうが、◎バナナ	しょうゆ、酢、○わかめ、かつおだし汁	煮バナナ	わかめ入り粥
28金	軟飯、かじきフライ(油抜き)と大根のみそ煮、まいたけのすまし汁	米、○食パン、小麦粉、パン粉、砂糖、油、焼ふ、◎さつまいも	かじき、鶏もも小間切れ、みそ、かつお節、○バター、かじき	だいこん、まいたけ、にんじん、○いちごジャム、しょうが	しょうゆ、みりん、かつおだし汁	さつまいも	ジャムサンド
31月	軟飯、豆腐ハンバーグとひじきとキャベツのサラダ、豚汁	米、○食パン、大豆マヨネーズ、○砂糖、パン粉、油、砂糖、ごま油	鶏ももひき肉、豚肩小間切れ、絹ごし豆腐、ベーコン、みそ、かつお節、○バター、◎ヨーグルト(ドリンク)	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、しょうゆ、かつおだし汁	飲むヨーグルト	ラスク

\*都合によりメニュー変更になる場合があります。

食後必要に応じて育児用ミルクを飲ませています。

(牛乳・スキムミルクについては1才を過ぎてからご家庭の状況に踏まえて進めていきます。)