



予定献立表

日	曜日	料理名	ざ い り ょ う			その他
			赤：血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	緑：からだの調子を整えるもの 野菜類・藻類・くだもの類	黄：力や体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	
2	月	昼 ・ごはん ・鶏の青のり焼き ・小松菜のごま和え ・みそ汁	鶏肉, あおさ粉 かつお節, 味噌, 油揚げ	白菜, 小松菜, 人参 玉ねぎ, しめじ	米 上白糖, ごま	醤油, みりん風 醤油
		10 ・アンパンマンせんべい ・麦茶			アンパンマンせんべい	麦茶
		3 ◇米粉ピーチマフィン ・牛乳/120	調整豆乳 牛乳	人参, 黄桃缶	米粉パウダー, 上白糖	
3	火	昼 ・ちらし寿司 ・とり天 ・すまし汁 ・ひな祭りゼリー	桜でんぶ, 錦糸たまご, のり 大分風とり天 だし昆布, かつお節	ちらしずし, きぬさや 糸みつば, えのき	米 麩 三色花ゼリー	醤油, 塩
		10 ・ぱりんこ ・麦茶			ぱりんこ	麦茶
		3 ・シュークリーム ・麦茶			シュークリーム	麦茶
4	水	昼 ・ごはん ・家常豆腐(豚と厚揚げ中華炒) ・中華サラダ	生揚げ(厚揚げ), 豚肉, 味噌	玉ねぎ, 人参, にんにく しょうが, にら もやし, ブロッコリー コーン, しょうが 人参, ちんげん菜	米 サラダ油, 上白糖, 片栗粉 上白糖, ごま油	醤油 酢, 醤油
		10 ・はるさめスープ ・マリービスケット ・牛乳/120	牛乳		はるさめ	鶏がらスープ, 醤油
		3 ・ホットケーキ ・牛乳/120	調整豆乳 牛乳		ホットケーキミックス	
5	木	昼 ・チキンカレー ・キャベツサラダ ・ほうれん草スープ ・みかんヨーグルト	鶏肉 プレーンヨーグルト	玉ねぎ, 人参 キャベツ, きゅうり, 人参 ほうれん草, 玉ねぎ, コーン みかん缶	米, じゃが芋, サラダ油 上白糖, サラダ油 上白糖	カレーフレーク 酢, 塩 コンソメ, 醤油
		10 ・カルシウムせんべい ・麦茶			カルシウムせんべい	麦茶
		3 ・クッキー ・牛乳/120	卵 牛乳		小麦粉, バター, 上白糖	
6	金	昼 ・豚ねぎ塩うどん ・しらすと小松菜のり和え ・バナナ	豚肉, かつお節 しらす干し, のり	大根, 長ねぎ, 万能ねぎ 小松菜, 白菜 バナナ	うどん	鶏がらスープ, 醤油, 塩 醤油
		10 ・ふかしじゃが芋 ・麦茶			じゃが芋	麦茶
		3 ・わかめおにぎり ・麦茶	わかめご飯の素		米	麦茶
7	土	昼 ・そぼろ丼 ・ひじきと白菜のおかか和え ・みそ汁	鶏ひき肉 芽ひじき, かつお節 だし昆布, かつお節, 味噌	玉ねぎ, 人参, コーン 白菜, 人参 いんげん	米, サラダ油, 上白糖 上白糖 じゃが芋	醤油, みりん風 醤油
		10 ・ビスコ ・麦茶			ビスコ	麦茶
		3 ・たい焼き ・牛乳/120	牛乳		たい焼き	
9	月	昼 ・すき焼き丼 ・かぼちゃオープン焼き ・みそ汁 ・りんご	木綿豆腐, 豚肉, かつお節 だし昆布 だし昆布, かつお節, 味噌	白菜, きぬさや, 人参 かぼちゃ 大根, 小松菜 りんご	米, 押麦, 上白糖 サラダ油	醤油 塩
		10 ・ぼたぼた焼き ・麦茶			ぼたぼた焼き	麦茶
		3 ◇米粉きなこサブレ ・牛乳/120	きな粉, 調整豆乳 牛乳		米粉パウダー, 上白糖 サラダ油	
10	火	昼 ・オムライス ・花野菜サラダ ・ころころ野菜スープ/O ・バナナ	鶏ひき肉, 松茸シート	玉ねぎ, 人参, グリンピース ブロッコリー カリフラワー, コーン 玉ねぎ, 人参 バナナ	米, バター ドレッシング じゃが芋	コンソメ トマトケチャップ, 塩 トマトケチャップ コンソメ, 塩
		10 ・カルシウムウエハース ・麦茶				カルシウムウエハース 麦茶
		3 ・ショートケーキ ・牛乳/120	ホイップクリーム 牛乳	いちごジャム	いちごショートケーキ	
11	水	昼 ・ジャージャーごはん ・わかめのさっぱり和え ・すまし汁	豚ひき肉, 味噌 わかめ だし昆布, かつお節	玉ねぎ, 人参, にんにく しょうが, きゅうり キャベツ, コーン 白菜, 人参, 万能ねぎ	米, サラダ油, 上白糖 片栗粉 上白糖	醤油 酢, 醤油 醤油, 塩
		10 ・星たべよ ・牛乳/120	牛乳		星食べよ	
		3 ・今川焼き(カスタード) ・麦茶			今川焼	麦茶
12	木	昼 ・ロールパン ・鶏と野菜のシチュー ・ウインナー ・ツナ大根サラダ ・牛乳/120	鶏肉, 調整豆乳 ポークウインナー ツナフレーク水煮 牛乳	玉ねぎ, 人参, しめじ, エリンギ, グリンピース 大根, きゅうり, 人参	バターロール じゃが芋, サラダ油 上白糖, ごま	シチュー顆粒 トマトケチャップ マヨネーズ風, 酢, 醤油
		10 ・ふかしさつま芋 ・麦茶			さつまいも	麦茶
		3 ・バニラアイス ・麦茶	バニラアイス			麦茶
13	金	昼 ・ごはん ・鶏のから揚げ ・春雨サラダ ・みそ汁	鶏肉 だし昆布, かつお節, 味噌 プレーンヨーグルト	しょうが キャベツ, きゅうり, 人参 玉ねぎ, 万能ねぎ	米 片栗粉, サラダ油 はるさめ, 上白糖 じゃが芋 上白糖	醤油, みりん風 醤油, 酢
		10 ・ヨーグルト ・麦茶				麦茶
		3 ・ピザトースト/OO ・牛乳/120	チーズ 牛乳	玉ねぎ, ピーマン	食パン	トマトケチャップ
14	土	昼 ・厚揚げの中華丼/O ・ツナとほうれん草サラダ/O ・わかめスープ	豚ひき肉, 生揚げ(厚揚げ) ツナフレーク水煮 わかめ	白菜, 玉ねぎ, 人参, 小松菜 ほうれん草, 白菜, コーン, 人参 玉ねぎ, 人参	米, サラダ油, 上白糖	醤油, オイスターソース マヨネーズ風 鶏がらスープ, 塩
		10 ・カルシウムせんべい ・麦茶			カルシウムせんべい	麦茶
		3 ・原宿ドック ・牛乳/120	牛乳		原宿ドック	



予定献立表

日	曜日	料理名	ざ い り ょ う			
			赤：血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	緑：からだの調子を整えるもの 野菜類・藻類・くだもの類	黄：力や体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	その他
16	月	・ごはん ・豚のスタミナ炒め/O ・ひじきとかぼちゃ煮 ・みそ汁	豚肉 さつま揚げ、芽ひじき だし昆布、かつお節 だし昆布、かつお節、味噌	玉ねぎ、人参、しょうが にんにく、にら かぼちゃ 玉ねぎ、えのき、万能ねぎ	米 サラダ油、上白糖 サラダ油、上白糖	醤油、料理酒 醤油、みりん風
		・アンパンマンせんべい ・麦茶		アンパンマンせんべい	麦茶	
		・スイートポテト 3大7L無 ・牛乳/120	調整豆乳 牛乳		さつま芋、上白糖	塩
17	火	・ごはん ・照り焼きチキン ・ポテトサラダ ・みそ汁	鶏肉 ハム だし昆布、かつお節、味噌 油揚げ	きゅうり、人参、コーン 大根、しめじ	米 じゃが芋	醤油、みりん風 マヨネーズ風、塩
		・ばりんこ ・麦茶		ばりんこ	麦茶	
		・揚げドーナツきな粉がけ/OD ・牛乳/120	調整豆乳、きな粉 牛乳		ホットケーキミックス サラダ油、上白糖	
18	水	・ごはん ・さわらの南部ごま焼き ・竹輪ともやしの塩こんぶ和え ・さつま汁	さわら ちくわ、塩ふき昆布 かつお節 だし昆布、かつお節、味噌	もやし、きゅうり、人参 ごぼう、人参	米 ごま さつま芋	醤油、みりん風
		・ばかうけ ・麦茶			ばかうけ（青のり）	麦茶
		◇お好み焼き ・麦茶	豚ひき肉、かつお節 あおさ粉、かつお節	キャベツ	小麦粉、片栗粉、サラダ油	塩、中濃ソース
19	木	・赤飯 ・筑前煮/里芋 ・小松菜のおひたし ・すまし汁	小豆 鶏肉、かつお節、だし昆布 だし昆布、かつお節 木綿豆腐、わかめ	しいたけ、人参、ごぼう いんげん もやし、小松菜、人参 えのき	米、ごま さといも、サラダ油、上白糖	塩、料理酒、塩 醤油、みりん風 醤油 醤油、塩
		・ふかしかぼちゃ ・牛乳/120	牛乳	かぼちゃ		
		・フルーツサンド ・牛乳/120	ホイップクリーム 牛乳	白桃缶、みかん缶	食パン	
23	月	・ごはん ・肉団子の酢豚 ・春雨サラダ ・わかめスープ ・ビスコ ・麦茶	鶏肉団子 わかめ	玉ねぎ、ピーマン、赤パプリカ キャベツ、きゅうり、人参 長ねぎ	米 サラダ油、上白糖、片栗粉 はるさめ、上白糖	酢、トマトケチャップ、醤油 醤油、酢 鶏がらスープ、塩
		・いちご豆乳ゼリー ・牛乳/120	イナアガー、調整豆乳 牛乳		上白糖、いちごジャム いちごジャム	麦茶
		・みそラーメン ・ぎょうざ ・オレンジ ・カルシウムウエハース ・牛乳/120	味噌、豚ひき肉 餃子 牛乳	にんにく、もやし、玉ねぎ、長ねぎ、コーン オレンジ	中華麺、ごま油	ガラスープ、鶏がらスープ 醤油 カルシウムウエハース
24	火	・菜めしおにぎり ・麦茶		菜めし	米	麦茶
		・ごはん ・肉団子の酢豚 ・春雨サラダ ・わかめスープ ・ビスコ ・麦茶	鶏肉団子 わかめ	玉ねぎ、ピーマン、赤パプリカ キャベツ、きゅうり、人参 長ねぎ	米 サラダ油、上白糖、片栗粉 はるさめ、上白糖	酢、トマトケチャップ、醤油 醤油、酢 鶏がらスープ、塩
		・いちご豆乳ゼリー ・牛乳/120	イナアガー、調整豆乳 牛乳		上白糖、いちごジャム いちごジャム	麦茶
25	水	・ごはん ・厚揚げと大根煮 ・ブロックじゃが芋炒め ・みそ汁 ・チーズ ・麦茶	生揚げ(厚揚げ)、鶏肉 ブロックウィンナー だし昆布、かつお節、味噌 チーズ	大根、人参、しょうが、きぬさや ブロック 白菜、人参	米 サラダ油、上白糖 サラダ油、じゃが芋	醤油、みりん風 醤油
		・フライドポテト ・牛乳/120	牛乳		ストレートポテト	麦茶 塩
		・ごはん ・サバのみそ煮 ・キャベツのごまサラダ ・みそ汁	サバ、味噌 だし昆布、かつお節、味噌 絹豆腐	しょうが キャベツ、きゅうり、人参 小松菜	米 上白糖 上白糖、ごま	みりん風、醤油 マヨネーズ風、酢、醤油
26	木	・マリービスケット ・牛乳/120	牛乳		マリー	
		・焼きビーフン ・麦茶	豚肉	玉ねぎ、人参	ビーフン、サラダ油	鶏がらスープ、醤油、塩 麦茶
		・ごはん ・鶏のコーンマヨ焼き ・高野とひじきとの煮物 ・みそ汁 ・バナナ ・カルシウムせんべい ・麦茶	鶏肉 高野豆腐、芽ひじき だし昆布、かつお節、味噌	コーン 人参、白菜、いんげん 玉ねぎ、しめじ、万能ねぎ バナナ	米 上白糖	マヨネーズ風 醤油、みりん風
27	金	・チーズ蒸しケーキ ・牛乳/120	牛乳		チーズ蒸しケーキ	麦茶
		・豚生姜焼き丼 ・ほうれん草サラダ ・やさいスープ ・ぼたぼた焼き ・牛乳/120	豚肉 牛乳	玉ねぎ、しょうが 白菜、ほうれん草、コーン 玉ねぎ、大根、人参	米、サラダ油、上白糖 上白糖、サラダ油	醤油、みりん風 酢、醤油 鶏がらスープ、塩
		・ココアワッフル ・牛乳/120	牛乳		ココアワッフル	
28	土	・ごはん ・さわらの竜田揚げ ・切干大根の煮物/O ・すまし汁 ・クラッカー ・牛乳/120	さわら 油揚げ、だし昆布、かつお節 だし昆布、かつお節	しょうが 切干大根、人参、きぬさや ほうれん草、白菜、人参	米 片栗粉、サラダ油 上白糖	醤油、みりん風、料理酒 醤油、みりん風 醤油、塩
		・もものフルーチェ/ # ・麦茶	牛乳	フルーツ缶	フルーチェ	麦茶
		・ごはん ・豚スナップエンドウ炒め ・小松菜の白和え ・みそ汁	豚肉 ちくわ、木綿豆腐 だし昆布、かつお節、味噌 わかめ	玉ねぎ、スナップエンドウ 赤パプリカ、黄パプリカ 小松菜、人参 もやし	米 サラダ油、上白糖 ごま、上白糖	中濃ソース、醤油、みりん風 醤油
29	日	・ヨーグルト ・麦茶	プレーンヨーグルト		上白糖	麦茶
		・大学いも ・牛乳/120	牛乳		さつま芋、サラダ油、上白糖	

献立種類	(店) 幼児食					離乳初期				
	エネルギーkcal	たんぱく質	脂質	炭水化物	カルシウム	エネルギーkcal	たんぱく質	脂質	炭水化物	カルシウム
栄養素	575 kcal	21.3 g	19.1 g	82.2 g	281 mg	24 kcal	0.7 g	0.0 g	5.5 g	9 mg
平均栄養価	0 kcal	0.0 g	0.0 g	0.0 g	0 mg	0 kcal	0.0 g	0.0 g	0.0 g	0 mg



予定献立表【初期】

日曜日	曜日	料理名	ざ い り ょ う			
			赤：血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	緑：からだの調子を整えるもの 野菜類・藻類・くだもの類	黄：力や体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	その他
2月	昼	・初期粥(おもゆ~5分粥50g) ・小松菜ペースト ・人参ペースト		小松菜 人参	米	
3火	昼	・初期粥(おもゆ~5分粥50g) 白身魚ペースト ・かぼちゃペースト	助宗だら	かぼちゃ	米	
4水	昼	・初期粥(おもゆ~5分粥50g) ・豆腐ペースト ・ブロッコリーペースト	木綿豆腐	ブロッコリー	米	
5木	昼	・初期粥(おもゆ~5分粥50g) じゃがいもペースト ・キャベツペースト		キャベツ	米 じゃが芋	
6金	昼	・しらすペースト ・白菜ペースト	しらす干し	白菜	米	
7土	昼	・初期粥(おもゆ~5分粥50g) 白身魚ペースト ・人参ペースト	助宗だら	人参	米	
9月	昼	・白菜ペースト ・かぼちゃペースト		白菜 かぼちゃ	米	
10火	昼	・しらすペースト ・ブロッコリーペースト	しらす干し	玉ねぎ ブロッコリー	米	
11水	昼	・初期粥(おもゆ~5分粥50g) ・キャベツペースト ・人参ペースト		キャベツ 人参	米	
12木	昼	・初期粥(おもゆ~5分粥50g) 白身魚ペースト ・人参ペースト	助宗だら	人参	米	
13金	昼	・しらすペースト ・キャベツペースト	しらす干し	玉ねぎ キャベツ	米	
14土	昼	・初期粥(おもゆ~5分粥50g) ・豆腐ペースト ・ほうれん草ペースト	絹豆腐	ほうれん草	米	
16月	昼	・初期粥(おもゆ~5分粥50g) 白身魚ペースト ・かぼちゃペースト	助宗だら	かぼちゃ	米	
17火	昼	・初期粥(おもゆ~5分粥50g) ・しらすペースト ・じゃが芋ペースト	しらす干し	玉ねぎ	米 じゃが芋	
18水	昼	・初期粥(おもゆ~5分粥50g) 白身魚ペースト ・人参ペースト	助宗だら	人参	米	
19木	昼	・初期粥(おもゆ~5分粥50g) ・豆腐ペースト ・小松菜ペースト	絹豆腐	小松菜	米	
23月	昼	・初期粥(おもゆ~5分粥50g) 白身魚ペースト ・ほうれん草ペースト	助宗だら	ほうれん草	米	
24火	昼	・初期粥(おもゆ~5分粥50g) ・しらすペースト ・ふかしじゃが芋ペースト	しらす干し	玉ねぎ	米 じゃが芋	
25水	昼	・初期粥(おもゆ~5分粥50g) ・豆腐ペースト ・ブロッコリーペースト	絹豆腐	ブロッコリー	米	
26木	昼	・初期粥(おもゆ~5分粥50g) 白身魚ペースト ・キャベツペースト	助宗だら	キャベツ	米	
27金	昼	・初期粥(おもゆ~5分粥50g) ・豆腐ペースト ・人参ペースト	絹豆腐	人参	米	
28土	昼	・初期粥(おもゆ~5分粥50g) ・しらすペースト ・ほうれん草ペースト	しらす干し	玉ねぎ ほうれん草	米	
30月	昼	・初期粥(おもゆ~5分粥50g) 白身魚ペースト ・ほうれん草ペースト	助宗だら	ほうれん草	米	
31火	昼	・初期粥(おもゆ~5分粥50g) ・豆腐ペースト ・小松菜ペースト	絹豆腐	小松菜	米	

献立種類	(店)離乳初期					離乳初期				
	エネルギーkcal	たんぱく質	脂質	炭水化物	カルシウム	エネルギーkcal	たんぱく質	脂質	炭水化物	カルシウム
平均栄養価	58 kcal	2.7 g	0.3 g	12.0 g	73 mg	24 kcal	0.7 g	0.0 g	5.5 g	9 mg
基準値	0 kcal	0.0 g	0.0 g	0.0 g	0 mg	0 kcal	0.0 g	0.0 g	0.0 g	0 mg



予定献立表【中期】

日	曜日	料理名	ざ い り ょ う			
			赤：血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	緑：からだの調子を整えるもの 野菜類・藻類・くだもの類	黄：力や体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	その他
2	月	<ul style="list-style-type: none"> ・中期粥(5分粥~全粥80g) ・蒸し鶏 	鶏ささみ, かつお節 だし昆布	白菜, 小松菜, 人参	米 片栗粉	
		<ul style="list-style-type: none"> ・小松菜の和えもの ・ソフト小魚せん ・麦茶 			ソフト小魚せん	麦茶
		<ul style="list-style-type: none"> ・ふかしじゃが芋 ・麦茶 			じゃが芋	麦茶
3	火	<ul style="list-style-type: none"> ・そぼろ粥 ・さかなの煮付け ・オレンジ(房取) 	鶏ひき肉 鱈	きぬさや オレンジ	米 片栗粉	
		<ul style="list-style-type: none"> ・がんばれ野菜家族 ・麦茶 			ハイハイ	麦茶
		<ul style="list-style-type: none"> ・ふかしさつま芋 ・麦茶 			さつまいも	麦茶
4	水	<ul style="list-style-type: none"> ・中期粥(5分粥~全粥80g) ・豆腐のそぼろあんかけ 中期 ・ブロッコリー 	鶏ひき肉, 木綿豆腐 かつお節, だし昆布	玉ねぎ, 人参 ブロッコリー	米 サラダ油, 片栗粉	
		<ul style="list-style-type: none"> ・ソフト小魚せん ・麦茶 			ソフト小魚せん	麦茶
		<ul style="list-style-type: none"> ・ヨーグルト ・麦茶 	プレーンヨーグルト			麦茶
5	木	<ul style="list-style-type: none"> ・中期粥(5分粥~全粥80g) ・じゃが芋のそぼろ煮 離乳中 ・バナナ 	鶏ひき肉, かつお節 だし昆布	玉ねぎ, 人参 バナナ	米 じゃが芋, 片栗粉	
		<ul style="list-style-type: none"> ・ヨーグルト ・麦茶 	プレーンヨーグルト		上白糖	麦茶
		<ul style="list-style-type: none"> ・パン粥ペースト ・麦茶 			食パン	麦茶
6	金	<ul style="list-style-type: none"> ・煮込みうどん 中期 ・しらすと小松菜和え ・バナナ 	鶏ひき肉, だし昆布 かつお節 しらす干し	大根 小松菜, 白菜 バナナ	うどん, 上白糖, 片栗粉	醤油
		<ul style="list-style-type: none"> ・ふかしじゃが芋 ・麦茶 			じゃが芋	麦茶
		<ul style="list-style-type: none"> ・中期粥(5分粥~全粥80g) ・麦茶 			米	麦茶
7	土	<ul style="list-style-type: none"> ・そぼろ粥(5分粥~全粥80g) ・白菜の和え物 	鶏ひき肉	玉ねぎ, 人参 白菜, 人参	米	
		<ul style="list-style-type: none"> ・ソフト小魚せん ・麦茶 			ソフト小魚せん	麦茶
		<ul style="list-style-type: none"> ・がんばれ野菜家族 ・麦茶 			ハイハイ	麦茶
9	月	<ul style="list-style-type: none"> ・あんかけ粥(5分粥~全粥80g) ・ふかしかぼちゃ ・煮りんご 	鶏ひき肉	白菜, 人参, きぬさや かぼちゃ りんご	米	
		<ul style="list-style-type: none"> ・ハイハイ ・麦茶 			ハイハイ	麦茶
		<ul style="list-style-type: none"> ・ふかしさつま芋のきなこかけ ・麦茶 	きな粉		さつまいも, 上白糖	麦茶
10	火	<ul style="list-style-type: none"> ・中期粥(5分粥~全粥80g) ・鶏そぼろのあんとし ・ブロッコリー 	鶏ひき肉, かつお節 だし昆布	玉ねぎ, 人参 ブロッコリー	米 片栗粉	
		<ul style="list-style-type: none"> ・がんばれ野菜家族 ・麦茶 			ハイハイ	麦茶
		<ul style="list-style-type: none"> ・ヨーグルト ・麦茶 	プレーンヨーグルト			麦茶
11	水	<ul style="list-style-type: none"> ・とり雑炊 離乳中期 ・キャベツ和え 	かつお節, だし昆布 鶏ひき肉	玉ねぎ, 人参 キャベツ	米	
		<ul style="list-style-type: none"> ・ハイハイ ・麦茶 			ハイハイ	麦茶
		<ul style="list-style-type: none"> ・ヨーグルト ・麦茶 	プレーンヨーグルト			麦茶
12	木	<ul style="list-style-type: none"> ・パン粥 ・鶏肉と野菜の煮物 ・大根和え 	鶏ささみ	人参, 玉ねぎ 大根, きゅうり, 人参	食パン じゃが芋	
		<ul style="list-style-type: none"> ・ふかしさつま芋 ・麦茶 			さつまいも	麦茶
		<ul style="list-style-type: none"> ・ハイハイ ・麦茶 			ハイハイ	麦茶
13	金	<ul style="list-style-type: none"> ・中期粥(5分粥~全粥80g) ・蒸し鶏 ・キャベツサラダ 	鶏ささみ, かつお節 だし昆布	キャベツ, 人参, きゅうり	米 片栗粉	
		<ul style="list-style-type: none"> ・ヨーグルト ・麦茶 	プレーンヨーグルト		上白糖	麦茶
		<ul style="list-style-type: none"> ・きなこパン粥 ・麦茶 	きな粉		食パン	麦茶
14	土	<ul style="list-style-type: none"> ・中期粥(5分粥~全粥80g) ・豆腐のそぼろ煮 ・ほうれん草サラダ 	鶏ひき肉, 木綿豆腐 かつお節, だし昆布	玉ねぎ, 人参 ほうれん草, 白菜, 人参	米 片栗粉	
		<ul style="list-style-type: none"> ・ソフト小魚せん ・麦茶 			ソフト小魚せん	麦茶
		<ul style="list-style-type: none"> ・ハイハイ ・麦茶 			ハイハイ	麦茶



予定献立表【中期】

日	曜日	料理名	ざ い り ょ う				
			赤：血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	緑：からだの調子を整えるもの 野菜類・藻類・くだもの類	黄：力や体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	その他	
16	月	・中期粥(5分粥～全粥80g) ・鶏と野菜煮 ・かぼちやの煮物	鶏ひき肉 かつお節, だし昆布	玉ねぎ, 人参 かぼちや	米 片栗粉 片栗粉		
		・がんばれ野菜家族 ・麦茶			ハイハイ	麦茶	
		・ふかしさつま芋 ・麦茶			さつまいも	麦茶	
17	火	・中期粥(5分粥～全粥80g) ・蒸し鶏	鶏ささみ, かつお節 だし昆布		米 片栗粉	醤油	
		・ポテトサラダ		きゅうり, 人参	じゃが芋		
		・ソフト小魚せん ・麦茶			ソフト小魚せん	麦茶	
・ふかしかぼちや ・麦茶		かぼちや			麦茶		
18	水	・中期粥(5分粥～全粥80g) ・さかなの煮付け 離乳後 ・もやしときゅうりのおかか和え	鱈, かつお節, だし昆布	もやし, きゅうり, 人参	米 片栗粉		
		・ハイハイ ・麦茶			ハイハイ	麦茶	
		・がんばれ野菜家族 ・麦茶			ハイハイ	麦茶	
19	木	・中期粥(5分粥～全粥80g) ・筑前煮/里芋 ・小松菜のおひたし	鶏ささみ, かつお節	しいたけ, 人参, いんげん 小松菜, 人参	米 さといも		
		・ふかしかぼちや ・麦茶		かぼちや			麦茶
		・パン粥 ・麦茶			食パン	麦茶	
23	月	・中期粥(5分粥～全粥80g) ・蒸し鶏 ・ほうれん草の和え物	鶏ささみ, かつお節	玉ねぎ ほうれん草	米 片栗粉		
		・ソフト小魚せん ・麦茶			ソフト小魚せん	麦茶	
		・がんばれ野菜家族 ・麦茶			ハイハイ	麦茶	
24	火	・煮込みうどん 離乳後 ・ふかしじゃが芋 ・オレンジ(房取)	豚ひき肉, だし昆布 かつお節	長ねぎ, 玉ねぎ オレンジ	うどん, 片栗粉 じゃが芋		
		・ハイハイ ・麦茶			ハイハイ	麦茶	
		・ほうれん草粥(5分粥～全粥80g) ・麦茶		ほうれん草	米	麦茶	
25	水	・中期粥(5分粥～全粥80g) ・大根の鶏そぼろ煮 ・ブロッコリー	鶏ひき肉, かつお節	大根, 人参, きぬさや ブロッコリー	米 片栗粉		
		・ヨーグルト ・麦茶	プレーンヨーグルト				麦茶
		・ふかしじゃが芋 ・麦茶			じゃが芋	麦茶	
26	木	・中期粥(5分粥～全粥80g) ・さかなの煮付け 離乳後 ・キャベツサラダ	鱈, かつお節, だし昆布	キャベツ, きゅうり, 人参	米 片栗粉		
		・ハイハイ ・麦茶			ハイハイ	麦茶	
		・やさしい雑炊 離乳中期 ・麦茶	かつお節, だし昆布	玉ねぎ, 人参	米	麦茶	
27	金	・中期粥(5分粥～全粥80g) ・蒸し鶏 ・高野の煮物	鶏ささみ, かつお節 高野豆腐, だし昆布 かつお節	人参, 白菜	米 片栗粉 上白糖	醤油, みりん風	
		・ソフト小魚せん ・麦茶			ソフト小魚せん	麦茶	
		・パン粥 ・麦茶			食パン	麦茶	
28	土	・中期粥(5分粥～全粥80g) ・鶏肉のあんとうじ ・ほうれん草サラダ	鶏ひき肉, かつお節	玉ねぎ 白菜, ほうれん草	米 片栗粉		
		・がんばれ野菜家族 ・麦茶			ハイハイ	麦茶	
		・ハイハイ ・麦茶			ハイハイ	麦茶	
30	月	・中期粥(5分粥～全粥80g) ・さかなの煮付け ・ほうれん草の煮びたし	鱈, かつお節, だし昆布 かつお節, だし昆布	ほうれん草, 人参	米 片栗粉 片栗粉		
		・ソフト小魚せん ・麦茶			ソフト小魚せん	麦茶	
		・ハイハイ ・麦茶			ハイハイ	麦茶	
31	火	・中期粥(5分粥～全粥80g) ・鶏カラフル煮 ・小松菜の和えもの	鶏ひき肉, かつお節	玉ねぎ, 赤パプリカ 小松菜, 人参	米 片栗粉		
		・ヨーグルト ・麦茶	プレーンヨーグルト			上白糖	麦茶
		・ふかしさつま芋 ・麦茶			さつまいも	麦茶	

献立種類	(店) 離乳中期					離乳初期				
	エネルギーkcal	たんぱく質	脂質	炭水化物	カルシウム	エネルギーkcal	たんぱく質	脂質	炭水化物	カルシウム
平均栄養価	165 kcal	7.0 g	2.5 g	30.4 g	82 mg	24 kcal	0.7 g	0.0 g	5.5 g	9 mg
基準値	0 kcal	0.0 g	0.0 g	0.0 g	0 mg	0 kcal	0.0 g	0.0 g	0.0 g	0 mg



予定献立表【後期】

日	曜日	料理名	ざ い り ょ う			その他
			赤：血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	緑：からだの調子を整えるもの 野菜類・藻類・くだもの類	黄：力や体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	
2	月	昼 ・後期粥(全粥～軟飯80g) ・蒸し鶏 ・小松菜のごま和え ・みそ汁	鶏ささみ, かつお節 だし昆布 だし昆布, かつお節, 味噌 油揚げ	白菜, 小松菜, 人参 玉ねぎ, しめじ	米 片栗粉 上白糖, ごま	醤油 醤油
		10 ・ソフト小魚せん ・麦茶			ソフト小魚せん	麦茶
		3 ◇米粉マフィン ・麦茶	調整豆乳		米粉パウダー, サラダ油 上白糖	麦茶
3	火	昼 ・そぼろ粥 ・さかなの煮付け ・すまし汁(離乳食用) ・ひな祭りゼリー	鶏ひき肉 鱈 かつお節, だし昆布, わかめ	きぬさや しめじ	米, 上白糖 上白糖, 片栗粉 三色花ゼリー	醤油 醤油 醤油, 塩
		10 ・がんばん野菜家族 ・麦茶			ハイハイ	麦茶
		3 ・蒸しパン ・麦茶	調整豆乳		ホットケーキミックス 上白糖	麦茶
4	水	昼 ・後期粥(全粥～軟飯80g) ・豆腐のそぼろあんかけ ・中華サラダ ・チンゲン菜スープ(離乳食用)	鶏ひき肉, 木綿豆腐 かつお節, だし昆布, 味噌 かつお節, だし昆布	玉ねぎ, 人参 もやし, ブロッコリー コーン 人参, ちんげん菜	米 サラダ油, 上白糖, 片栗粉	醤油 醤油, 塩
		10 ・マンナビスケット ・麦茶			マンナビスケット	麦茶
		3 ・ホットケーキ ・麦茶	調整豆乳		ホットケーキミックス	麦茶
5	木	昼 ・後期粥(全粥～軟飯80g) ・じゃが芋のケチャップ煮 ・キャベツサラダ ・バナナヨーグルト	豚ひき肉, だし昆布 プレーンヨーグルト	玉ねぎ, 人参 キャベツ, 小松菜 バナナ	米 じゃが芋, サラダ油, 上白糖 片栗粉	トマトケチャップ 塩
		10 ・マンナウエハース ・麦茶			マンナウエハース	麦茶
		3 ・食パン ・麦茶			食パン	麦茶
6	金	昼 ・煮込みうどん ・しらすと小松菜のり和え ・バナナ	鶏ひき肉, だし昆布 かつお節 しらす干し, のり	大根, 長ねぎ 小松菜, 白菜 バナナ	うどん, 上白糖, 片栗粉	醤油 醤油
		10 ・ふかしじゃが芋 ・麦茶			じゃが芋	麦茶
		3 ・わかめ雑炊 ・麦茶	かつお節, だし昆布, わかめ		米	醤油 麦茶
7	土	昼 ・そぼろ粥(全粥～軟飯80g) ・ひじきと白菜のおかか和え ・みそ汁	豚ひき肉 芽ひじき, かつお節 だし昆布, かつお節, 味噌	玉ねぎ, 人参 白菜, 人参 いんげん	米, 上白糖 上白糖 じゃが芋	醤油 醤油
		10 ・マンナウエハース ・麦茶			マンナウエハース	麦茶
		3 ・がんばん野菜家族 ・麦茶			ハイハイ	麦茶
9	月	昼 ・あんかけ粥(全粥～軟飯80g) ・ふかしかぼちゃ ・みそ汁 ・りんご	豚ひき肉 だし昆布, かつお節, 味噌	白菜, 人参, きぬさや かぼちゃ 大根, 小松菜 りんご	米, 上白糖, 片栗粉	醤油 醤油
		10 ・ハイハイ ・麦茶			ハイハイ	麦茶
		3 ・ふかしさつま芋のきなこかけ ・麦茶	きな粉		さつまいも, 上白糖	麦茶
10	火	昼 ・後期粥(全粥～軟飯80g) ・鶏のケチャップ煮 ・ブロッコリー ・やさいスープ ・バナナ	鶏ささみ	玉ねぎ, 人参 ブロッコリー 玉ねぎ, 人参 バナナ	米 上白糖 じゃが芋	トマトケチャップ, 塩 コンソメ, 塩
		10 ・マンナウエハース ・麦茶			マンナウエハース	麦茶
		3 ・ヨーグルト ・麦茶	プレーンヨーグルト		上白糖	麦茶
11	水	昼 ・ジャージャー粥 ・わかめの和え物 ・すまし汁	豚ひき肉, 味噌 わかめ だし昆布, かつお節	玉ねぎ, 人参, きゅうり キャベツ 白菜, 人参, 万能ねぎ	米, 上白糖, 片栗粉 上白糖	醤油 醤油 醤油, 塩
		10 ・ハイハイ ・麦茶			ハイハイ	麦茶
		3 ・ヨーグルト ・麦茶	プレーンヨーグルト		上白糖	麦茶
12	木	昼 ・スティックパン ・鶏肉と野菜のミルク煮 ・ツナ大根サラダ	鶏ささみ, 牛乳 ツナフレーク水煮	人参, 玉ねぎ, しめじ 大根, きゅうり, 人参	食パン じゃが芋 上白糖, ごま さつまいも	塩 醤油
		10 ・ふかしさつま芋 ・麦茶			さつまいも	麦茶
		3 ・オレンジゼリー ・麦茶			みかんゼリー	麦茶
13	金	昼 ・後期粥(全粥～軟飯80g) ・蒸し鶏 ・キャベツサラダ ・みそ汁	鶏ささみ, かつお節 だし昆布 だし昆布, かつお節, 味噌	キャベツ, 人参, きゅうり 玉ねぎ, 万能ねぎ	米 片栗粉 上白糖 じゃが芋	醤油 醤油
		10 ・ヨーグルト ・麦茶	プレーンヨーグルト		上白糖	麦茶
		3 ・きなこ食パン ・麦茶	きな粉		食パン, 上白糖	麦茶
14	土	昼 ・後期粥(全粥～軟飯80g) ・豆腐のそぼろ煮 ・ほうれん草サラダ ・わかめスープ(離乳食用)	豚ひき肉, 木綿豆腐 かつお節, だし昆布 かつお節, だし昆布, わかめ	玉ねぎ, 人参 ほうれん草, 白菜, 人参 玉ねぎ, 人参	米 上白糖, 片栗粉	醤油 醤油 醤油, 塩
		10 ・ソフト小魚せん ・麦茶			ソフト小魚せん	麦茶
		3 ・ぶどうゼリー/50g' ・麦茶			ぶどうゼリー	麦茶



予定献立表【後期】

日	曜日	料理名	ざ い り ょ う			その他
			赤：血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	緑：からだの調子を整えるもの 野菜類・藻類・くだもの類	黄：力や体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	
16	月	昼 ・後期粥(全粥～軟飯80g) ・豚と野菜の炒め煮 ・かぼちゃの煮物 ・みそ汁	豚ひき肉 かつお節, だし昆布 かつお節, だし昆布, 味噌	玉ねぎ, 人参 かぼちゃ えのき, 万能ねぎ	米 上白糖, 片栗粉 片栗粉 麩	醤油 醤油
		10 ・がんばれ野菜家族 ・麦茶			ハイハイ	麦茶
		3 ・ふかしさつま芋 ・麦茶			さつまいも	麦茶
17	火	昼 ・後期粥(全粥～軟飯80g) ・蒸し鶏 ・ポテトサラダ ・みそ汁	鶏ささみ, かつお節 だし昆布, かつお節, 味噌	きゅうり, 人参 大根, しめじ	米 片栗粉 じゃが芋	醤油 塩
		10 ・ソフト小魚せん ・麦茶			ソフト小魚せん	麦茶
		3 ・きなこパンケーキ ・麦茶	きな粉, 調整豆乳		ホットケーキミックス 上白糖, サラダ油	麦茶
18	水	昼 ・後期粥(全粥～軟飯80g) ・さかなの煮付け 離乳後 ・もやしときゅうりのおかか和え ・みそ汁 (離乳食用)	鱈 かつお節 かつお節, だし昆布, 味噌	もやし, きゅうり 人参	米 上白糖, 片栗粉	醤油 醤油
		10 ・ハイハイ ・麦茶			さつま芋 ハイハイ	麦茶
		3 ・がんばれ野菜家族 ・麦茶			ハイハイ	麦茶
19	木	昼 ・後期粥(全粥～軟飯80g) ・筑前煮/里芋 ・小松菜のおひたし ・すまし汁	鶏ささみ, かつお節 だし昆布, かつお節 木綿豆腐	しいたけ, 人参, いんげん もやし, 小松菜, 人参 えのき, 万能ねぎ	米 さといも, サラダ油, 上白糖	醤油 醤油 醤油, 塩
		10 ・ふかしかぼちゃ ・麦茶		かぼちゃ		麦茶
		3 ・スティックパン ・麦茶			食パン	麦茶
23	月	昼 ・後期粥(全粥～軟飯80g) ・鶏ケチャップ炒め煮 ・ほうれん草の和え物 ・わかめスープ (離乳食用)	鶏ささみ, かつお節 かつお節, だし昆布, わかめ	玉ねぎ, ピーマン, 赤パプリカ ほうれん草 長ねぎ	米 サラダ油, 上白糖, 片栗粉	トマトケチャップ 醤油 醤油, 塩
		10 ・ソフト小魚せん ・麦茶			ソフト小魚せん	麦茶
		3 ・オレンジゼリー ・麦茶			みかんゼリー	麦茶
24	火	昼 ・煮込みうどん 離乳後 ・ふかしじゃが芋 ・オレンジ(房取)	豚ひき肉, だし昆布	もやし, 長ねぎ, 玉ねぎ オレンジ	米 上白糖, 片栗粉 じゃが芋	醤油
		10 ・マンナウエハース ・麦茶			マンナウエ	麦茶
		3 ・ほうれん草粥(全粥～軟飯80g) ・麦茶		ほうれん草	米	塩 麦茶
25	水	昼 ・後期粥(全粥～軟飯80g) ・大根のそぼろ煮 ・フロコリーとじゃが芋の炒め ・みそ汁 (離乳食用)	豚ひき肉, かつお節 かつお節, だし昆布, 味噌	大根, 人参, きぬさや フロコリー 白菜, 人参	米 上白糖, 片栗粉 じゃが芋	醤油 醤油
		10 ・ヨーグルト ・麦茶	プレーンヨーグルト		上白糖	麦茶
		3 ・ふかしじゃが芋 ・麦茶			じゃが芋	麦茶
26	木	昼 ・後期粥(全粥～軟飯80g) ・さかなのみそ煮 離乳後 ・キャベツのごまサラダ ・みそ汁 (離乳食用)	鱈, 味噌 かつお節, だし昆布, 味噌 絹豆腐	キャベツ, きゅうり, 人参 小松菜	米 上白糖, 片栗粉 上白糖, ごま	醤油
		10 ・マンナビスケット ・麦茶			マンナビスケット	麦茶
		3 ・やさい雑炊 離乳後 ・麦茶	かつお節, だし昆布	玉ねぎ, 人参	米	醤油 醤油 麦茶
27	金	昼 ・後期粥(全粥～軟飯80g) ・蒸し鶏 ・高野の煮物 ・みそ汁 (離乳食用)	鶏ささみ, かつお節 高野豆腐, かつお節 かつお節, だし昆布, 味噌	人参, 白菜 玉ねぎ, しめじ, 万能ねぎ	米 片栗粉 上白糖	醤油 醤油, みりん風
		10 ・ソフト小魚せん ・麦茶			ソフト小魚せん	麦茶
		3 ・スティックパン ・麦茶			食パン	麦茶
28	土	昼 ・後期粥(全粥～軟飯80g) ・豚肉のあんとし ・ほうれん草サラダ ・やさいスープ (離乳食用)	豚ひき肉, かつお節 かつお節, だし昆布	玉ねぎ 白菜, ほうれん草 大根, 玉ねぎ, 人参	米 上白糖, 片栗粉 上白糖	醤油 醤油 醤油, 塩
		10 ・がんばれ野菜家族 ・麦茶			ハイハイ	麦茶
		3 ・ぶどうゼリー/50g ・麦茶			ぶどうゼリー	麦茶
30	月	昼 ・後期粥(全粥～軟飯80g) ・さかなの煮付け ・ほうれん草の煮びたし ・すまし汁 (離乳食用)	鱈, かつお節, だし昆布 かつお節, だし昆布 かつお節, だし昆布	ほうれん草, 人参 大根, 白菜, 人参	米 片栗粉 上白糖, 片栗粉	醤油 醤油 醤油, 塩
		10 ・ソフト小魚せん ・麦茶			ソフト小魚せん	麦茶
		3 ・オレンジゼリー ・麦茶			みかんゼリー	麦茶
31	火	昼 ・後期粥(全粥～軟飯80g) ・豚カラフル煮 ・小松菜の白和え ・みそ汁 (離乳食用)	豚ひき肉, かつお節 木綿豆腐 かつお節, だし昆布, 味噌 わかめ	玉ねぎ, 赤パプリカ 小松菜, 人参 もやし	米 片栗粉 ごま, 上白糖	醤油 醤油
		10 ・ヨーグルト ・麦茶	プレーンヨーグルト		上白糖	麦茶
		3 ・さつま芋の甘煮 ・麦茶			さつま芋, 上白糖	麦茶

献立種類	(店)離乳後期					離乳初期				
	エネルギーkcal	たんぱく質	脂質	炭水化物	カルシウム	エネルギーkcal	たんぱく質	脂質	炭水化物	カルシウム
平均栄養価	277 kcal	10.2 g	4.1 g	52.0 g	103 mg	24 kcal	0.7 g	0.0 g	5.5 g	9 mg
基準値	0 kcal	0.0 g	0.0 g	0.0 g	0 mg	0 kcal	0.0 g	0.0 g	0.0 g	0 mg



予定献立表【完了】

日	曜日	料理名	ざいりょう			その他
			赤：血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	緑：からだの調子を整えるもの 野菜類・藻類・くだもの類	黄：力や体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	
2	月	昼 ・完了ごはん(80g) ・蒸し鶏 ・小松菜のごま和え ・みそ汁	鶏ささみ、かつお節 だし昆布 だし昆布、かつお節、味噌 油揚げ	白菜、小松菜、人参 玉ねぎ、しめじ	米 片栗粉 上白糖、ごま	醤油 醤油
		10 ・ソフト小魚せん ・麦茶			ソフト小魚せん	麦茶
		3 ◇米粉マフィン ・麦茶	調整豆乳		米粉パウダー、サラダ油 上白糖	麦茶
3	火	昼 ・そばろ粥 ・さかなの煮付け ・すまし汁 ・ひな祭りゼリー	鶏ひき肉 鱈 だし昆布、かつお節、わかめ	きぬさや しめじ	米、上白糖 上白糖、片栗粉 三色花ゼリー	醤油 醤油 醤油、塩
		10 ・がんばれ野菜家族 ・麦茶			ハイハイ	麦茶
		3 ・蒸しパン ・麦茶	調整豆乳		ホットケーキミックス 上白糖	麦茶
4	水	昼 ・完了ごはん(80g) ・豆腐のそばろあんかけ ・中華サラダ ・チンゲン菜スープ	鶏ひき肉、木綿豆腐 かつお節、だし昆布、味噌 かつお節、だし昆布	玉ねぎ、人参 もやし、ブロッコリー コーン 人参、ちんげん菜	米 サラダ油、上白糖、片栗粉	醤油 醤油、塩
		10 ・マンナビスケット ・麦茶			マンナビスケット	麦茶
		3 ・ホットケーキ ・麦茶	調整豆乳		ホットケーキミックス	麦茶
5	木	昼 ・完了ごはん(80g) ・じゃが芋のケチャップ煮 ・キャベツサラダ ・バナナヨーグルト	豚ひき肉、だし昆布 プレーンヨーグルト	玉ねぎ、人参 キャベツ、小松菜 バナナ	米 じゃが芋、サラダ油、上白糖 片栗粉 上白糖	トマトケチャップ 塩
		10 ・マンナウエハース ・麦茶			マンナウエハース	麦茶
		3 ・食パン ・麦茶			食パン	麦茶
6	金	昼 ・煮込みうどん ・しらすと小松菜のり ・バナナ	鶏ひき肉、だし昆布 かつお節 しらす干し、のり	大根、長ねぎ 小松菜、白菜 バナナ	うどん、上白糖、片栗粉	醤油 醤油
		10 ・ふかしじゃが芋 ・麦茶			じゃが芋	麦茶
		3 ・わかめ雑炊 ・麦茶	かつお節、だし昆布、わかめ		米	醤油 麦茶
7	土	昼 ・そばろ粥(全粥～軟飯80) ・ひじきと白菜のおかか和え ・みそ汁	豚ひき肉 芽ひじき、かつお節 だし昆布、かつお節、味噌	玉ねぎ、人参 白菜、人参 いんげん	米、上白糖 上白糖 じゃが芋	醤油 醤油
		10 ・マンナウエハース ・麦茶			マンナウエハース	麦茶
		3 ・がんばれ野菜家族 ・麦茶			ハイハイ	麦茶
9	月	昼 ・あんかけ粥(全粥～軟飯80) ・ふかしかぼちゃ ・みそ汁 ・りんご	豚ひき肉 だし昆布、かつお節、味噌	白菜、人参、きぬさや かぼちゃ 大根、小松菜 りんご	米、上白糖、片栗粉	醤油
		10 ・ハイハイ ・麦茶			ハイハイ	麦茶
		3 ・ふかしさつま芋のきなこかけ ・麦茶	きな粉		さつまいも、上白糖	麦茶
10	火	昼 ・完了ごはん(80g) ・鶏のケチャップ煮 ・ブロッコリー ・やさいスープ ・バナナ	鶏ささみ	玉ねぎ、人参 ブロッコリー 玉ねぎ、人参 バナナ	米 上白糖 じゃが芋	トマトケチャップ、塩 コンソメ、塩
		10 ・マンナウエハース ・麦茶			マンナウエハース	麦茶
		3 ・ヨーグルト ・麦茶	プレーンヨーグルト		上白糖	麦茶
11	水	昼 ・ジャージャー粥 ・わかめの和え物 ・すまし汁	豚ひき肉、味噌 わかめ だし昆布、かつお節	玉ねぎ、人参、きゅうり キャベツ 白菜、人参、万能ねぎ	米、上白糖、片栗粉 上白糖	醤油 醤油 醤油、塩
		10 ・ソフト塩せん ・麦茶			ソフト塩せん	麦茶
		3 ・ヨーグルト ・麦茶	プレーンヨーグルト		上白糖	麦茶
12	木	昼 ・スティックパン ・鶏肉と野菜のミルク煮 ・ツナ大根サラダ	鶏ささみ、牛乳 ツナフレーク水煮	人参、玉ねぎ、しめじ 大根、きゅうり、人参	食パン じゃが芋 上白糖、ごま	塩 醤油
		10 ・ふかしさつま芋 ・麦茶			さつまいも	麦茶
		3 ・オレンジゼリー ・麦茶			みかんゼリー	麦茶
13	金	昼 ・完了ごはん(80g) ・蒸し鶏 ・キャベツサラダ ・みそ汁	鶏ささみ、かつお節 だし昆布 だし昆布、かつお節、味噌	キャベツ、人参、きゅうり 玉ねぎ、万能ねぎ	米 片栗粉 上白糖 じゃが芋	醤油 醤油
		10 ・ヨーグルト ・麦茶	プレーンヨーグルト		上白糖	麦茶
		3 ・きなこ食パン ・麦茶	きな粉		食パン、上白糖	麦茶
14	土	昼 ・完了ごはん(80g) ・豆腐のそばろ煮 ・ほうれん草サラダ ・わかめスープ	豚ひき肉、木綿豆腐 かつお節、だし昆布 わかめ	玉ねぎ、人参 ほうれん草、白菜、人参 玉ねぎ、人参	米 上白糖、片栗粉	醤油 醤油 鶏がらスープ、塩
		10 ・ソフト小魚せん ・麦茶			ソフト小魚せん	麦茶
		3 ・ぶどうゼリー/50g ・麦茶			ぶどうゼリー	麦茶

