



# 予定献立表

①卵, ②乳, ④そば, ⑤落花生, ⑥えび, ⑦かに, H:くるみ, T:バナナ, E:カシュー, ◎アモンド, G:いくら, 他1

認定こども園あおぞら北

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	
1	月	昼 ・ごはん ・タラのカレーマヨ焼き ・もやしと胡瓜のさっぱり和え ・みそ汁	助宗だら だし昆布, かつお節, 味噌	もやし, きゅうり, 人参 しめじ, 玉ねぎ, かぼちゃ	米 上白糖	マヨネーズ風, カレー粉 酢, 醤油
		10 ・星たべよ ・牛乳	②牛乳		星食べよ	
		3 ・たこ焼き ・麦茶	かつお節, あおさ粉		①たこ焼き, サラダ油	麦茶
2	火	昼 ・ごはん ・チキンと夏やさいオープン焼き	鶏肉 調整豆乳	にんにく, なす, 赤パプリカ ブロッコリー キャベツ, 玉ねぎ, 人参 オレンジ	米 じゃが芋, サラダ油	料理酒, 醤油, 塩 ②シチュー顆粒
		10 ・豆乳チャウダー ・オレンジ	②牛乳		②マリー	
		3 ・マリービスケット ・牛乳 ・フルーツヨーグルト ・麦茶	②プレーンヨーグルト	みかん缶, パイン缶	上白糖	麦茶
3	水	昼 ・ごはん ・豚肉と大根のねぎ塩炒め	豚肉 あおさ粉 だし昆布, かつお節, 味噌 わかめ	大根, 長ねぎ, 人参 万能ねぎ かぼちゃ 白菜, もやし	米 サラダ油, 片栗粉 片栗粉, サラダ油	鶏がらスープ, 醤油, 塩 塩
		10 ・カルシウムウエハース ・麦茶				①②カルシウムウエハース 麦茶
		3 ・米粉ピーチマフィン	調整豆乳	人参, 黄桃缶	米粉パウダー, 上白糖 サラダ油	
4	木	昼 ・牛乳 ・ごはん ・甘辛肉団子 ・切干大根サラダ ・みそ汁 ・グレープフルーツ	鶏肉団子 だし昆布, かつお節, 味噌	ブロッコリー 小松菜, 切干大根, 人参 万能ねぎ, えのき グレープフルーツ	米 上白糖, 片栗粉 上白糖, ごま油 じゃが芋	醤油 酢, 醤油
		10 ・ばりんこ ・麦茶			ばりんこ	麦茶
		3 いちごクレープ ・牛乳	②牛乳		クレープいちご	
5	金	昼 ・焼きそば ・鶏のから揚げ ・冷やしきゅうり ・チョコバナナ ・スティックゼリー	豚肉, あおさ粉 鶏肉	キャベツ, 玉ねぎ, 人参 しょうが きゅうり浅漬け バナナ	中華麺 片栗粉, サラダ油	焼きそばソース 醤油, みりん風
		10 ・麦茶			チョコレート ぶどうゼリー	麦茶
		3 ・すずかステラ ・すいか ・牛乳	②牛乳	すいか	①カステラ	
6	土	昼 ・ツナサンド ・花野菜サラダ	ツナフレーク水煮	玉ねぎ ブロッコリー カリフラワー 玉ねぎ, 人参, トマトビュレ	②食パン 上白糖, サラダ油	マヨネーズ風 酢, 塩
		10 ・ミネストローネスープ ・ばかうけ ・麦茶	ポークウィンナー		じゃが芋 ばかうけ (青のり)	コンソメ, 塩 麦茶
		3 ・ココアワッフル ・牛乳	②牛乳		①②ココアワッフル	
8	月	昼 ・ごはん ・中華風肉団子	鶏肉団子 紅蒲鉾, わかめ	玉ねぎ, 赤パプリカ 黄パプリカ 白菜 ちんげん菜, コーン しいたけ	米 サラダ油, 上白糖, 片栗粉 ごま油, 上白糖	鶏がらスープ, 酢 トマトケチャップ, 醤油 醤油, 酢 鶏がらスープ, 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 ・おさつまフィン	調整豆乳		ホットケーキミックス サラダ油, 上白糖 さつまいも	
9	火	昼 ・牛乳 ・豚肉ごまだれ丼	②牛乳 豚肉	玉ねぎ, ごぼう, しょうが ピーマン 白菜, 人参	米, サラダ油, 上白糖, ごま 上白糖	醤油, みりん風 醤油, みりん風
		10 ・高野豆腐の煮物 ・みそ汁 ・りんご	高野豆腐, かつお節 だし昆布, かつお節, 味噌	もやし, えのき, いんげん りんご	じゃが芋	
		3 ・ふかしじゃが芋 ・牛乳 ・みたらしまカロニ	②牛乳		カールマカロニ, 上白糖 片栗粉	醤油
10	水	昼 ・牛乳 ・ロールパン ・ウィンナー ・キャベツと人参のラペ	ポークウィンナー	人参, キャベツ, コーン レモン 玉ねぎ, 人参, ブロッコリー バナナ	①②バターロール サラダ油, 上白糖	トマトケチャップ 塩
		10 ・クリームシチュー ・バナナ	鶏肉		じゃが芋, サラダ油	コンソメ, ②シチュー顆粒
		3 ・クラッカー ・牛乳 ・お麩ラスク ・牛乳	②牛乳		ルヴァンクラッカー	
11	木	昼 ・ごはん ・豚と白菜の甘辛炒め ・炒り豆腐 ・すまし汁	豚肉 芽ひじき, 木綿豆腐 だし昆布, かつお節, わかめ	白菜, 人参, 万能ねぎ 人参, いんげん 白菜, ほうれん草	米 サラダ油, 上白糖, ごま油 サラダ油, 上白糖	醤油 醤油 醤油, 塩
		10 ・ヨーグルト ・麦茶	②ヨーグルト			麦茶
		3 ・お野菜ドーナツ	調整豆乳		ホットケーキミックス 野菜生活100, サラダ油 粉糖	
12	金	昼 ・牛乳 ・ごはん ・照り焼きチキン ・ツナとブロッコリーの和えもの ・根菜汁	②牛乳 鶏肉 ツナフレーク水煮 だし昆布, かつお節, 味噌	ブロッコリー, 人参 大根, ごぼう, 人参 かぼちゃ	米 サラダ油, 上白糖	醤油, みりん風 酢, 塩
		10 ・ふかしかぼちゃ ・牛乳	②牛乳			
		3 ・もものフルーチェ ・麦茶	②牛乳	フルーツカゲル缶	フルーチェ	麦茶
13	土	昼 ・なす味噌丼 ・キャベツのり和え ・みそ汁	豚肉, 味噌 のり だし昆布, かつお節, 味噌	なす, 玉ねぎ, 人参 ピーマン キャベツ, きゅうり 切干大根, しめじ ほうれん草	米, ごま油, 上白糖	麦茶 醤油 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 ・ぼんち揚げ ・アンパンマンジュース		野菜とりんごジュース	アンパンマンせんべい	



予定献立表

①卵, ②乳, ④そば, ⑤落花生, ⑥えび, ⑦かに, H:くるみ, T:バナナ, E:カシュー, ◎7-アモンド, G:いくら, 他1

認定こども園あおぞら北

Main menu table with columns for date, meal type, ingredients, and allergen categories (Red, Green, Yellow, Other).

Nutritional summary table with columns for food type (Infant/Child, Infant) and nutrients (Energy, Protein, Fat, Calcium, Salt).



# 予定献立表(初期)

①卵, ②乳, ④そば, ⑤落花生, ⑥えび, ⑦かに, H:くるみ, T:バナナ, E:カシュー, ◎アモンド, C:いくら, 他1

認定こども園あおぞら北

日	時	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	
1月	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	
2火	昼	・初期粥(おもゆ~5分粥50g) ・マッシュポテト ・ブロッコリーペースト		ブロッコリー	米 じゃが芋	
3水	昼	・初期粥(おもゆ~5分粥50g) ・かぼちゃペースト ・白菜ペースト		かぼちゃ 白菜	米	
4木	昼	・初期粥(おもゆ~5分粥50g) ・しらすペースト ・小松菜ペースト	しらす干し	小松菜	米	
5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	
6土	昼	・初期粥(おもゆ~5分粥50g) 白身魚ペースト ・ブロッコリーペースト	助宗だら	ブロッコリー	米	
8月	昼	・初期粥(おもゆ~5分粥50g) ・しらすペースト ・白菜ペースト	しらす干し	白菜	米	
9火	昼	・初期粥(おもゆ~5分粥50g) ・かぼちゃペースト ・ほうれん草ペースト		かぼちゃ ほうれん草	米	
10水	昼	・初期粥(おもゆ~5分粥50g) ・豆腐ペースト ・キャベツペースト	絹豆腐	キャベツ	米	
11木	昼	・初期粥(おもゆ~5分粥50g) ・マッシュポテト ・人参ペースト		人参	米 じゃが芋	
12金	昼	・初期粥(おもゆ~5分粥50g) ・しらすペースト ・ブロッコリーペースト	しらす干し	ブロッコリー	米	
13土	昼	・初期粥(おもゆ~5分粥50g) ・豆腐ペースト ・キャベツペースト	絹豆腐	キャベツ	米	
15月	昼	・初期粥(おもゆ~5分粥50g) 白身魚ペースト ・白菜ペースト	助宗だら	白菜	米	
16火	昼	・初期粥(おもゆ~5分粥50g) ・マッシュポテト ・人参ペースト		人参	米 じゃが芋	
17水	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	
18木	昼	・初期粥(おもゆ~5分粥50g) ・さつま芋ペースト ・人参ペースト		人参	米 さつま芋	
19金	昼	・初期粥(おもゆ~5分粥50g) ・かぼちゃペースト ・キャベツペースト		かぼちゃ キャベツ	米	
20土	昼	・初期粥(おもゆ~5分粥50g) ・しらすペースト ・キャベツペースト	しらす干し	キャベツ	米	
22月	昼	・初期粥(おもゆ~5分粥50g) 白身魚ペースト ・ブロッコリーペースト	助宗だら	ブロッコリー	米	
23火	昼	・初期粥(おもゆ~5分粥50g) ・マッシュポテト ・だいこんペースト		大根	米 じゃが芋	
24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	
25木	昼	・初期粥(おもゆ~5分粥50g) ・しらすペースト ・キャベツペースト	しらす干し	キャベツ	米	
26金	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	
27土	昼	・初期粥(おもゆ~5分粥50g) ・豆腐ペースト ・白菜ペースト	絹豆腐	白菜	米	
29月	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	
30火	昼	・初期粥(おもゆ~5分粥50g) ・しらすペースト ・ブロッコリー	しらす干し	ブロッコリー	米	

献立種類	(店) 離乳初期					(店) 離乳初期				
	エネルギーkcal	たんぱく質	脂質	カルシウム	食塩相当量	エネルギーkcal	たんぱく質	脂質	カルシウム	食塩相当量
栄養素	32 kcal	2.0 g	0.2 g	16 mg	0.1 g	32 kcal	2.0 g	0.2 g	16 mg	0.1 g
平均栄養価	32 kcal	2.0 g	0.2 g	16 mg	0.1 g	32 kcal	2.0 g	0.2 g	16 mg	0.1 g
基準値	0 kcal	0.0 g	0.0 g	0 mg	0.0 g	0 kcal	0.0 g	0.0 g	0 mg	0.0 g





# 予定献立表(中期)

①卵, ②乳, ④そば, ⑤落花生, ⑥えび, ⑦かに, H:くるみ, T:バナナ, E:カシュー, ◎7-モト, G:いくら, 他1

認定こども園あおぞら北

日	曜日	料理名	さいりょう			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	火	昼 ・そばろ粥(5分粥~全粥80g) ・ポテトサラダ ・バナナ	鶏ひき肉	玉ねぎ きゅうり, 人参 T:バナナ	米 じゃが芋	
		10 ・ソフト小魚せん ・麦茶			ソフト小魚せん	麦茶
		3 ・きなこパン粥 ・麦茶	きな粉		②食パン	麦茶
17	水	昼 ・中期粥(5分粥~全粥80g) ・鶏肉と玉ねぎの煮もの ・ほうれん草の白和え	鶏ひき肉, かつお節 だし昆布 木綿豆腐	玉ねぎ ほうれん草, 人参	米 上白糖, 片栗粉	醤油
		10 ・がんばれ野菜家族 ・麦茶			ハイハイ	麦茶
		3 ・煮込みうどん 離乳後	鶏ひき肉, だし昆布 かつお節	ほうれん草, 人参	うどん, 片栗粉	麦茶
18	木	昼 ・中期粥(5分粥~全粥80g) ・鶏肉の煮物 ・さつま芋のサラダ ・オレンジ	鶏ひき肉, かつお節 だし昆布	玉ねぎ, 人参 きゅうり, 人参 オレンジ	米 片栗粉 さつま芋	
		10 ・ハイハイ ・麦茶			ハイハイ	麦茶
		3 ・バナナ ・麦茶		T:バナナ		麦茶
19	金	昼 ・中期粥(5分粥~全粥80g) ・鶏肉と白菜の煮物	鶏ひき肉, かつお節 だし昆布	白菜, 玉ねぎ, 人参 かぼちゃ	米 片栗粉	
		10 ・ふかしかぼちゃ ・がんばれ野菜家族 ・麦茶			ハイハイ	麦茶
		3 ・パン粥 ・麦茶			②食パン	麦茶
20	土	昼 ・パン粥 ・蒸し鶏	鶏ささみ, かつお節 だし昆布		②食パン 片栗粉	
		10 ・キャベツサラダ ・ハイハイ ・麦茶		キャベツ, 人参	ハイハイ	麦茶
		3 ・ソフト小魚せん ・麦茶			ソフト小魚せん	麦茶
22	月	昼 ・中期粥(5分粥~全粥80g) ・ブロッコリーのそばろ煮	鶏ひき肉, かつお節 だし昆布	ブロッコリー, 玉ねぎ 大根, 人参 オレンジ	米 片栗粉	
		10 ・大根の和え物 ・オレンジ(房取) ・ふかしさつま芋 ・麦茶			さつまいも	麦茶
		3 ・ヨーグルト ・麦茶	②プレーンヨーグルト			麦茶
23	火	昼 ・中期粥(5分粥~全粥80g) ・鶏肉じゃが	鶏ひき肉, かつお節 だし昆布	玉ねぎ, 人参 大根, きゅうり	米 じゃが芋, 片栗粉	
		10 ・大根ときゅうりの和え物 ・ハイハイ ・麦茶			ハイハイ	麦茶
		3 ・パン粥 ・麦茶			②食パン	麦茶
24	水	昼 ・煮込みうどん	鶏ひき肉, かつお節 だし昆布	なす, 玉ねぎ ブロッコリー オレンジ	うどん	
		10 ・ブロッコリー ・オレンジ(房取) ・ソフト小魚せん ・麦茶			ソフト小魚せん	麦茶
		3 ・ほうれん草粥 ・麦茶		人参, ほうれん草	米	麦茶
25	木	昼 ・中期粥(5分粥~全粥80g) ・鶏と野菜の煮物	鶏ひき肉	キャベツ, 玉ねぎ, 人参 ピーマン ちんげん菜, 人参	米	
		10 ・チンゲン菜の和え物 ・ヨーグルト ・麦茶	②プレーンヨーグルト			麦茶
		3 ・ふかしじゃが芋 ・麦茶			じゃが芋	麦茶
26	金	昼 ・中期粥(5分粥~全粥80g) ・さかなの煮付け ・鶏ささみの煮物	助宗だら, かつお節 だし昆布 鶏ささみ, かつお節 だし昆布	玉ねぎ	米 片栗粉 片栗粉	
		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
27	土	昼 ・中期粥(5分粥~全粥80g) ・鶏肉のあんこじ	鶏ひき肉, かつお節 だし昆布	玉ねぎ, 人参 小松菜, 人参	米 片栗粉	
		10 ・小松菜の和え物 ・ハイハイ ・麦茶			ハイハイ	麦茶
		3 ・がんばれ野菜家族 ・麦茶			ハイハイ	麦茶
29	月	昼 ・そばろ粥(5分粥~全粥80g) ・チンゲン菜の和え物 ・バナナ	鶏ひき肉	小松菜, 玉ねぎ, 人参 ちんげん菜, 白菜, 人参 T:バナナ	米	
		10 ・ソフト小魚せん ・麦茶			ソフト小魚せん	麦茶
		3 ・ふかしじゃが芋 ・麦茶			じゃが芋	麦茶
30	火	昼 ・中期粥(5分粥~全粥80g) ・鶏肉と大根の煮物	鶏ひき肉, かつお節 だし昆布	大根, 人参 ブロッコリー	米 片栗粉	
		10 ・ブロッコリー ・ハイハイ ・麦茶			ハイハイ	麦茶
		3 ・きなこパン粥 ・麦茶	きな粉		②食パン	麦茶

献立種類	(店)離乳中期					(店)離乳中期				
	エネルギーkcal	たんぱく質	脂質	カルシウム	食塩相当量	エネルギーkcal	たんぱく質	脂質	カルシウム	食塩相当量
栄養素										
平均栄養価	182 kcal	7.8 g	2.9 g	83 mg	0.2 g	182 kcal	7.8 g	2.9 g	83 mg	0.2 g
基準値	0 kcal	0.0 g	0.0 g	0 mg	0.0 g	0 kcal	0.0 g	0.0 g	0 mg	0.0 g



予定献立表(後期)

①卵, ②乳, ④そば, ⑤落花生, ⑥えび, ⑦かに, H:くるみ, T:バナナ, E:カシュー, ◎7-mond, C:いくら, 他

認定こども園あおぞら北

Table with columns: 日, 曜日, 料理名, 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: カや体温となるもの (穀類・油脂類・砂糖類・いも類), その他. Rows include dates from 1月 to 13月 with specific menu items and ingredients.



予定献立表(後期)

①卵, ②乳, ④そば, ⑤落花生, ⑥えび, ⑦かに, H:くるみ, T:バナナ, E:カシュー, ◎アモンド, C:いくら, 他

認定こども園あおぞら北

Main menu table with columns for Date, Day, Meal, Dish Name, and categorized ingredients (Red, Green, Yellow, Other).

Nutritional summary table with columns for Dish Type, Energy, Protein, Fat, Calcium, and Salt Equivalent.



# 予定献立表(完了期)

①卵、②乳、④そば、⑤落花生、⑥えび、⑦かに、H:くるみ、T:バナナ、E:カシュー、⑦A-モンド、C:いくら、他1

認定こども園あおぞら北

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: カや体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	
1	月	昼 完了ごはん(80g) さかなの煮付け 離乳後 もやしと胡瓜の和え物 みそ汁(離乳食用) ソフト小魚せん 麦茶	助宗だら、かつお節 だし昆布	もやし、きゅうり、人参 しめじ、玉ねぎ、かぼちゃ	米 上白糖、片栗粉	醤油 醤油
		10 ふかしさつま芋 麦茶			ソフト小魚せん	麦茶
		3 ふかしさつま芋 麦茶			さつまいも	麦茶
2	火	昼 完了ごはん(80g) チキンと夏やさいの煮物 やさいスープ(離乳食用) オレンジ(房取) マンナビスケット 麦茶	鶏ひき肉、かつお節 だし昆布 かつお節、だし昆布	なす、赤パプリカ ブロッコリー キャベツ、玉ねぎ、人参 オレンジ	米 じゃが芋、上白糖、片栗粉	醤油 醤油、塩
		10 ヨーグルト 麦茶	②プレーンヨーグルト		②マンナビスケット	麦茶
		3 ヨーグルト 麦茶			上白糖	麦茶
3	水	昼 完了ごはん(80g) 豚肉のあんとし ふかしかぼちゃ みそ汁(離乳食用)	豚ひき肉、かつお節 だし昆布	玉ねぎ、人参、万能ねぎ かぼちゃ 白菜、もやし	米 上白糖、片栗粉	醤油
		10 マンナウエハース 麦茶			②マンナウエハース	麦茶
		3 米粉きなこマフィン 麦茶	きな粉、調整豆乳		米粉パウダー、サラダ油 上白糖	麦茶
4	木	昼 完了ごはん(80g) 蒸し鶏 小松菜サラダ みそ汁 グレープフルーツ ソフト塩せん 麦茶	鶏ささみ、かつお節 だし昆布 だし昆布、かつお節、味噌	ブロッコリー 小松菜、人参 万能ねぎ グレープフルーツ	米 片栗粉 上白糖 じゃが芋	醤油 醤油
		10 ふかしさつま芋 麦茶			ソフト塩せん	麦茶
		3 ふかしさつま芋 麦茶			さつまいも	麦茶
5	金	昼 煮込みうどん 離乳後 きゅうりと人参のサラダ バナナ	鶏ひき肉、だし昆布 かつお節	キャベツ、玉ねぎ きゅうり、人参 T:バナナ	うどん、上白糖、片栗粉 上白糖	醤油 醤油
		10 スティックゼリー 麦茶			ぶどうゼリー	麦茶
		3 ヨーグルト 麦茶	②プレーンヨーグルト		上白糖	麦茶
6	土	昼 ツナサンド ブロッコリーサラダ	ツナフレーク水煮 かつお節、だし昆布	玉ねぎ ブロッコリー カリフラワー 玉ねぎ、人参	②食パン	醤油 塩
		10 すまし汁(離乳食用) がんばれ野菜家族 麦茶	かつお節、だし昆布		じゃが芋 ハイハイ	醤油、塩 麦茶
		3 マンナビスケット 麦茶			②マンナビスケット	麦茶
8	月	昼 完了ごはん(80g) 鶏ささみの煮物 白菜サラダ チンゲン菜スープ(離乳食用) ソフト小魚せん 麦茶	鶏ささみ、かつお節 だし昆布 かつお節、だし昆布	玉ねぎ、赤パプリカ 黄パプリカ 白菜、ほうれん草 ちんげん菜、人参	米 上白糖、片栗粉	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 おさつまフィン 麦茶	調整豆乳		ホットケーキミックス サラダ油、上白糖、さつま芋	麦茶
9	火	昼 完了ごはん(80g) 豚肉のごま煮 ふかしかぼちゃ みそ汁(離乳食用) 煮りんご ふかしじゃが芋 麦茶	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、ピーマン かぼちゃ もやし、いんげん りんご	米 上白糖、片栗粉、ごま	醤油
		10 ふかしじゃが芋 麦茶			じゃが芋	麦茶
		3 みたらしまカロニ 麦茶			カールマカロニ、上白糖 片栗粉	醤油 麦茶
10	水	昼 食パン 鶏のケチャップ煮 キャベツと人参のサラダ ミルクスープ バナナ マンナビスケット 麦茶	鶏ささみ、かつお節 だし昆布 かつお節、だし昆布、②牛乳	人参、キャベツ 玉ねぎ、ブロッコリー T:バナナ	②食パン 上白糖、片栗粉 じゃが芋	トマトケチャップ 塩、塩
		10 マンナビスケット 麦茶			②マンナビスケット	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
11	木	昼 完了ごはん(80g) 豚と大根のうま塩炒め 煮奴 すまし汁(離乳食用) ヨーグルト 麦茶	豚ひき肉、かつお節 だし昆布 木綿豆腐、かつお節 かつお節、だし昆布 ②プレーンヨーグルト	大根、長ねぎ、人参、にら 人参 白菜、ほうれん草	米 片栗粉 上白糖	醤油 醤油、塩
		10 ヨーグルト 麦茶	調整豆乳		上白糖	麦茶
		3 さつまいも蒸しパン 麦茶			ホットケーキミックス さつまいも、上白糖 サラダ油	麦茶
12	金	昼 完了ごはん(80g) 蒸し鶏 ブロッコリーの煮物 みそ汁(離乳食用) ふかしかぼちゃ 麦茶	鶏ささみ、かつお節 だし昆布 かつお節、だし昆布 かつお節、だし昆布、味噌	ブロッコリー、人参 大根、人参 かぼちゃ	米 片栗粉 上白糖、片栗粉	醤油 醤油
		10 ふかしかぼちゃ 麦茶				麦茶
		3 バナナ 麦茶			T:バナナ	麦茶
13	土	昼 完了ごはん(80g) なすの味噌煮 キャベツのり和え みそ汁(離乳食用) ソフト小魚せん 麦茶	豚ひき肉、味噌 のり かつお節、だし昆布、味噌	なす、玉ねぎ、人参 ピーマン キャベツ、きゅうり しめじ、人参	米 上白糖	醤油 醤油
		10 ソフト小魚せん 麦茶			ソフト小魚せん	麦茶
		3 がんばれ野菜家族 麦茶			ハイハイ	麦茶
15	月	昼 完了ごはん(80g) さかなの煮付け なすの煮物 みそ汁(離乳食用) バナナ	助宗だら、かつお節 だし昆布 かつお節、だし昆布 かつお節、だし昆布、味噌	なす、白菜、人参、ピーマン 玉ねぎ、万能ねぎ T:バナナ	米 上白糖、片栗粉 上白糖、片栗粉	醤油 醤油
		10 ハイハイ 麦茶			ハイハイ	麦茶
		3 ふかしじゃが芋 麦茶			じゃが芋	麦茶



予定献立表(完了期)

①卵、②乳、④そば、⑤落花生、⑥えび、⑦かに、H:くるみ、T:バナナ、E:カシュー、⑩ア-モンド、O:いくら、他1

認定こども園あおぞら北

Main table with columns for Date, Day, Meal Name, and ingredients categorized by color: Red (魚類・肉類・豆類・乳類・卵類), Green (野菜類・藻類・くだもの類), Yellow (穀類・油脂類・砂糖類・いも類), and Other (その他).

Summary table showing nutritional values for (店)完了食, including Energy (kcal), Protein (たんぱく質), Fat (脂質), Calcium (カルシウム), and Sodium (食塩相当量).