



日 曜	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)				10時おやつ 3時おやつ	栄養価
		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 (日)							エネルギー kcal たんぱく質 g 脂質 g カルシウム mg
02 (月)	マーボー豆腐 ●米飯 ブロッコリーのツナあえ ●さつまいものレモン煮 バナナ なめこ汁	米、サンドイッチパン、砂糖、さつまいも	牛乳、絹ごし豆腐、生クリーム、ツナ油漬缶、白みそ、豚ひき肉、◎いわし(煮干し)	バナナ、だいごん、もも缶(白桃)、ブロッコリー、なめこ、にんじん、キウイフルーツ、ねぎ、レモン果汁	めんつゆ・3倍濃縮	●スキムミルク ●かっぱえびせん 牛乳 手巻きロールサンド(手作り)	エネルギー 583 kcal たんぱく質 21.2 g 脂質 20.1 g カルシウム 246 mg
03 (火)	チーズオムレツ ●米飯 ジャーマンポテト ●えのきのしょうゆ煮 オレンジ コンソメスープ	米、じゃがいも、油	卵、カルピス、ウインナーソーセージ、ベーコン、牛乳、とろけるチーズ	オレンジ、たまねぎ、キャベツ、にんじん、ピーマン、マッシュルーム(水煮)、えのきたけ	ケチャップ、洋風だし、食塩、めんつゆ・3倍濃縮	●スキムミルク カルピス 揚げ菓子	エネルギー 593 kcal たんぱく質 19.7 g 脂質 22.4 g カルシウム 144 mg
04 (水)	鶏肉のマーマレード焼き(付/トマト) 白菜汁 キャベツ炒め ●米飯 鮭フレーク ●ふりかけ りんご	米、油、砂糖	鶏もも肉、脱脂粉乳、ちくわ、しろさけ(焼)、白みそ、油揚げ、◎いわし(煮干し)	キャベツ、りんご、はくさい、トマト、もやし、にんじん、マーマレード	しょうゆ	●スキムミルク ミロ入りスキムミルク 米菓子	エネルギー 532 kcal たんぱく質 33.2 g 脂質 8.5 g カルシウム 424 mg
05 (木)	白身魚のフライ ●米飯 切り昆布炒め ●煮豆 キウイフルーツ 大根のミルクスープ	米、パン粉、油、小麦粉	牛乳、メルルーサ、調製豆乳、ベーコン、さつま揚げ、卵、うずら豆(煮豆)	キウイフルーツ、だいごん、たまねぎ、こんぶ(煮物用)、にんじん、系こんにやく、しめじ、しいたけ、グリーンピース(冷凍)	しょうゆ、みりん、洋風だし	●スキムミルク ●ビスケット 牛乳 せんべい	エネルギー 561 kcal たんぱく質 23.2 g 脂質 16.5 g カルシウム 285 mg
06 (金)	赤魚の煮付け キャベツとわかめのみそ汁 五色和え ●米飯 のりの佃煮 ●たまごとうふ オレンジ	米、ホットケーキ粉、砂糖	牛乳、あかうお、卵、油揚げ、かつお節、卵豆腐、白みそ、◎いわし(煮干し)	オレンジ、もやし、こまつな、キャベツ、しめじ、にんじん、コーン(冷凍)、のり佃煮、カットわかめ、しょうが	しょうゆ、酒	●スキムミルク 牛乳 焼きドーナツ(手作り)	エネルギー 544 kcal たんぱく質 25.8 g 脂質 12.7 g カルシウム 288 mg
07 (土)	焼きうどん 肉しゅうまい バナナ 麦茶	ゆでうどん、油	豚肉(ばら)	オレンジジュース、バナナ、キャベツ、たまねぎ、にんじん	ウスターソース、しょうゆ	●スキムミルク オレンジジュース ウエハース	エネルギー 352 kcal たんぱく質 9.6 g 脂質 12.2 g カルシウム 43 mg
08 (日)							エネルギー kcal たんぱく質 g 脂質 g カルシウム mg
09 (月)	ささみカツ(付/トマト) ●米飯 じゃこサラダ ●煮豆 オレンジ 大根となめこの味噌汁	米、パン粉、小麦粉、油	鶏ささ身、脱脂粉乳、卵、白みそ、しらす干し、◎いわし(煮干し)、かつお節、うずら豆(煮豆)	オレンジ、キャベツ、だいごん、トマト、なめこ、きゅうり、にんじん、刻みのり	濃厚ソース、酢、しょうゆ	●スキムミルク ●とんがりコーン スキムミルク せんべい	エネルギー 531 kcal たんぱく質 34.9 g 脂質 7.5 g カルシウム 426 mg
10 (火)	鮭の塩焼き わかめ汁 ひじき煮 ●米飯 五目納豆 ●ポークピッツ みかん缶	米	ヨーグルト(加糖)、さけ(塩)、絹ごし豆腐、納豆、白みそ、ゆで大豆、油揚げ、スライスチーズ、魚肉ソーセージ、◎いわし(煮干し)、ウインナーソーセージ	みかん缶、系こんにやく、にんじん、きゅうり、ひじき、カットわかめ	酒、みりん、しょうゆ、めんつゆ・3倍濃縮	●スキムミルク ヨーグルト	エネルギー 452 kcal たんぱく質 25.2 g 脂質 10.8 g カルシウム 279 mg
11 (水)	親子煮 ●米飯 春雨の中華和え ●さつまいものレモン煮 バナナ もやしのみそ汁	米、はるさめ、砂糖、さつまいも	牛乳、卵、鶏もも肉(皮付き)、白みそ、ハム、なると、油揚げ、◎いわし(煮干し)	バナナ、たまねぎ、系こんにやく、にんじん、もやし、きゅうり、しいたけ、グリーンピース(冷凍)、ごま、レモン果汁	冷やし中華のたれ、しょうゆ、酒、みりん	●スキムミルク 牛乳 クッキー	エネルギー 592 kcal たんぱく質 23.7 g 脂質 18.3 g カルシウム 232 mg
12 (木)	肉じゃが ●米飯 かむカムサラダ ●ヨーグルト オレンジ とうふ汁	米、じゃがいも、ごま油、砂糖	牛乳、絹ごし豆腐、豚肉(肩ロース)、白みそ、さきいか、◎いわし(煮干し)、ヨーグルト(加糖)	オレンジ、たまねぎ、にんじん、系こんにやく、もやし、きゅうり、グリーンピース(冷凍)、切り干しだいごん、カットわかめ	めんつゆ・3倍濃縮、しょうゆ、酒、辛し(練り)	●スキムミルク ●かっぱえびせん 牛乳 揚げ煎餅	エネルギー 510 kcal たんぱく質 19.7 g 脂質 15.2 g カルシウム 240 mg
13 (金)	(ラーメンフェスタ) フルーツカクテル ★好きなラーメンを選ぶ★ 麦茶 しょうゆ・みそ・塩ラーメン 揚げぎょうざ	生中華めん、油	豚肉(肩ロース)、牛乳、なると	バナナ、キャベツ、もやし、たまねぎ、にんじん、パイン缶、西洋なし缶、もも缶(白桃)、みかん缶、コーン(冷凍)		●スキムミルク フルーチェ(いちご)	エネルギー 590 kcal たんぱく質 23.1 g 脂質 22.7 g カルシウム 121 mg
14 (土)	(発表会) キャラパンセット バナナ りんごジュース	強力粉、砂糖		りんごジュース、バナナ		●乳酸菌飲料 麦茶 ビスケット	エネルギー 537 kcal たんぱく質 13.0 g 脂質 7.4 g カルシウム 133 mg
15 (日)							エネルギー kcal たんぱく質 g 脂質 g カルシウム mg

日 曜	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)				10時おやつ	栄養価
		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	3時おやつ	
16 (月)	鮭のオーロラソースがけ 春雨スープ チップサラダ ●米飯 のりの佃煮 ●煮豆 パインヨーグルト	米、はるさめ、小麦粉、スナック菓子(ポテト系)、ごまドレッシング、マヨネーズ、油、バター	ヨーグルト(無糖)、さけ、脱脂粉乳、ベーコン、うずら豆(煮豆)	レタス、たまねぎ、パイン缶、トマト、きゅうり、にんじん、しいたけ、コーン(冷凍)、のり佃煮	ケチャップ、洋風だしの素	●スキムミルク ●ビスケット ミロ入りスキムミルク せんべい	エネルギー 593 kcal たんぱく質 26.6 g 脂質 15.0 g カルシウム 437 mg
17 (火)	おでん ●米飯 中華風たたききゅうり ●ミニゼリー 鮭フレーク バナナ	米、ごま油、砂糖	牛乳、卵、ウインナーソーセージ、ちくわ、生揚げ、しろさけ(焼)、油揚げ	バナナ、きゅうり、だいこん、板こんにゃく、ごま、かんてん(ゼリー状)	しょうゆ、酢、和風だしの素、食塩	●スキムミルク 牛乳 米菓子	エネルギー 591 kcal たんぱく質 24.5 g 脂質 25.2 g カルシウム 248 mg
18 (水)	ポークカレー 乳酸菌飲料 福神漬 ●米飯 コールスローサラダ ●ミニトマト オレンジ	米、じゃがいも、フレンチドレッシング(白)	牛乳、乳酸菌飲料、豚肉(もも)、ハム	オレンジ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、きゅうり、コーン缶、福神漬、ミニトマト	カレールウ	●スキムミルク 牛乳 焼き菓子	エネルギー 590 kcal たんぱく質 17.9 g 脂質 20.6 g カルシウム 220 mg
19 (木)	鶏のから揚げ ●米飯 マカロニサラダ ●たまごのしょうゆ煮 キウイフルーツ わかめスープ	米、マヨネーズ、マカロニ、片栗粉、油、砂糖	牛乳、鶏もも肉(皮付き)、絹ごし豆腐、ハム、卵	キウイフルーツ、きゅうり、みかん缶、ねぎ、カットわかめ、にんにく、しょうが	しょうゆ、みりん、中華だしの素、酒、かつお・昆布だし汁	●スキムミルク ●ビスケット 牛乳 米菓子	エネルギー 598 kcal たんぱく質 22.2 g 脂質 27.7 g カルシウム 171 mg
20 (金)	(冬至献立) 大根汁 れんこんと鶏肉の煮物 ●米飯 小松菜の揚げワントンサラダ ●納豆 みかん牛乳寒天	米、ホットケーキ粉、砂糖、ワントンの皮、無塩バター	牛乳、鶏もも肉(皮付き)、卵、白みそ、しらす干し、凍り豆腐、◎いわし(煮干し)、納豆	こまつな、なめこ、かぼちゃ、だいこん、みかん缶、板こんにゃく、にんじん、たけのこ(水煮缶)、ごぼう、しいたけ、れんこん、グリーンピース(冷凍)、粉かてん	しょうゆ、酒、みりん、和風だしの素	●スキムミルク 牛乳 かぼちゃパウンドケーキ(手作り)	エネルギー 573 kcal たんぱく質 22.7 g 脂質 16.4 g カルシウム 347 mg
21 (土)	五目うどん ちくわの磯辺揚げ バナナ 麦茶	干しうどん、てんぷら粉、油	カルピス、鶏もも肉(皮付き)、ちくわ、油揚げ	バナナ、にんじん、ねぎ、ごぼう、干ししいたけ、こんぶ(だし用)、あおさ	めんつゆ・3倍濃縮、しょうゆ	●スキムミルク カルピス 揚げ菓子	エネルギー 505 kcal たんぱく質 15.7 g 脂質 10.1 g カルシウム 81 mg
22 (日)							エネルギー kcal たんぱく質 g 脂質 g カルシウム mg
23 (月)	赤魚の塩焼き かき玉汁 切り干し大根の煮物 ●米飯 チーズ納豆 ●ポークビッツ もも缶	米、片栗粉	乳酸菌飲料ジョア、あこうだい、卵、納豆、スライスチーズ、油揚げ、ウインナーソーセージ	もも缶(白桃)、にんじん、ねぎ、切り干しだいこん	しょうゆ、和風だしの素、酒、みりん	●スキムミルク ●かっぱえびせん ジョア せんべい	エネルギー 457 kcal たんぱく質 20.8 g 脂質 8.7 g カルシウム 135 mg
24 (火)	雑穀米 豆乳豚汁 厚焼き玉子 ●かぼちゃの甘煮 ボイルウインナー オレンジ	七分つき米、サンドイッチパン、押麦、砂糖、油	牛乳、調製豆乳、卵、ウインナーソーセージ、豚肉(ばら)、白みそ、生クリーム、◎いわし(煮干し)	オレンジ、だいこん、はくさい、糸こんにゃく、にんじん、ねぎ、ごぼう(水煮)、いちごジャム、かぼちゃ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ	●スキムミルク 牛乳 ジャムホイップサンド(手作り)	エネルギー 595 kcal たんぱく質 21.5 g 脂質 25.3 g カルシウム 223 mg
25 (水)	(クリスマス行事食) フルーツポンチ リース型ピラフ コンソメスープ ミニグラタン	米、マカロニ、油、バター、片栗粉、小麦粉	アイスクリーム、鶏手羽、牛乳、ベーコン、とろけるチーズ	たまねぎ、バナナ、にんじん、もも缶(白桃)、キャベツ、みかん缶、パイン缶、西洋なし缶、ミックスベジタブル(冷凍)、にんにく、しょうが	洋風だしの素、しょうゆ、パセリ粉	●乳酸菌飲料 アイスクリーム	エネルギー 585 kcal たんぱく質 17.7 g 脂質 24.2 g カルシウム 191 mg
26 (木)	肉団子(付/レタス) ●米飯 パスタサラダ ●ふりかけ バナナ にら玉スープ	米、マカロニ・スパゲティ、ごまドレッシング	カルピス、卵、ハム	バナナ、レタス、きゅうり、にんじん、にら、すりごま、ごま	青じそドレッシング、中華だしの素、たまごふりかけ	●スキムミルク ●とんがりコーン カルピス せんべい	エネルギー 545 kcal たんぱく質 15.0 g 脂質 12.9 g カルシウム 84 mg
27 (金)	具だくさんシチュー 乳酸菌飲料 ロールパン ●ミニゼリー 温野菜サラダ みかん缶	ロールパン、さつまいも、じゃがいも、ごまドレッシング	乳酸菌飲料ジョア、乳酸菌飲料、牛乳、鶏もも肉、かにかまぼこ	みかん缶、たまねぎ、ブロッコリー、にんじん、しめじ、ほうれんそう、コーン(冷凍)、かんてん(ゼリー状)		●スキムミルク ジョア 焼き菓子	エネルギー 514 kcal たんぱく質 19.0 g 脂質 14.7 g カルシウム 203 mg
28 (土)	ミートソーススパゲティ ナゲット バナナ 麦茶	スパゲティ、小麦粉、バター、オリーブ油	チキンナゲット、豚ひき肉	ぶどう天然果汁、バナナ、たまねぎ、にんじん、グリーンピース(冷凍)	中濃ソース、ケチャップ	●スキムミルク ぶどうジュース 米菓子	エネルギー 485 kcal たんぱく質 17.6 g 脂質 14.9 g カルシウム 56 mg
29 (日)							エネルギー kcal たんぱく質 g 脂質 g カルシウム mg
30 (月)							エネルギー kcal たんぱく質 g 脂質 g カルシウム mg
31 (火)							エネルギー kcal たんぱく質 g 脂質 g カルシウム mg

# 12 離乳食

## こんだて

# 表

完了期



令和6年度  
社会福祉法人みちのく会  
舞戸子の星こども園

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
	軟飯 とうふの豚そぼろあんかけ ブロッコリーと人参の和え物 さつまいも煮 バナナ 大根汁	軟飯 ささみと野菜の煮物 キャベツの玉子とじ じゃがいもの塩煮 オレンジ 野菜スープ	軟飯 キャベツのトマト煮込み 白菜と人参のあんかけ りんご煮 みそ汁	軟飯 白身魚と野菜の煮込み 大根のやわらか煮 キウイフルーツ 野菜スープ	軟飯 白身魚とキャベツの煮付け さつまいものやわらか煮 オレンジ みそ汁	五目うどん ブロッコリーの煮物 バナナ 麦茶
	離乳食用菓子 麦茶	離乳食用菓子 麦茶	離乳食用菓子 麦茶	離乳食用菓子 麦茶	離乳食用菓子 麦茶	離乳食用菓子 麦茶
8	9	10	11	12	13	14
	軟飯 ささみと大根の煮物 じゃこサラダ オレンジ みそ汁	軟飯 鮭と野菜の煮込み とうふのあんかけ 納豆のふきこぼし みかん缶 みそ汁	軟飯 ささみと玉ねぎの玉子とじ 春雨ときゅうりの和え物 さつまいもの甘煮 バナナ みそ汁	軟飯 肉じゃが風煮込み とうふと人参のあんかけ オレンジ 無糖ヨーグルト みそ汁	野菜うどん かぼちゃ煮 バナナ 麦茶	(発表会) 鮭と根菜の五目ごはん とうふと野菜の京風煮 バナナ 麦茶
	離乳食用菓子 麦茶	無糖ヨーグルト	離乳食用菓子 麦茶	離乳食用菓子 麦茶	離乳食用菓子 麦茶	離乳食用菓子 麦茶
15	16	17	18	19	20	21
	軟飯 鮭のソテー レタスのトマト煮 バナナヨーグルト(無糖) 春雨スープ	軟飯 大根とゆで玉子の煮物 きゅうりと人参のごま和え バナナ 野菜スープ	軟飯 肉じゃが風煮込み キャベツのトマト煮込み オレンジ 野菜スープ	軟飯 とうふハンバーグ(ゆで玉子付き) マカロニとかぼちゃ煮 キウイフルーツ 野菜スープ	軟飯 白身魚と野菜の煮物 小松菜と大根のやわらか煮 納豆のふきこぼし みかん缶 みそ汁	五目うどん ブロッコリーの煮物 バナナ 麦茶
	離乳食用菓子 麦茶	離乳食用菓子 麦茶	離乳食用菓子 麦茶	離乳食用菓子 麦茶	離乳食用菓子 麦茶	離乳食用菓子 麦茶
22	23	24	25	26	27	28
	軟飯 白身魚と野菜の煮込み 人参とブロッコリーの和え物 納豆のふきこぼし バナナ 野菜スープ	軟飯 白菜と大根の煮物 玉子焼き かぼちゃ煮 オレンジ みそ汁	軟飯 ささみと野菜の煮込み キャベツと玉ねぎの煮浸し バナナ 野菜スープ	軟飯 白身魚と野菜の煮込み レタスとパスタの人参あんかけ バナナ 野菜スープ	軟飯 ささみとお芋の煮物 ほうれん草と人参の和え物 ゆでブロッコリー みかん缶 野菜スープ	野菜入りうどん かぼちゃ煮 バナナ 麦茶
	離乳食用菓子 麦茶	離乳食用菓子 麦茶	離乳食用菓子 麦茶	離乳食用菓子 麦茶	離乳食用菓子 麦茶	離乳食用菓子 麦茶
29	30	31				

※上段は昼食、下段はおやつです。  
※みそ汁は、上澄みです。

# 12 離乳食

## こんだて

# 表

がつ

後期



令和6年度  
社会福祉法人みちのく会  
舞戸子の星こども園

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
	軟飯 とうふのそぼろあんかけ ブロッコリーと人参の和え物 さつまいも煮 バナナ 大根汁	軟飯 ささみと野菜の煮物 キャベツの玉子とじ じゃがいもの塩煮 バナナ 野菜スープ	軟飯 キャベツのトマト煮込み 白菜と人参のあんかけ りんごのすりおろし みそ汁	軟飯 白身魚と野菜の煮込み 大根のやわらか煮 バナナ 野菜スープ	軟飯 白身魚とキャベツの煮付け さつまいものやわらか煮 りんごのすりおろし みそ汁	五目うどん ブロッコリーの煮物 バナナ 麦茶
	離乳食用菓子 野菜入りミックス果汁	離乳食用菓子 プルーン果汁	離乳食用菓子 りんご果汁	離乳食用菓子 野菜入りミックス果汁	離乳食用菓子 イオン水	離乳食用菓子 麦茶
8	9	10	11	12	13	14
	軟飯 ささみと大根の煮物 人参とキャベツのトマト煮 りんごのすりおろし みそ汁	軟飯 白身魚と野菜の煮込み とうふのあんかけ 納豆のふきこぼし バナナ みそ汁	軟飯 ささみと玉ねぎの玉子とじ 人参とさつまいものやわらか煮 バナナ みそ汁	軟飯 ささみとじゃがいもの煮込み とうふと人参のあんかけ りんごのすりおろし ヨーグルト みそ汁	野菜うどん かぼちゃ煮 バナナ 麦茶	(発表会) 彩り野菜のチキンリゾット 豆腐ハンバーグ バナナ 麦茶
	離乳食用菓子 りんご果汁	ヨーグルト	離乳食用菓子 野菜入りミックス果汁	離乳食用菓子 プルーン果汁	離乳食用菓子 りんご果汁	離乳食用菓子 麦茶
15	16	17	18	19	20	21
	軟飯 白身魚のソテー レタスのトマト煮 バナナヨーグルト(無糖) 春雨スープ	軟飯 ささみと野菜の煮物 大根の黄身がけ バナナ 野菜スープ	軟飯 肉じゃが風煮物 キャベツのトマト煮込み りんごのすりおろし 野菜スープ	軟飯 とうふハンバーグ(ゆで玉子付き) マカロニとかぼちゃ煮 バナナ 野菜スープ	軟飯 白身魚と野菜の煮物 小松菜と大根のやわらか煮 納豆のふきこぼし りんごのすりおろし みそ汁	五目うどん ブロッコリーの煮物 バナナ 麦茶
	離乳食用菓子 野菜入りミックス果汁	離乳食用菓子 りんご果汁	離乳食用菓子 プルーン果汁	離乳食用菓子 野菜入りミックス果汁	離乳食用菓子 イオン水	離乳食用菓子 麦茶
22	23	24	25	26	27	28
	軟飯 白身魚と野菜の煮込み 人参とブロッコリーの和え物 納豆のふきこぼし バナナ 野菜スープ	軟飯 白菜と大根の煮物 玉子焼き かぼちゃ煮 りんごのすりおろし みそ汁	軟飯 ささみと野菜の煮込み キャベツと玉ねぎの煮浸し バナナ 野菜スープ	軟飯 白身魚と野菜の煮込み レタスと人参のあんかけ バナナ 野菜スープ	軟飯 ささみとお芋の煮物 ほうれん草と人参の和え物 ゆでブロッコリー りんごのすりおろし 野菜スープ	野菜入りうどん かぼちゃ煮 バナナ 麦茶
	離乳食用菓子 イオン水	離乳食用菓子 野菜入りミックス果汁	離乳食用菓子 プルーン果汁	離乳食用菓子 イオン水	離乳食用菓子 りんご果汁	離乳食用菓子 麦茶
29	30	31				

※上段は昼食、下段はおやつです。  
※汁物・スープ類は上澄みです。

# 12 離乳食

## こんだて

# 表

後期

※卵アレルギー対応版



令和6年度  
社会福祉法人みちのく会  
舞戸子の星こども園

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
	軟飯 とうふのそぼろあんかけ ブロッコリーと人参の和え物 さつまいも煮 バナナ 大根汁	軟飯 ささみと野菜の煮物 <b>キャベツのスープ煮</b> じゃがいもの塩煮 バナナ 野菜スープ	軟飯 キャベツのトマト煮込み 白菜と人参のあんかけ りんごのすりおろし みそ汁	軟飯 白身魚と野菜の煮込み 大根のやわらか煮 バナナ 野菜スープ	軟飯 白身魚とキャベツの煮付け さつまいものやわらか煮 りんごのすりおろし みそ汁	五目うどん ブロッコリーの煮物 バナナ 麦茶
	離乳食用菓子 野菜入りミックス果汁	離乳食用菓子 プルーン果汁	離乳食用菓子 りんご果汁	離乳食用菓子 野菜入りミックス果汁	離乳食用菓子 イオン水	離乳食用菓子 麦茶
8	9	10	11	12	13	14
	軟飯 ささみと大根の煮物 人参とキャベツのトマト煮 りんごのすりおろし みそ汁	軟飯 白身魚と野菜の煮込み とうふのあんかけ 納豆のふきこぼし バナナ みそ汁	軟飯 <b>ささみと玉ねぎの煮物</b> 人参とさつまいものやわらか煮 バナナ みそ汁	軟飯 ささみとじゃがいもの煮込み とうふと人参のあんかけ りんごのすりおろし ヨーグルト みそ汁	野菜うどん かぼちゃ煮 バナナ 麦茶	(発表会) 彩り野菜のチキンリゾット 豆腐ハンバーグ バナナ 麦茶
	離乳食用菓子 りんご果汁	ヨーグルト	離乳食用菓子 野菜入りミックス果汁	離乳食用菓子 プルーン果汁	離乳食用菓子 りんご果汁	離乳食用菓子 麦茶
15	16	17	18	19	20	21
	軟飯 白身魚のソテー レタスのトマト煮 バナナヨーグルト(無糖) 春雨スープ	軟飯 ささみと野菜の煮物 <b>大根のやわらか煮</b> バナナ 野菜スープ	軟飯 肉じゃが風煮物 キャベツのトマト煮込み りんごのすりおろし 野菜スープ	軟飯 <b>とうふハンバーグ</b> マカロニとかぼちゃ煮 バナナ 野菜スープ	軟飯 白身魚と野菜の煮物 小松菜と大根のやわらか煮 納豆のふきこぼし りんごのすりおろし みそ汁	五目うどん ブロッコリーの煮物 バナナ 麦茶
	離乳食用菓子 野菜入りミックス果汁	離乳食用菓子 りんご果汁	離乳食用菓子 プルーン果汁	離乳食用菓子 野菜入りミックス果汁	離乳食用菓子 イオン水	離乳食用菓子 麦茶
22	23	24	25	26	27	28
	軟飯 白身魚と野菜の煮込み 人参とブロッコリーの和え物 納豆のふきこぼし バナナ 野菜スープ	軟飯 白菜と大根の煮物 <b>人参のやわらか煮</b> かぼちゃ煮 りんごのすりおろし みそ汁	軟飯 ささみと野菜の煮込み キャベツと玉ねぎの煮浸し バナナ 野菜スープ	軟飯 白身魚と野菜の煮込み レタスと人参のあんかけ バナナ 野菜スープ	軟飯 ささみとお芋の煮物 ほうれん草と人参の和え物 ゆでブロッコリー りんごのすりおろし 野菜スープ	野菜入りうどん かぼちゃ煮 バナナ 麦茶
	離乳食用菓子 イオン水	離乳食用菓子 野菜入りミックス果汁	離乳食用菓子 プルーン果汁	離乳食用菓子 イオン水	離乳食用菓子 りんご果汁	離乳食用菓子 麦茶
29	30	31				

※上段は昼食、下段はおやつです。  
※汁物・スープ類は上澄みです。