

日	曜日	午前食	午後食	主な食材
1	水	五倍粥 みそ汁 かじきの煮つけ	野菜粥 きゅうりのサラダ	かつお節, めかじき, こめ, 砂糖, マヨネーズ, にんじん, キャベツ, きゅうり, みかん缶
2	木	五倍粥 みそ汁 鶏ひき肉とじゃが芋のだし煮	青菜粥 大根のくず煮	かつお節, とりひき肉, こめ, じゃがいも, 砂糖, 片栗粉, だいこん, たまねぎ, にんじん, ほうれん草
3	金	五倍粥 みそ汁 白身魚の煮付け	パン粥 ふわふわ卵	かつお節, まだら, 粉ミルク, 鶏卵, こめ, 砂糖, 食パン, バター, はくさい, たまねぎ
4	土	ツナスパゲッティ プレーンヨーグルト	ベビーフード	まぐろ缶, ヨーグルト, スパゲッティ, 植物油脂, 砂糖, トマト缶, たまねぎ, にんじん
6	月	五倍粥 鶏ひき肉のくず煮 フルーツサラダ	鶏ひき肉入り粥 キャベツのお浸し	とりひき肉, かつお節, こめ, 片栗粉, マヨネーズ, にんじん, みかん缶, バナナ, レモン, きゅうり, たまねぎ, キャベツ
7	火	煮そうめん きゅうりのみかん和え	あけぼの粥 鶏ささみのおろし煮	とりささ身, かつお節, そうめん, こめ, にんじん, きゅうり, みかん缶, だいこん
8	水	五倍粥 みそ汁 鮭と野菜のあんかけ	鮭入り粥 バナナ	かつお節, さけ, こめ, 砂糖, 片栗粉, だいこん, たまねぎ, にんじん, ほうれん草, バナナ
9	木	五倍粥 ほうれん草と卵のスープ きゅうりと人参の和え物	蒸煮焼きそば ほうれん草スープ	鶏卵, とりひき肉, あおのり, こめ, 中華めん, 植物油脂, ほうれん草, きゅうり, にんじん, たまねぎ, ビーマン, キャベツ
10	金	パン粥 豆腐のくず煮 人参の甘煮	野菜粥 豆腐とブロッコリーのだし煮	粉ミルク, 豆腐, かつお節, 食パン, 片栗粉, 砂糖, こめ, たまねぎ, にんじん, ブロッコリー
11	土	ミートソーススパゲッティ プレーンヨーグルト	ベビーフード	とりひき肉, ヨーグルト, スパゲッティ, 植物油脂, トマト缶, たまねぎ, にんじん
13	月	五倍粥 みそ汁 きゅうりとレタスの刻み和え	あけぼの粥 豆腐とキャベツのスープ煮	豆腐, かつお節, こめ, にんじん, きゅうり, レタス, キャベツ
14	火	煮うどん きゅうりと人参の和え物	ツナ粥 小松菜の煮浸し	わかめ, まぐろ缶, かつお節, うどん, こめ, にんじん, きゅうり, こまつな
15	水	五倍粥 かじきと根菜のあんかけ バナナ	野菜粥 きゅうりとキャベツの刻み和え	めかじき, かつお節, こめ, 砂糖, 片栗粉, だいこん, にんじん, バナナ, きゅうり, キャベツ
16	木	五倍粥 みそ汁 きゅうりとバナナの刻み和え	パン粥 人参のスープ	豆腐, かつお節, 牛乳, こめ, 食パン, キャベツ, きゅうり, バナナ, にんじん, ほうれん草
17	金	五倍粥 鮭とキャベツの炒め煮 人参の甘煮	鮭入り粥 きゅうりと人参の和え物	さけ, かつお節, こめ, 植物油脂, 砂糖, キャベツ, にんじん, きゅうり
18	土	煮うどん プレーンヨーグルト	ベビーフード	まぐろ缶, かつお節, ヨーグルト, うどん, キャベツ, にんじん
21	火	肉野菜粥 キャベツとみかんのサラダ	鶏ささみ入り粥 じゃが芋と玉葱のだし煮	とりささ身, かつお節, こめ, じゃがいも, 砂糖, たまねぎ, にんじん, キャベツ, みかん缶
22	水	五倍粥 豆腐と大根の含め煮 人参のスープ	おくら納豆粥 ふろふき大根	豆腐, かつお節, 納豆, こめ, 片栗粉, 砂糖, だいこん, にんじん, オクラ
23	木	五倍粥 鶏ささみのあけぼの煮 ブロッコリーのおかか煮	野菜粥 みかんのヨーグルト和え	とりささ身, かつお節, ヨーグルト, こめ, にんじん, ブロッコリー, はくさい, みかん缶
24	金	五倍粥 みそ汁 かじきの煮つけ	パン粥 きゅうりとトマトのサラダ	かつお節, めかじき, 牛乳, こめ, じゃがいも, 砂糖, 食パン, マヨネーズ, ほうれん草, きゅうり, トマト
25	土	スパゲッティナポリタン プレーンヨーグルト	ベビーフード	ハム, ヨーグルト, スパゲッティ, 植物油脂, 砂糖, トマト缶, たまねぎ
27	月	五倍粥 きな粉玉葱 レタスと人参のスープ煮	きな粉粥 人参のスープ	きな粉, こめ, たまねぎ, レタス, にんじん
28	火	五倍粥 みそ汁 鶏ささみと青菜の煮つけ	わかめうどん 小松菜と人参のお浸し	かつお節, とりささ身, わかめ, こめ, 片栗粉, うどん, はくさい, たまねぎ, こまつな, にんじん
29	水	五倍粥 豆腐のくず煮 バナナ	豆腐粥 レタスと人参のスープ煮	豆腐, かつお節, こめ, 片栗粉, にんじん, バナナ, レタス
30	木	五倍粥 鶏ひき肉のくず煮 ブロッコリーとポテトのサラダ	鶏ひき肉入り粥 じゃが芋のミルク煮	とりひき肉, かつお節, 粉ミルク, こめ, 片栗粉, じゃがいも, マヨネーズ, たまねぎ, ブロッコリー, にんじん
31	金	五倍粥 鮭と青菜のスープ煮 じゃが芋と玉葱のだし煮	鮭入り粥 じゃが芋と青菜の煮物	さけ, かつお節, こめ, 片栗粉, じゃがいも, 砂糖, ほうれん草, たまねぎ, こまつな
※都合により、献立を変更することがありますのでご了承ください。 ※麦茶は、献立表には記載してありません。				★初めて食べる食材については、アレルギー症状の有無について 事前にご家庭で確認をしていただくようご協力をお願いします。