

日	曜日	午前食	午後食	主な食材
1	水	五〜七倍粥 青菜入ふわふわ卵 みそ汁	卵粥 さつまいもの甘煮	鶏卵、牛乳、かつお節、こめ、バター、さつまいも、砂糖、ほうれんそう、にんじん、こまつな
2	木	五〜七倍粥 キャベツのツナ和え 大根の含め煮	ツナ粥 人参のみかん和え	まぐろ缶、かつお節、こめ、キャベツ、にんじん、だいこん、みかん缶
7	火	五〜七倍粥 鶏ささみのケチャップ煮 人参の甘煮	さつまいも粥 鶏ささみの煮つけ	とりささ身、かつお節、こめ、砂糖、さつまいも、片栗粉、たまねぎ、にんじん
8	水	五〜七倍粥 鮭と根菜のあんかけ 青菜と玉葱の刻み煮	野菜粥 鮭と青菜のスープ煮	さけ、かつお節、こめ、砂糖、片栗粉、だいこん、にんじん、こまつな、たまねぎ
9	木	煮うどん きゅうりとわかめのあえ物	鶏ささみ入り粥 キャベツのお浸し	とりささ身、かつお節、わかめ、うどん、砂糖、こめ、キャベツ、にんじん、きゅうり
10	金	五〜七倍粥 大根と人参のだし煮 豆腐と青菜のスープ	豆腐粥 大根とほうれん草の味噌和え	かつお節、豆腐、こめ、砂糖、だいこん、にんじん、ほうれんそう
11	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、砂糖、トマト缶、たまねぎ、にんじん
13	月	五〜七倍粥 キャベツと挽肉の炒め煮 みそ汁	野菜粥 小松菜と人参のお浸し	とりひき肉、かつお節、こめ、植物油、砂糖、片栗粉、キャベツ、たまねぎ、にんじん、こまつな
14	火	キャロットパン粥 ブロッコリーのおかか煮 バナナ	あけぼの粥 卵スープ	牛乳、かつお節、鶏卵、食パン、こめ、にんじん、ブロッコリー、バナナ、たまねぎ
15	水	五〜七倍粥 鮭とキャベツの炒め煮 さつまいもの甘煮	鮭入り粥 白菜とさつまいものスープ	さけ、かつお節、こめ、植物油、さつまいも、砂糖、キャベツ、はくさい
16	木	五〜七倍粥 じゃが芋と人参のだし煮 みかんほぐし	しらす粥 じゃが芋と大根の煮含め	しらす干し、かつお節、こめ、じゃがいも、にんじん、みかん缶、だいこん
17	金	五〜七倍粥 かじきの野菜あんかけ きゅうりスティック	野菜粥 豆腐スープ	めかじき、かつお節、豆腐、こめ、砂糖、片栗粉、たまねぎ、にんじん、きゅうり
18	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、トマト缶、たまねぎ、にんじん
20	月	五〜七倍粥 キャベツと玉葱のとろとろ煮 人参と卵のスープ煮	キャベツ入り粥 ほうれん草の白和え	かつお節、鶏卵、豆腐、こめ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ほうれんそう
21	火	五〜七倍粥 鶏ささみのあけぼの煮 みそ汁	鶏ささみ入り粥 バナナ	とりささ身、かつお節、こめ、にんじん、だいこん、たまねぎ、ほうれんそう、バナナ
22	水	五〜七倍粥 豆腐とキャベツのスープ煮 きゅうりとキャベツの刻み和え	野菜粥 豆腐スープ	豆腐、かつお節、こめ、キャベツ、きゅうり、にんじん、たまねぎ、根深ねぎ
23	木	五〜七倍粥 鶏ひき肉のくず煮 きゅうりとトマトのサラダ	トマトリゾット 人参と挽肉の炒め煮	とりひき肉、かつお節、こめ、片栗粉、マヨネーズ、植物油、砂糖、にんじん、きゅうり、トマト
24	金	五〜七倍粥 鮭とじゃが芋のマッシュ バナナ	鮭入り粥 キャベツのお浸し	さけ、かつお節、こめ、じゃがいも、バナナ、キャベツ、にんじん
25	土	冷麦のナポリタン風 プレーンヨーグルト	ベビーフード	ハム、チーズ、ヨーグルト、ひやむぎ、植物油、砂糖、トマト缶、たまねぎ
27	月	五〜七倍粥 鶏ささみと青菜の煮つけ みそ汁	青菜粥 鶏ささみのスープ煮	とりささ身、かつお節、こめ、片栗粉、こまつな、キャベツ、たまねぎ、にんじん
28	火	五〜七倍粥 じゃが芋のツナ煮 刻みトマト	ツナ粥 みそ汁	まぐろ缶、かつお節、こめ、じゃがいも、砂糖、トマト、たまねぎ
29	水	五〜七倍粥 豆腐と挽肉の味噌煮 バナナ	鶏ひき肉入り粥 人参のスープ	豆腐、とりひき肉、かつお節、こめ、ごま、バナナ、にんじん、たまねぎ
30	木	煮うどん きゅうりと人参の和え物	野菜粥 鶏ささみのおろし煮	わかめ、とりささ身、かつお節、うどん、こめ、にんじん、たまねぎ、きゅうり、はくさい、だいこん
31	金	五〜七倍粥 かじきの煮つけ 人参のスープ	さつまいも粥 バナナ	めかじき、かつお節、こめ、砂糖、片栗粉、さつまいも、にんじん、こまつな、バナナ

※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。