

日	曜日	午前食	午後食	主な食材
1	木	五倍粥 キャベツと挽肉の炒め煮 みそ汁	鶏ひき肉入り粥 きゅうりとキャベツの刻み和え	鶏ひき肉, かつお節, こめ, 植物油, 砂糖, 片栗粉, キャベツ, たまねぎ, こまつな, きゅうり
2	金	五倍粥 白身魚の煮付け みそ汁	野菜粥 白身魚と青菜のスープ煮	まだら, かつお節, こめ, 砂糖, たまねぎ, ほうれん草, にんじん
3	土	わかめうどん プレーンヨーグルト	ベビーフード	わかめ, 鶏ささ身, かつお節, ヨーグルト, うどん, たまねぎ
5	月	五倍粥 鶏ひき肉団子のあんかけ キャベツスープ	キャベツ入り粥 バナナのヨーグルト和え	鶏ひき肉, かつお節, ヨーグルト, こめ, 片栗粉, にんじん, キャベツ, だいこん, パナナ
6	火	煮込みうどん さつま芋の甘煮	さつま粥 鶏ささみのあげほの煮	鶏ささ身, かつお節, うどん, さつまいも, 砂糖, こめ, たまねぎ, にんじん
7	水	五倍粥 かじきの煮つけ みそ汁	野菜粥 白菜スープ	めかじき, かつお節, こめ, 砂糖, にんじん, ほうれん草, はくさい, だいこん
8	木	五倍粥 豆腐のくず煮 人参のみかん和え	豚ひき肉入り粥 バナナ	豆腐, かつお節, 豚ひき肉, こめ, 片栗粉, たまねぎ, にんじん, みかん缶, パナナ
9	金	肉野菜粥 ブロッコリーのだし煮	鶏ひき肉入り粥 人参とブロッコリーの刻み和え	鶏ひき肉, かつお節, こめ, マヨネーズ, ほうれん草, にんじん, ブロッコリー
10	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	鶏ひき肉, 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
13	火	肉野菜粥 きゅうりと人参の和え物	野菜粥 豆腐スープ	鶏ささ身, かつお節, 豆腐, こめ, キャベツ, たまねぎ, きゅうり, にんじん
14	水	鶏ひき肉入り粥 きゅうりとトマトのサラダ	みそ風味おじや 人参のスープ	鶏ひき肉, かつお節, こめ, マヨネーズ, たまねぎ, にんじん, きゅうり, トマト
15	木	ベビーマーボー豆腐丼 かぼちゃの煮物	けんちんおじや かぼちゃのスープ	豆腐, 豚ひき肉, かつお節, こめ, 植物油, 砂糖, 片栗粉, たまねぎ, にか, かぼちゃ, だいこん
16	金	肉野菜粥 人参の甘煮	じゃが芋粥 鶏ささみのケチャップ煮	鶏ささ身, かつお節, こめ, じゃがいも, 砂糖, たまねぎ, にんじん
17	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
19	月	肉野菜粥 キャベツスープ	野菜粥 みそ汁	鶏ささ身, 豆腐, かつお節, こめ, 片栗粉, はくさい, キャベツ, だいこん
20	火	チキンそうすい キャベツのお浸し	ツナ粥 キャベツスープ	鶏ささ身, かつお節, まぐろ缶, こめ, にんじん, たまねぎ, キャベツ
21	水	五倍粥 鶏ささみのあげほの煮 ブロッコリーとポテトのサラダ	鶏ささみ入り粥 ブロッコリーのスープ煮	鶏ささ身, かつお節, こめ, じゃがいも, マヨネーズ, にんじん, ブロッコリー
22	木	五倍粥 鶏ひき肉と根菜のくず煮 みそ汁	鶏ひき肉入り粥 白菜スープ	鶏ひき肉, かつお節, こめ, 片栗粉, にんじん, だいこん, はくさい, たまねぎ
23	金	五倍粥 鮭とキャベツの炒め煮 トマトときゅうりの刻み和え	キャベツ入り粥 卵スープ	さけ, 鶏卵, こめ, 植物油, キャベツ, トマト, きゅうり, たまねぎ
24	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
26	月	五倍粥 じゃが芋と人参の煮込み みそ汁	あげほの粥 ほうれん草の白和え	かつお節, 豆腐, こめ, じゃがいも, にんじん, ほうれん草
27	火	五倍粥 鶏ささみと青菜の煮つけ みそ汁	鶏ささみ入り粥 じゃが芋と玉葱のだし煮	鶏ささ身, かつお節, こめ, 片栗粉, じゃがいも, 砂糖, こまつな, たまねぎ, ほうれん草
28	水	五倍粥 人参と挽肉の炒め煮 レタスと玉葱のスープ煮	野菜粥 鶏ひき肉のくず煮	鶏ひき肉, かつお節, こめ, 植物油, 砂糖, 片栗粉, にんじん, レタス, たまねぎ
29	木	五倍粥 鶏ささみと野菜の煮つけ バナナ	きな粉パン粥 人参とほうれん草のスープ	鶏ささ身, かつお節, 牛乳, きな粉, こめ, 片栗粉, 食パン, ほうれん草, にんじん, パナナ, たまねぎ
30	金	五倍粥 かじきの野菜あんかけ みそ汁	野菜粥 人参のスープ	めかじき, かつお節, こめ, 砂糖, 片栗粉, たまねぎ, にんじん, キャベツ
31	土	焼きうどんの野菜あんかけ バナナ	ベビーフード	鶏ひき肉, かつお節, うどん, 植物油, 砂糖, 片栗粉, キャベツ, にんじん, ビーマン, パナナ

※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。