

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。