

日付	完了期	後期	中期
1 土	牛乳、ビスケット	ビスケット	おせんべい
	ちゃんぽん麺 ミニゼリー しゅうまい ほうれん草としめじのソテー	しらすうどん マッシュカぼちゃ キャベツと人参和え	しらすうどん マッシュカぼちゃ キャベツと人参煮
3 月	牛乳、昆布おにぎり	ほうれん草粥	ほうれん草粥
	牛乳、おせんべい	おせんべい	おせんべい
4 火	チキンカレーライス もも 三色ナムル わかめスープ	かぼちゃと鶏のドリア風 三色和え 玉ねぎのみそ汁	かぼちゃと鶏のドリア風 ほうれん草と人参煮 玉ねぎのみそ汁
	牛乳、薄焼きピザ	野菜リング	野菜リング
5 水	牛乳、小魚せんべい	ウエハース	おせんべい
	厚揚げの野菜あんかけ ごはん ブロッコリーと人参のおかか和え キャベツとえのきのみそ汁 パイン	5倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 ブロッコリーと人参和え キャベツのみそ汁	7倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 ブロッコリーと人参煮 キャベツのみそ汁
6 木	牛乳、クリームサンドビスケット	ビスケット	おせんべい
	カレーのごま照り焼き ごはん キャベツのツナサラダ バナナ 小松菜と人参のみそ汁	5倍粥 カレイのほぐし 茹でキャベツ 小松菜と人参のみそ汁	7倍粥 カレイ煮 キャベツ煮 小松菜と人参のみそ汁
7 金	牛乳、おせんべい	おせんべい	おせんべい
	じゃがいものそぼろ煮 ごはん ほうれん草の白和え なし かぶと油揚げのみそ汁	5倍粥 じゃがいものそぼろ煮 ほうれん草の白和え 玉ねぎのみそ汁	7倍粥 じゃがいものそぼろ煮 ほうれん草と豆腐煮 玉ねぎのみそ汁
8 土	牛乳、おせんべい	おせんべい	おせんべい
	牛乳、おせんべい	おせんべい	おせんべい
9 日	牛乳、おせんべい	おせんべい	おせんべい
	あじさいごはん しゅうまい ブロッコリーとコーンのあえもの 豆腐とわかめのみそ汁 みかん	あんかけごはん 茹でブロッコリー 豆腐のみそ汁	あんかけごはん ブロッコリー煮 豆腐のみそ汁
10 月	牛乳、きな粉お麩ラスク	きな粉ヨーグルト	きな粉ヨーグルト
	牛乳、クリームサンドビスケット	ビスケット	おせんべい
11 火	牛乳、おせんべい	おせんべい	おせんべい
	ビビンバ丼 バナナ ささみときゅうりのあえもの 豆腐の中華スープ	三色粥 ささみときゅうり 豆腐のスープ	三色粥 ささみとブロッコリー煮 豆腐のスープ
12 水	牛乳、ココア蒸しパン	ほうれん草のおやき	ほうれん草粥
	牛乳、おせんべい	おせんべい	おせんべい
13 木	ハンバーグ ごはん かぼちゃサラダ パイン 小松菜と玉ねぎのスープ	5倍粥 ハンバーグ かぼちゃサラダ 小松菜と玉ねぎのスープ	7倍粥 ハンバーグ風 マッシュカぼちゃ 小松菜と玉ねぎのスープ
	牛乳、おせんべい	おせんべい	おせんべい
14 金	牛乳、おせんべい	おせんべい	おせんべい
	麦茶、コーンフレーク	野菜リング	野菜リング
15 土	牛乳、小魚せんべい	ウエハース	おせんべい
	スープバゲティール もも 粉ふきいも ブロッコリーと人参のごま和え	スープバゲティール ふかしいも ブロッコリーと人参和え	スープバゲティール マッシュポテト ブロッコリーと人参煮
16 日	牛乳、おにかおにぎり	しらす粥	しらす粥
	牛乳、ビスケット	ビスケット	おせんべい
17 月	カレーのほぐし ごはん キャベツと人参の昆布和え ほうれん草と油揚げのみそ汁	5倍粥 カレイのほぐし キャベツと人参和え ほうれん草のみそ汁	7倍粥 カレイ煮 キャベツと人参煮 ほうれん草のみそ汁
	牛乳、シュガートースト	パン粥	パン粥
18 火	牛乳、おせんべい	おせんべい	おせんべい
	鶏肉のトマト煮 ごはん ブロッコリーとコーンのあえもの キャベツと大根のみそ汁 ミニゼリー	5倍粥 鶏ひき肉と人参のトマト煮 茹でブロッコリー キャベツと大根のみそ汁	7倍粥 鶏ひき肉と人参のトマト煮 ブロッコリー煮 キャベツと大根のみそ汁
19 水	牛乳、クッキー	バナナきな粉	バナナきな粉
	牛乳、クリームサンドビスケット	ビスケット	おせんべい
20 木	豚肉のしょうが焼き ごはん ひじきサラダ パイン 高野豆腐としめじのみそ汁	5倍粥 鶏ひき肉とほうれん草煮 ひじきサラダ 豆腐のみそ汁	7倍粥 鶏ひき肉とほうれん草煮 ひじきと人参煮 豆腐のみそ汁
	牛乳、ふかしいも	ふかしいも	マッシュポテト
21 金	牛乳、おせんべい	おせんべい	おせんべい
	しょうゆラーメン ミニゼリー しゅうまい 小松菜の中華風サラダ	あんかけうどん バナナ 茹でキャベツ	あんかけうどん バナナ キャベツ煮
22 土	牛乳、ゆかりおにぎり	ほうれん草粥	ほうれん草粥
	牛乳、小魚せんべい	ウエハース	おせんべい
23 日	鶏肉のパン粉焼き ごはん スパゲティールサラダ もも ブロッコリーのコンソメスープ	5倍粥 しらすとほうれん草煮 スパゲティールサラダ ブロッコリーのスープ	7倍粥 しらすとほうれん草煮 スパゲティールサラダ ブロッコリーのスープ
	牛乳、わかめうどん	野菜うどん	野菜うどん

18 火	牛乳、ビスケット	ビスケット	おせんべい
	豆腐チャンプル ごはん ブロッコリーとしらす和え バナナ 小松菜とコーンのスープ	5倍粥 ほうれん草の白和え ブロッコリーとしらす和え 小松菜のスープ	7倍粥 ほうれん草と豆腐煮 ブロッコリーとしらす煮 小松菜のスープ
	牛乳、マカロニきな粉	マカロニきな粉	マカロニきな粉
19 水	牛乳、おせんべい	おせんべい	おせんべい
	カレーライス フルーチェ 春雨サラダ 小松菜と豆腐のスープ	かぼちゃと鶏のドリア風 スティック人参・きゅうり 豆腐のスープ	かぼちゃと鶏のドリア風 人参煮 豆腐のスープ
	牛乳、小魚せんべい、ミニゼリー	バナナきな粉	バナナきな粉
20 木	牛乳、おせんべい	おせんべい	おせんべい
	中華丼 みかん ちくわときゅうりのあえもの ほうれん草とコーンのスープ	あんかけごはん 茹でブロッコリー ほうれん草のスープ	あんかけごはん ブロッコリー煮 ほうれん草のスープ
	牛乳、クラッカー	野菜リング	野菜リング
21 金	牛乳、クリームサンドビスケット	ビスケット	おせんべい
	しゅうまい ごはん マカロニサラダ なし キャベツと油揚げのみそ汁	5倍粥 鶏ひき肉とブロッコリー煮 スティック人参・きゅうり キャベツのみそ汁	7倍粥 鶏ひき肉とブロッコリー煮 人参煮 キャベツのみそ汁
	牛乳、ジャムサンド	パン粥	パン粥
22 土	牛乳、小魚せんべい	おせんべい	おせんべい
	焼きそば しゅうまい ブロッコリーとひじきの炒めもの 大根と油揚げのみそ汁 バナナ	しらすうどん バナナ ブロッコリーと人参和え	しらすうどん バナナ ブロッコリーと人参煮
	牛乳、ごま塩おにぎり	にんじん粥	にんじん粥
24 月	牛乳、おせんべい	おせんべい	おせんべい
	チャプチェ ごはん ほうれん草と人参のごま和え お麩とわかめのみそ汁 パイン	5倍粥 しらすとブロッコリー煮 ほうれん草と人参和え 玉ねぎのみそ汁	7倍粥 しらすとブロッコリー煮 ほうれん草と人参和え 玉ねぎのみそ汁
	牛乳、しらすピザ	野菜リング	野菜リング
25 火	牛乳、ビスケット	ビスケット	おせんべい
	肉じゃが ごはん ひじきの白和え もも 小松菜ともやしのみそ汁	5倍粥 肉じゃが風 ひじきの白和え 小松菜のみそ汁	7倍粥 肉じゃが風 ひじきと豆腐煮 小松菜のみそ汁
	牛乳、お麩ラスク	ほうれん草のおやき	ほうれん草粥
26 水	牛乳、おせんべい	おせんべい	おせんべい
	ささみとブロッコリーのあんかけ カミカミサラダ ごはん ほうれん草と人参のみそ汁 ミニゼリー	5倍粥 ささみとブロッコリーのあんかけ スティック人参・きゅうり ほうれん草のみそ汁	7倍粥 ささみとブロッコリーのあんかけ 人参煮 ほうれん草のみそ汁
	麦茶、お誕生日ケーキ	バナナきな粉ヨーグルト	バナナきな粉ヨーグルト
27 木	牛乳、おせんべい	おせんべい	おせんべい
	タンドリーチキン ごはん ブロッコリーと人参のゆかり和え 豆腐となめこのみそ汁 もも	5倍粥 鶏ひき肉とほうれん草煮 ブロッコリーと人参和え 豆腐のみそ汁	7倍粥 鶏ひき肉とほうれん草煮 ブロッコリーと人参煮 豆腐のみそ汁
	麦茶、コーンフレーク	野菜リング	野菜リング
28 金	牛乳、クリームサンドビスケット	ウエハース	おせんべい
	ピザバーグ ごはん コールスローサラダ みかん 人参ともやしのみそ汁	5倍粥 ハンバーグ 茹でキャベツ 人参と玉ねぎのみそ汁	7倍粥 ハンバーグ風 キャベツ煮 人参と玉ねぎのみそ汁
	牛乳、わかめうどん	野菜うどん	野菜うどん
29 土	牛乳、おせんべい	おせんべい	おせんべい
	ひき肉チャーハン ミニゼリー ブロッコリーの白和え キャベツと玉ねぎのみそ汁	あんかけごはん 茹でブロッコリー 玉ねぎのみそ汁	あんかけごはん 茹でブロッコリー 玉ねぎのみそ汁
	牛乳、ココアパンケーキ	かぼちゃのおやき	かぼちゃ粥

※食材の都合により、献立が変更になる場合があります。

※完了食は、普通献立表に記載されている食材のうち揚げ物、鶏卵を含む食材以外すべて提供されますので、ご家庭でお試してください。