

日付	完了期	後期	中期
1 火	牛乳、おせんべい	おせんべい	
	豚肉とキャベツのみそ炒め ブロッコリーと人参のゆかり和え もやし中華スープ	ごはん もも	5倍粥 鶏ひき肉とキャベツ煮 ブロッコリーと人参和え 玉ねぎのスープ
2 水	牛乳、ふかしもち	ふかしもち	マッシュポテト
	牛乳、ビスケット	ビスケット	
3 木	豆腐チャンプル	ごはん なし	5倍粥 しらすと野菜煮 ほうれん草と人参和え 豆腐のみそ汁
	牛乳、チヂミ	ブロッコリーのおやき	ブロッコリー粥
3 木	牛乳、おせんべい	おせんべい	
	カレーライス 春雨サラダ 豆腐中華スープ	ごはん パイ	かぼちゃと鶏のドリア風 スティック人参・きゅうり じゃがいものみそ汁
4 金	牛乳、ココア蒸しパン	ひじき粥	ひじき粥
	牛乳、おせんべい	おせんべい	
4 金	鶏肉の照り焼き キャベツの納豆サラダ ほうれん草と人参のみそ汁	ごはん みかん	5倍粥 鶏ひき肉とブロッコリー煮 キャベツと人参和え ほうれん草のみそ汁
	牛乳、さくらクッキー	マッシュかぼちゃ	7倍粥 鶏ひき肉とブロッコリー煮 キャベツと人参煮 ほうれん草のみそ汁
5 土	牛乳、クリームサンドビスケット	ウエハース	
	牛乳、おせんべい	おせんべい	
5 土	ひじきチャーハン 小松菜中華風サラダ 白菜とコーンのスープ	ミニゼリー	あんかけごはん (5倍粥、しらす、人参、玉ねぎ) 小松菜と人参和え 白菜のスープ
	牛乳、パンケーキ	ビスケット	あんかけごはん (7倍粥、しらす、人参、玉ねぎ) 小松菜と人参煮 白菜のスープ
6 日	牛乳、おせんべい	おせんべい	
	休日保育		
7 月	牛乳、クリームサンドビスケット	ウエハース	
	牛乳、おせんべい	おせんべい	
7 月	デミグラスソースハンバーグ ポテトサラダ キャベツとえのきのみそ汁	ごはん もも	5倍粥 ハンバーグ ポテトサラダ(じゃがいも、人参、きゅうり) キャベツのみそ汁
	牛乳、ジャムサンド	パン粥	7倍粥 ハンバーグ風 ポテトサラダ(じゃがいも、人参) キャベツのみそ汁
8 火	牛乳、おせんべい	おせんべい	
	鶏肉のトマト煮 白菜と人参の昆布和え ほうれん草ともやしのみそ汁	ごはん なし	5倍粥 鶏ひき肉と野菜のトマト煮 白菜と人参和え ほうれん草のみそ汁
9 水	牛乳、おせんべい	おせんべい	
	牛乳、ビスケット	ビスケット	
9 水	スープバグティ ブロッコリーとコーンのあえもの バナナ	ひじき粥	スープバグティ (スバグティ、しらす、ほうれん草、人参) 茹でブロッコリー バナナ
	牛乳、昆布ごはん	ひじき粥	スープバグティ (スバグティ、しらす、ほうれん草、人参) ブロッコリー煮 バナナ
10 木	牛乳、おせんべい	おせんべい	
	牛乳、おせんべい	おせんべい	
10 木	チャプチェ ブロッコリーと人参のごま和え 豆腐と油揚げのみそ汁	ごはん みかん	5倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 ブロッコリーと人参和え 豆腐のみそ汁
	牛乳、わかめうどん	野菜うどん	7倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 ブロッコリーと人参煮 豆腐のみそ汁
11 金	牛乳、クリームサンドビスケット	ウエハース	
	牛乳、おせんべい	おせんべい	
11 金	鶏肉の照り焼き キャベツと人参のおかか和え 高野豆腐としめじのみそ汁	ごはん パイ	5倍粥 鶏ひき肉とブロッコリー煮 キャベツと人参和え 豆腐のみそ汁
	牛乳、しらすピザ	しらす粥	7倍粥 鶏ひき肉とブロッコリー煮 キャベツと人参煮 豆腐のみそ汁
12 土	牛乳、おせんべい	おせんべい	
	牛乳、おせんべい	おせんべい	
12 土	しょうゆラーメン ささみのカレーサラダ バナナ	しゅうまい バナナ	あんかけうどん (うどん、鶏ささみ、キャベツ、人参) マッシュかぼちゃ バナナ
	牛乳、わかめごはん	ほうれん草粥	あんかけうどん (うどん、鶏ささみ、キャベツ、人参) マッシュかぼちゃ バナナ
13 日	牛乳、クリームサンドビスケット	ウエハース	
	休日保育		
14 月	牛乳、おせんべい	おせんべい	
	牛乳、おせんべい	おせんべい	
14 月	肉豆腐 キャベツと人参のゆかり和え お麩とわかめのみそ汁 麦茶、コーンフレーク	ごはん もも	5倍粥 しらすとほうれん草煮 キャベツと人参和え 玉ねぎのみそ汁
	牛乳、ビスケット	ビスケット	7倍粥 しらすとほうれん草煮 キャベツと人参煮 玉ねぎのみそ汁
15 火	牛乳、おせんべい	おせんべい	
	牛乳、おせんべい	おせんべい	
15 火	鶏肉のマーレード焼き ひじきサラダ 人参ともやしのみそ汁	ごはん なし	5倍粥 鶏ひき肉とブロッコリー煮 ひじきサラダ 人参のみそ汁
	牛乳、メロンパンクッキー	マッシュかぼちゃ	7倍粥 鶏ひき肉とブロッコリー煮 ひじきサラダ 人参のみそ汁
16 水	牛乳、おせんべい	おせんべい	
	牛乳、おせんべい	おせんべい	
16 水	中華丼 ちくわときゅうりのあえもの 小松菜とコーンのスープ	みかん	中華丼(5倍粥、鶏ひき肉、白菜、人参) きゅうりスティック 小松菜のスープ
	牛乳、おせんべい、ミニゼリー	野菜リング	中華丼(7倍粥、鶏ひき肉、白菜、人参) ブロッコリー煮 小松菜のスープ
17 木	牛乳、おせんべい	おせんべい	
	牛乳、おせんべい	おせんべい	
17 木	カレイのごま照り焼き スバグティのツナサラダ キャベツと油揚げのみそ汁	ごはん パイ	5倍粥 カレイのほぐし スバグティサラダ キャベツのみそ汁
	牛乳、グラッカー	ビスケット	7倍粥 カレイ煮 スバグティサラダ キャベツのみそ汁

18 金	牛乳、クリームサンドビスケット ささみとブロッコリーのあんかけ 豆とひじき煮 じゃがいもと玉ねぎのみそ汁 牛乳、ココアパンケーキ	ウエハース 5倍粥 ささみとブロッコリーのあんかけ 豆とひじき煮 じゃがいもと玉ねぎのみそ汁 ほうれん草のおやき	7倍粥 ささみとブロッコリーのあんかけ 豆とひじき煮 じゃがいもと玉ねぎのみそ汁 ほうれん草粥
	牛乳、おせんべい 豚肉のしょうが焼き ほうれん草としめじのソテー 小松菜と人参のみそ汁	おせんべい あんかけごはん (5倍粥、しらす、ほうれん草、人参) 茹でブロッコリー 小松菜のみそ汁	あんかけごはん (7倍粥、しらす、ほうれん草、人参) ブロッコリー煮 小松菜のみそ汁
19 土	牛乳、マカロニきな粉 牛乳、おせんべい	マカロニきな粉 おせんべい	マカロニきな粉
	休日保育		
20 日	牛乳、クリームサンドビスケット 牛乳、小魚せんべい	ウエハース おせんべい	おせんべい
	厚揚げの野菜あんかけ ブロッコリーとしらす和え わかめスープ 牛乳、にゅうめん	5倍粥 しらすと野菜煮 ブロッコリーと人参和え 玉ねぎのスープ にゅうめん	7倍粥 しらすと野菜煮 ブロッコリーと人参煮 玉ねぎのスープ にゅうめん
21 月	牛乳、ビスケット 鶏肉のパン粉焼き カミカミサラダ 里芋とねぎのみそ汁 牛乳、お麩ラスク	ビスケット 5倍粥 鶏ひき肉とブロッコリー煮 人参スティック ほうれん草のみそ汁 マッシュカぼちゃ	7倍粥 鶏ひき肉とブロッコリー煮 人参煮 ほうれん草のみそ汁 マッシュカぼちゃ
	牛乳、おせんべい カレイのほぐし 高野豆腐と野菜の含め煮 キャベツともやしのみそ汁 麦茶、お誕生日ケーキ	おせんべい 5倍粥 カレイのほぐし 人参と大根煮 キャベツのみそ汁 フルーツヨーグルト	7倍粥 カレイ煮 人参と大根煮 キャベツのみそ汁 フルーツヨーグルト
22 火	牛乳、おせんべい じゃがいものそぼろ煮 白菜と人参のおかか和え お麩とほうれん草のみそ汁 牛乳、お好み焼き	おせんべい 5倍粥 じゃがいものそぼろ煮 白菜と人参和え ほうれん草のみそ汁 キャベツのおやき	7倍粥 じゃがいものそぼろ煮 白菜と人参煮 ほうれん草のみそ汁 キャベツの粥
	牛乳、クリームサンドビスケット ミートソーススパゲティ ほうれん草と人参のごま和え ブロッコリーのコンソメスープ 牛乳、おかかごはん	ウエハース スープスパゲティ (スパゲティ、鶏ひき肉、玉ねぎ、人参) ブロッコリーのスープ パナナ しらす粥	スープスパゲティ (スパゲティ、鶏ひき肉、玉ねぎ、人参) ブロッコリーのスープ パナナ しらす粥
23 水	牛乳、おせんべい きつねうどん ささみときゅうりのあえもの 牛乳、ゆかりごはん	おせんべい あんかけうどん (うどん、しらす、ほうれん草、人参) きゅうりスティック パナナ ひじき粥	あんかけうどん (うどん、しらす、ほうれん草、人参) ブロッコリー煮 パナナ ひじき粥
	牛乳、クリームサンドビスケット 牛乳、おせんべい	ウエハース おせんべい	おせんべい
24 木	牛乳、おせんべい タンドリーチキン コールスローサラダ 豆腐となめこのみそ汁 牛乳、シュガードースト	おせんべい 5倍粥 鶏ひき肉とほうれん草煮 キャベツと人参和え 豆腐のみそ汁 パン粥	7倍粥 鶏ひき肉とほうれん草煮 キャベツと人参煮 豆腐のみそ汁 パン粥
	牛乳、小魚せんべい 牛乳、おせんべい	おせんべい おせんべい	おせんべい
25 金	休日保育		
	牛乳、クリームサンドビスケット 牛乳、ビスケット ひじき入り鶏つくね マカロニサラダ かぶとわかめのみそ汁 麦茶、コーンフレーク	ウエハース ビスケット 5倍粥 ハンバーグ マカロニサラダ 玉ねぎのみそ汁 マッシュカぼちゃ	おせんべい 7倍粥 ハンバーグ風 マカロニサラダ 玉ねぎのみそ汁 マッシュカぼちゃ
26 土	牛乳、おせんべい きつねうどん ささみときゅうりのあえもの 牛乳、ゆかりごはん	おせんべい あんかけうどん (うどん、しらす、ほうれん草、人参) きゅうりスティック パナナ ひじき粥	あんかけうどん (うどん、しらす、ほうれん草、人参) ブロッコリー煮 パナナ ひじき粥
	牛乳、クリームサンドビスケット 牛乳、おせんべい	ウエハース おせんべい	おせんべい
27 日	休日保育		
	牛乳、おせんべい 牛乳、おせんべい	おせんべい おせんべい	おせんべい
28 月	牛乳、おせんべい タンドリーチキン コールスローサラダ 豆腐となめこのみそ汁 牛乳、シュガードースト	おせんべい 5倍粥 鶏ひき肉とほうれん草煮 キャベツと人参和え 豆腐のみそ汁 パン粥	7倍粥 鶏ひき肉とほうれん草煮 キャベツと人参煮 豆腐のみそ汁 パン粥
	牛乳、小魚せんべい 牛乳、おせんべい	おせんべい おせんべい	おせんべい
29 火・祝	休日保育		
	牛乳、クリームサンドビスケット 牛乳、ビスケット ひじき入り鶏つくね マカロニサラダ かぶとわかめのみそ汁 麦茶、コーンフレーク	ウエハース ビスケット 5倍粥 ハンバーグ マカロニサラダ 玉ねぎのみそ汁 マッシュカぼちゃ	おせんべい 7倍粥 ハンバーグ風 マカロニサラダ 玉ねぎのみそ汁 マッシュカぼちゃ
30 水	牛乳、おせんべい きつねうどん ささみときゅうりのあえもの 牛乳、ゆかりごはん	おせんべい あんかけうどん (うどん、しらす、ほうれん草、人参) きゅうりスティック パナナ ひじき粥	あんかけうどん (うどん、しらす、ほうれん草、人参) ブロッコリー煮 パナナ ひじき粥
	牛乳、クリームサンドビスケット 牛乳、おせんべい	ウエハース おせんべい	おせんべい

※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、ご家庭でお試ください。

※日曜日、祝日は休日保育の為、朝おやつ、午後おやつのみ提供となります。