



| 主食 | | おもゆ | 10倍 | 7倍 | 5倍 | 軟飯 | ごはん |
|----|---|------|--------------------------------|---------------------------------|------------------------------------|-----|---------------------------------|
| | | | 30g | 60g | 70g | 80g | 90g |
| 2 | 月 | おもゆ | かぼちゃの煮物 キャベツと人参の煮物 すまし汁 | | かぼちゃのそぼろ煮 キャベツと人参の煮物 すまし汁 | | ごはん 豚肉のケチャップ炒め 酢の物 じゃが芋のみそ汁 |
| 3 | 火 | ☆休み☆ | ☆憲法記念日☆ | | | | |
| 4 | 水 | ☆休み☆ | ☆みどりの日☆ | | | | |
| 5 | 木 | ☆休み☆ | ☆こどもの日☆ | | | | |
| 6 | 金 | おもゆ | じゃが芋と玉ねぎの煮物 キャベツとバナナ和え すまし汁 | | じゃが芋と牛シンのケチャップ煮 キャベツとバナナ和え すまし汁 | | カレーライス ツナサラダ 果物 春雨スープ |
| 7 | 土 | おもゆ | ほうれん草としらすのあえ物 豆腐の煮物 すまし汁 | | ほうれん草としらすのあえ物 豆腐の煮物 すまし汁 | | チャーハン ほうれん草ごま和え 野菜のみそ汁 |
| 9 | 月 | おもゆ | さつまいもの煮物 すまし汁 きゅうりと人参の煮物 | | さつまいものそぼろ すまし汁 きゅうりと人参とおふの煮物 | | そぼろ丼 えのきのごま和え おふのみそ汁 |
| 10 | 火 | おもゆ | マーボー豆腐風 すまし汁 リンゴと人参の煮物 | | マーボー豆腐風 すまし汁 リンゴと人参の煮物 | | マーボー豆腐 コールスローサラダ 野菜のみそ汁 |
| 11 | 水 | おもゆ | ☆お弁当の日☆ | | | | |
| 12 | 木 | おもゆ | じゃが芋とキャベツの煮物 大根のおろし煮 すまし汁 | | じゃが芋のそぼろ煮 大根のおろし煮 すまし汁 | | ごはん 豚カツ ポテトサラダ しめじのみそ汁 |
| 13 | 金 | おもゆ | かぼちゃときなこの煮物 きゅうりの煮物 人参スープ | | かぼちゃときなこの煮物 高野豆腐の煮物 人参スープ | | カレーライス ごま和え 果物 豆腐入りにんじんスープ |
| 14 | 土 | おもゆ | 豆腐の煮物 すまし汁 キャベツの煮物 | | 豆腐の煮物 すまし汁 キャベツの煮物 | | おにぎり かぼちゃの煮物 野菜入り卵汁 |
| 16 | 月 | おもゆ | かぼちゃの煮物 えんどう豆の煮物 すまし汁 | | かぼちゃのそぼろ煮 キャベツと人参の煮物 すまし汁 | | ごはん 豚肉のケチャップ炒め 酢の物 じゃが芋のみそ汁 |
| 17 | 火 | おもゆ | ほうれん草の煮物 すまし汁 キャベツの煮物 | 納豆とほうれん草の煮物 すまし汁 ふとわかめの煮物 | 納豆とほうれん草の煮物 すまし汁 ふとわかめの煮物 | | ごはん 千草焼き 納豆和え 野菜のみそ汁 |
| 18 | 水 | おもゆ | すうどん さつまいもの煮物 玉ねぎと人参の煮物 | | 肉うどん さつまいもの煮物 切干大根の煮物 | | ごはん 肉うどん 油揚げの酢の物 切干大根の煮物 |
| 19 | 木 | おもゆ | 白身魚の煮物 すまし汁 大根の煮物 | 白身魚の煮物 すまし汁 大根とチーズと人参の煮物 | 白身魚ムニエル すまし汁 大根とチーズと人参の煮物 | | ごはん さばの塩焼き ハムサラダ 豆腐のすまし汁 |
| 20 | 金 | おもゆ | じゃが芋と玉葱の煮物 キャベツとバナナ和え すまし汁 | | じゃが芋と牛シンのケチャップ煮 キャベツとバナナ和え すまし汁 | | カレーライス ツナサラダ 果物 春雨スープ |
| 21 | 土 | おもゆ | ほうれん草としらすのあえ物 豆腐の煮物 すまし汁 | | ほうれん草としらすのあえ物 豆腐の煮物 すまし汁 | | チャーハン ほうれん草ごま和え 野菜のみそ汁 |
| 23 | 月 | おもゆ | さつまいもの煮物 すまし汁 きゅうりと人参の煮物 | | さつまいものそぼろ すまし汁 きゅうりと人参とおふの煮物 | | そぼろ丼 えのきのごま和え おふのみそ汁 |
| 24 | 火 | おもゆ | マーボー豆腐風 すまし汁 リンゴと人参の甘煮 | | マーボー豆腐風 すまし汁 リンゴと人参の甘煮 | | マーボー豆腐 コールスローサラダ 野菜のみそ汁 |
| 25 | 水 | おもゆ | すうどん えんどう豆の煮物 ブロッコリーと人参の煮物 | | 卵うどん えんどう豆と小芋煮 ブロッコリーと人参とチーズの煮物 | | ごはん きつねうどん 小芋の煮物 じゃこの酢の物 チーズ |
| 26 | 木 | おもゆ | じゃが芋とキャベツの煮物 大根のおろし煮 すまし汁 | | じゃが芋のそぼろ煮 大根のおろし煮 すまし汁 | | ごはん 豚カツ ポテトサラダ しめじのみそ汁 |
| 27 | 金 | おもゆ | キャベツの煮物 人参スープ きゅうりとにんじんの煮物 | | ひじきの煮物 人参スープ きゅうりとにんじんの煮物 | | ちらし寿司 ごま和え 豆腐入りにんじんスープ |
| 28 | 土 | おもゆ | 豆腐の煮物 すまし汁 かぼちゃの煮物 | | 豆腐の煮物 卵汁 かぼちゃの煮物 | | おにぎり かぼちゃの煮物 野菜入り卵汁 |
| 30 | 月 | おもゆ | 白身魚の煮物 すまし汁 さつまいもの煮物 | | 白身魚の煮物 すまし汁 さつまいものそぼろ煮 | | ごはん 豚肉のケチャップ炒め 酢の物 じゃが芋のみそ汁 |
| 31 | 火 | おもゆ | ほうれん草の煮物 すまし汁 キャベツの煮物 | 納豆とほうれん草の煮物 すまし汁 ふとわかめの煮物 | 納豆とほうれん草の煮物 すまし汁 ふとわかめの煮物 | | ごはん 千草焼き 納豆和え 野菜のみそ汁 |

月齢はあくまでも目安で、調理形態・分量・献立内容は、一人一人の発達に応じて出しています。

アレルギーのある子には、代替食・除去食をだしています。

昆布だしを使って味付けしています。