

献立表

日付	献立	エネルギー たんぱく質 脂質／塩分 ()は未満児	材 料 名				10時おやつ	3時おやつ	行事
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料			
01 水	カレーサンド、スキムミルク入り 洋風炒り豆腐、にんじんサラダ	509.4(471.2) 24.2(20.6) 19.6(18.1) 2.5(2.2)	マーガリンロール 55g、○ 米、油、砂糖、○ごま油、 マーガリンロール 45g	豚ひき肉、押し豆腐、卵、ス キムミルク、○しらす干し、 白ごま、○白ごま	たまねぎ、にんじん、もやし、 ○こまつな、干しいたけ、 にんにく、グリーンピース (冷凍)	カレールウ、しょうゆ、酢、食 塩、コンソメ	麦茶、菓子	麦茶、青菜とし らすおにぎり	
02 木	ミートソーススパゲティ、くずうち サラダ、じゃがいもとしめじの スープ	412.0(369.9) 18.5(15.3) 13.7(11.1) 2.1(1.7)	○米、スパゲティ(ゆで)、 じゃがいも、片栗粉、砂糖、 油、ごま油、◎さつまいも	○牛乳、豚ひき肉、鶏ささ 身、○ベーコン、粉チーズ、 ○バター	たまねぎ、キャベツ、にんじ ん、きゅうり、○ほうれんそ う、セロリー、ピーマン、しめ じ、カットわかめ	ケチャップ、しょうゆ、酢、中 濃ソース、○しょうゆ、酒、食 塩、コンソメ、○食塩	麦茶、さつまい も	牛乳、ほうれん 草とベーコンの おにぎり	
03 金	ご飯(麦入り)、チキン南蛮のタル タルソース添え、和風サラダ、わ かめのみそ汁	641.6(534.4) 25.2(21.6) 27.9(23.9) 1.8(1.6)	米、○食パン、大豆マヨ ネーズ、片栗粉、押麦、砂 糖、油、○砂糖、ごま油	○牛乳、鶏もも肉 20g、 卵、白みそ、いわし(煮干 し)、○バター、◎チーズ	キャベツ、たまねぎ、トマト、 きゅうり、カットわかめ	酢、しょうゆ、みりん、酒、パ セリ粉、食塩	麦茶、チーズ	牛乳、ラスク・パ ター	
04 土	焼きそば、わかめスープ、パナ ナ	420.7(390.3) 14.7(12.4) 13.1(10.7) 1.5(1.2)	○ゼリー(オレンジ、りんご、 ぶどう)、焼きそばめん、油	○牛乳、豚肩小間切れ	バナナ、キャベツ、たまね ぎ、にんじん、ピーマン、 カットわかめ、あおのり、◎り んご天然果汁	焼きそばソース、しょうゆ、コ ンソメ、食塩	リンゴジュース	牛乳、ぶどうゼ リー、菓子	
06 月	親子丼、三色お浸し、キャベツ のみそ汁	380.4(363.1) 18.6(17.5) 8.3(7.1) 1.5(1.3)	米、○ゆで中華めん、焼ふ (板ふ)、○油、砂糖	卵、鶏もも小間切れ、○豚 肩小間切れ、白みそ、いわ し(煮干し)、かつお節、◎ ヨーグルト(ドリンク)	たまねぎ、キャベツ、はくさ い、にんじん、○たまねぎ、 えのきたけ、ねぎ、○コーン 缶	しょうゆ、○中華スープ、み りん、○鶏ガラ	飲むヨーグルト	麦茶、醤油ラー メン	
07 火	高菜チャーハン、餃子、切干大 根のナムル、なるととねぎのスー プ	558.3(450.2) 19.7(15.4) 17.1(13.5) 2.5(1.9)	米、○食パン 8枚切り、ぎょ うざの皮、○砂糖、油、ごま 油	○牛乳、豚ひき肉、ウイン ナー、なると、○クリーム チーズ	◎バナナ、キャベツ、にんじ ん、もやし、きゅうり、たかな (たかな漬)、コーン缶、に ら、ねぎ、切り干しだいこ ん、しょうが、にんにく	しょうゆ、中華スープ、コンソ メ、食塩	麦茶、バナナ	牛乳、クリーム チーズサンド	
08 水	鶏の照り焼きサンド、麻婆豆腐 スープ、バナナ	526.8(503.9) 25.4(21.8) 19.5(17.7) 1.7(1.6)	マーガリンロール 55g、○ 米、○大豆マヨネーズ、砂 糖、油、大豆マヨネーズ、○ 砂糖、ごま油、マーガリン ロール 45g	絹ごし豆腐、鶏もも小間切 れ、豚ひき肉、○スキムミ ルク、○ツナ水煮缶、白みそ	キャベツ、にんじん、にら、 バナナ	みりん、しょうゆ、コンソメ、 食塩	麦茶、菓子	スキムミルク、ツ ナマヨおにぎり	
09 木	黒ごまご飯、かじきの竜田揚げ、 キャベツのゆかり和え、ほうれん 草のみそ汁	486.0(425.1) 21.5(17.6) 11.6(9.0) 1.3(1.0)	米、片栗粉、○砂糖、油、焼 ふ、◎さつまいも	かじき、○豆乳、○豆乳ク リーム、白みそ、いわし(煮 干し)、黒ごま、○ゼラチン	○りんご天然果汁、キャベ ツ、ほうれんそう、きゅうり、 にんじん、しょうが	しょうゆ、酒、ゆかり	麦茶、さつまい も	リンゴジュース、 ココアプリンアラ モード	お誕生日会
10 金	ハヤシライス、フレンチサラダ、 玉ねぎとコーンのスープ	532.1(456.1) 17.7(16.2) 17.3(15.4) 2.3(2.1)	米、押麦、油、砂糖	○ヨーグルト(加糖)、豚肩小 間切れ、スキムミルク、◎ チーズ	たまねぎ、キャベツ、にんじ ん、みかん缶、きゅうり、コー ン缶、にんにく	ハヤシルウ、酢、しょうゆ、食 塩、コンソメ	麦茶、チーズ	麦茶、菓子、 カップヨーグルト	
11 土	カレーライス、キャベツのスー プ、バナナ	470.1(428.6) 13.3(11.2) 10.8(8.7) 1.9(1.5)	○ゼリー(オレンジ、りんご、 ぶどう)、米、油	豚肩小間切れ	バナナ、たまねぎ、キャベ ツ、しめじ、にんじん、コーン 缶、◎りんご天然果汁	カレールウ、しょうゆ、ケ チャップ、コンソメ、食塩	リンゴジュース	麦茶、菓子、り んごゼリー	
14 火	ご飯(麦入り)、さば(幼)かじき (乳)の葱味噌焼き、ひじきの煮 物(にんじん)、豆腐と青菜のす まし汁	551.9(442.4) 25.2(20.2) 20.0(12.3) 2.0(1.5)	米、○小麦粉、○グラ ニュー糖、砂糖、ごま油、○ 砂糖、押麦	さば、木綿豆腐、○スキムミ ルク、○バター、○牛乳、油 揚げ、赤みそ、かつお節、 かじき	にんじん、こまつな、ねぎ、 ひじき、さやえんどう、◎パ ナナ	かつおだし汁、しょうゆ、みり ん、○ベーキングパウダー、 食塩、酒	麦茶、バナナ	スキムミルク、ス コーン	
15 水	ロールパン、クリームシチュー、 パプリカのマリネ	492.8(447.4) 19.8(16.7) 18.8(17.1) 1.8(1.7)	マーガリンロール 55g、じゃ がいも、○米、○もち米、小 麦粉、油、砂糖、○砂糖、 マーガリンロール 45g	鶏もも小間切れ、ツナ油漬 缶、スキムミルク、バター、○ 鶏ひき肉、○油揚げ、○かつ お節	たまねぎ、黄ピーマン、トマ ト、きゅうり、にんじん、赤 ピーマン、ほうれんそう、プ ロッコリー、○しめじ、○にん じん、○干しいたけ	酢、○しょうゆ、○みりん、 しょうゆ、食塩、○酒、コンソ メ、○食塩	麦茶、菓子	麦茶、きのごお こわおにぎり	
16 木	キャベツとなるとのラーメン、レ バーのごま味噌和え、春雨サラ ダ	622.9(538.5) 27.7(22.6) 20.7(16.7) 1.7(1.4)	ゆで中華めん、○米、片栗 粉、油、はるさめ、砂糖、○ 砂糖、ごま油、◎さつまいも	○牛乳、豚レバー(スライ ス)、豚肩小間切れ、○豚ひ き肉、なると、ベーコン、白 みそ、白ごま、○白みそ	きゅうり、たまねぎ、キャベ ツ、トマト、しょうが	中華スープ、しょうゆ、みり ん、○酒、酢、○しょうゆ、鶏 ガラ	麦茶、さつまい も	牛乳、肉みそお にぎり	
17 金	ご飯(麦入り)、チンジャオロース、 たたき胡瓜、わかめともやし の中華スープ	497.0(418.8) 19.9(17.4) 18.5(16.4) 2.0(1.8)	米、○食パン 6枚切り、○ 大豆マヨネーズ、押麦、ごま 油、片栗粉、砂糖	○牛乳、豚肩小間切れ、○ しらす干し、○粉チーズ、◎ チーズ	きゅうり、もやし、ピーマン、 たけのこ、にんにく、しょう が、カットわかめ、○あおの り	しょうゆ、酢、酒、鶏ガラ、コ ンソメ、食塩	麦茶、チーズ	牛乳、じゃこト ースト	
18 土	高菜チャーハン、野菜みそ汁、 バナナ	517.8(468.0) 14.1(11.9) 12.8(10.5) 1.5(1.2)	○ゼリー(オレンジ、りんご、 ぶどう)、米、油、ごま油	○牛乳、ウインナー、白み そ、いわし(煮干し)	バナナ、キャベツ、にんじ ん、えのきたけ、たかな(た かな漬)、コーン缶、◎りん ご天然果汁	しょうゆ、コンソメ	リンゴジュース	牛乳、菓子、ぶ どうゼリー	
20 月	納豆ご飯、鶏肉のマーマレード 焼き、キャベツとひじき炒め、な めことだいごんのみそ汁	456.0(422.2) 23.8(21.5) 13.9(11.4) 2.4(2.0)	米、○干しそうめん、ごま油	鶏もも肉 30g、挽きわり納 豆、なると、白みそ、○油揚 げ、いわし(煮干し)、○なると、 ◎ヨーグルト(ドリンク)	キャベツ、だいごん、マーマ レード、○ほうれんそう、な めこ、○にんじん、○ねぎ、 ひじき、にんにく	○かつおだし汁、しょうゆ、 酒、○しょうゆ、○食塩、食 塩	飲むヨーグルト	麦茶、そうめん (ほうれん草)	
21 火	焼きそば、にら卵汁、切干大根 のサラダ	415.2(383.8) 18.8(17.4) 17.0(11.4) 1.9(1.7)	焼きそばめん、大豆マヨ ネーズ、油、片栗粉、○砂 糖、砂糖、○食パン	豚肩小間切れ、卵、○スキ ムミルク、ベーコン、かつお 節	キャベツ、もやし、にんじん、 にら、切り干しだいごん、あ おのり、○りんごジャム、◎ バナナ	焼きそばソース、しょうゆ、 酢、食塩	麦茶、バナナ	スキムミルク、 アップルパイ (幼)、りんごジャ ムパン	
22 水	たまごサンド、きのご鶏肉のポ トフ、ツナサラダ	451.0(392.2) 19.3(16.0) 17.4(16.0) 2.1(1.7)	食パン 8枚切り、○さつま いも、○砂糖、大豆マヨネ ーズ、油、○油、砂糖、○片栗 粉	卵、○だいたず水煮缶詰、鶏 もも小間切れ、○スキムミ ルク、ツナ油漬缶	キャベツ、たまねぎ、トマト、 にんじん、しめじ、きゅうり、 えのきたけ、エリンギ	しょうゆ、酢、○しょうゆ、食 塩、コンソメ	麦茶、菓子	スキムミルク、大 豆とさつま芋の 蜜がらめ	
23 木	ほうとう、桜えびのかき揚げ、梨	446.3(392.4) 14.9(12.2) 10.4(8.4) 1.2(1.0)	ゆでうどん、○米、小麦粉、 油、片栗粉、◎さつまいも	○牛乳、白みそ、油揚げ、 かつお節、干しえび	なし、たまねぎ、かぼちゃ、 はくさい、だいごん、にんじ ん、ごぼう、ピーマン、ねぎ	しょうゆ、食塩	麦茶、さつまい も	牛乳、おかゆお にぎり	
24 金	カレーライス、玉ねぎとしめじの スープ、コールスローサラダ、ヤ クルト	514.5(441.1) 17.9(15.9) 14.3(13.1) 2.1(1.9)	米、じゃがいも、○マカロ ニ、押麦、○砂糖、大豆マヨ ネーズ、油、砂糖	○牛乳、ヤクルト、鶏もも 肉、○きな粉、スキムミルク、 ◎チーズ	たまねぎ、キャベツ、にんじ ん、しめじ、きゅうり、コー ン缶、にんにく	カレールウ、しょうゆ、酢、食 塩、コンソメ、○食塩	麦茶、チーズ	牛乳、きな粉マ カロニ	
25 土	焼きそば、わかめスープ、パナ ナ	420.7(390.3) 14.7(12.4) 13.1(10.7) 1.5(1.2)	○ゼリー(オレンジ、りんご、 ぶどう)、焼きそばめん、油	○牛乳、豚肩小間切れ	バナナ、キャベツ、たまね ぎ、にんじん、ピーマン、 カットわかめ、あおのり、◎り んご天然果汁	焼きそばソース、しょうゆ、コ ンソメ、食塩	リンゴジュース	牛乳、りんごゼ リー、菓子	
27 月	ヤンニョムチキン丼、胡瓜とツナ の昆布和え、きのこのみそ汁	480.2(447.0) 21.5(20.4) 15.3(12.6) 1.6(1.4)	○じゃがいも、米、油、○片 栗粉、米粉、小麦粉、砂糖、 ○油、○砂糖、ごま油	鶏もも小間切れ、○スキムミ ルク、ツナ水煮缶、白みそ、 いわし(煮干し)、◎ヨーグル ト(ドリンク)	きゅうり、たまねぎ、しめじ、 にんじん、えのきたけ、まい たけ、塩こんぶ、にんにく、 ○あおのり	ケチャップ、みりん、しょ うゆ、○しょうゆ、○食塩	飲むヨーグルト	スキムミルク、芋 もち	
28 火	豚丼、うの花炒り煮、大根のみそ 汁	508.6(456.3) 22.9(19.3) 15.2(12.3) 1.8(1.5)	米、油、砂糖、片栗粉、◎さ つまいも	○ヨーグルト(加糖)、豚肩小 間切れ、おかから、白みそ、油 揚げ、かつお節、いわし(煮 干し)	たまねぎ、だいごん、こまつ な、ねぎ、にんじん、干し いたけ	しょうゆ、みりん、酒、食塩	麦茶、さつまい も	麦茶、菓子、 カップヨーグルト	
29 水	フィッシュサンド、ミネストロー ネ、即席ピクルス	688.1(464.6) 26.8(17.8) 26.4(19.2) 2.7(1.8)	マーガリンロール 55g、 マーガリンロール 45g、○ 米、パン粉、マカロニ、小麦 粉、油、○油、○ごま油、砂 糖、○砂糖	○牛乳、メルルーサ、ペー コン、○豚ひき肉	たまねぎ、だいごん、にんじ ん、きゅうり、ホールトマト缶 詰、しめじ、セロリー、○にら	ケチャップ、酢、○しょうゆ、 中濃ソース、しょうゆ、みり ん、食塩、コンソメ	麦茶、菓子	牛乳、中華風お にぎり	
30 木	中華丼、切干大根の甘酢和え、 ほうれん草と卵のスープ	422.5(360.8) 15.4(12.6) 10.0(8.1) 1.5(1.2)	米、○さつまいも、グラタン えび(冷凍)、押麦、○砂 糖、片栗粉、砂糖、油、ごま 油	豚肩小間切れ、卵、かつお 節、すりごま	たまねぎ、はくさい、にんじ ん、ほうれんそう、きゅうり、 たけのこ(ゆで)、チンゲンサ イ、切り干しだいごん、干し しいたけ、しょうが、◎パナ	しょうゆ、酢、中華スープ、 ○しょうゆ、食塩、鶏ガラ	麦茶、バナナ	麦茶、さつま芋 の甘煮	
31 金	チキンライス、パイন入り甘酢、 白菜とベーコンのスープ	561.2(470.6) 8.1(7.8) 10.3(9.8) 1.3(1.2)	米、砂糖、油	ウインナー、卵、ベーコン、 バター、◎チーズ	○りんご天然果汁、たまね ぎ、はくさい、キャベツ、パ イン缶、きゅうり、にんじん、ト マトピューレ、いんげん	ケチャップ、酢、しょうゆ、食 塩、コンソメ	麦茶、チーズ	リンゴジュース、 パンプキンプリ ン	お弁当の日

*都合によりメニュー変更になる場合があります。

2025年10月		献立表				後期	
日付	献立	材 料 名				10時おやつ	3時おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料		
01 水	食パン、スキムミルク入り洋風炒り豆腐、にんじんサラダ	食パン、○米、油、砂糖、○ごま油、◎マンナビスケット	豚ひき肉、押し豆腐、卵、スキムミルク、○しらす干し、白ごま、○白ごま	たまねぎ、にんじん、もやし、○こまつな、干ししいたけ、グリーンピース(冷凍)	しょうゆ、かつおだし汁	マンナビスケット	青菜としらすおにぎり
02 木	ミートソーススパゲティ、くずうちサラダ、じゃがいもとしめじのスープ	○米、スパゲティ(ゆで)、じゃがいも、片栗粉、砂糖、油、ごま油、◎さつまいも	豚ひき肉、鶏ささ身、粉チーズ	たまねぎ、キャベツ、にんじん、きゅうり、○ほうれんそう、セロリー、ピーマン、しめじ、カットわかめ	ケチャップ、しょうゆ、酢、○しょうゆ、酒、かつおだし汁	さつまいも	ほうれん草のおかゆ
03 金	軟飯、チキン南蛮と和風サラダ、わかめのみそ汁	米、○食パン、片栗粉、砂糖、油、○砂糖、ごま油	鶏もも肉、みそ、いわし(煮干し)、○バター、◎チーズ	キャベツ、たまねぎ、トマト、きゅうり、カットわかめ	酢、しょうゆ、みりん、酒、かつおだし汁	チーズ	バタートースト
06 月	あんかけ軟飯、三色お浸し、キャベツのみそ汁	米、○ゆでうどん、焼ふ(板ふ)、砂糖	鶏もも小間切れ、○豚肩小間切れ、みそ、いわし(煮干し)、◎ヨーグルト(ドリンク)	たまねぎ、キャベツ、はくさい、にんじん、○たまねぎ、えのきたけ、ねぎ、○コーン缶	しょうゆ、○しょうゆ、みりん、かつおだし汁	飲むヨーグルト	煮込みうどん
07 火	軟飯、肉団子と切干大根のナムル、わかめとねぎのスープ	米、○食パン、○砂糖、油	豚ひき肉、○クリームチーズ	◎バナナ、キャベツ、にんじん、もやし、きゅうり、わかめ、にら、ねぎ、切り干しだいこん	しょうゆ、かつおだし汁	煮バナナ	クリームチーズサンド
08 水	食パン、麻婆豆腐スープ、煮バナナ	食パン、○米、砂糖、油、○砂糖、ごま油、◎ハイハイン	絹ごし豆腐、○鶏もも小間切れ、豚ひき肉、みそ	キャベツ、にんじん、にら、バナナ	○みりん、○しょうゆ、かつおだし汁	ハイハイン	照り焼きチキン粥
09 木	軟飯、かじきの竜田揚げ(油抜き)とキャベツ和え、ほうれん草のみそ汁	米、片栗粉、○砂糖、油、焼ふ、◎さつまいも	かじき、みそ、いわし(煮干し)	キャベツ、ほうれんそう、きゅうり、にんじん、しょうが、○バナナ、○みかん缶	しょうゆ、酒、かつおだし汁	さつまいも	フルーツミックス
10 金	あんかけ軟飯、フレンチサラダ、玉ねぎとコーンのスープ	米、油、砂糖、○マンナウエハー	○ヨーグルト(加糖)、豚肩小間切れ、◎チーズ	たまねぎ、キャベツ、にんじん、みかん缶、きゅうり、コーン缶	酢、しょうゆ、かつおだし汁	チーズ	マンナウエハー、カップヨーグルト
14 火	軟飯、かじきの葱味噌焼きとひじきの煮物、豆腐と青菜のすまし汁	米、○小麦粉、○グラニュー糖、砂糖、ごま油、○砂糖	かじき、木綿豆腐、○バター、○牛乳、みそ、かじき	にんじん、こまつな、ねぎ、ひじき、さやえんどう、◎バナナ	かつおだし汁、しょうゆ、みりん、○ベーキングパウダー	煮バナナ	蒸しパン
15 水	食パン、クリームシチュー、パプリカのマリネ	食パン、じゃがいも、○米、小麦粉、油、砂糖、○砂糖、○マンナビスケット	鶏もも小間切れ、ツナ油漬缶、スキムミルク、バター、○鶏ひき肉	たまねぎ、黄ピーマン、トマト、きゅうり、にんじん、赤ピーマン、ほうれんそう、ブロッコリー、○しめじ、○にんじん、○干ししいたけ	酢、○しょうゆ、○みりん、しょうゆ、かつおだし汁	マンナビスケット	きのこ入り粥
16 木	煮込みうどん、レバーのご味噌和え(油抜き)と春雨サラダ	うどん、○米、片栗粉、油、はるさめ、砂糖、○砂糖、ごま油、◎さつまいも	豚レバー(スライス)、豚肩小間切れ、○豚ひき肉、みそ、白ごま、○みそ	きゅうり、たまねぎ、キャベツ、トマト	かつおだし汁、しょうゆ、みりん、○酒、酢、○しょうゆ	さつまいも	肉みそ入り粥
17 金	軟飯、豚肉とピーマンときゅうり炒め、わかめともやしのスープ	米、○食パン、○大豆マヨネーズ、ごま油、片栗粉、砂糖	豚肩小間切れ、○しらす干し、○粉チーズ、◎チーズ	きゅうり、もやし、ピーマン、カットわかめ、○あおのり	しょうゆ、かつおだし汁	チーズ	じゃこトースト
20 月	納豆入り軟飯、鶏肉とキャベツとひじき炒め、なめこだいこんのみそ汁	米、○干しとうもろこし、ごま油	鶏もも肉、挽きわり納豆、みそ、いわし(煮干し)、◎ヨーグルト(ドリンク)	キャベツ、だいこん、○ほうれんそう、なめこ、○にんじん、○ねぎ、ひじき	かつおだし汁、しょうゆ、酒	飲むヨーグルト	そうめん(ほうれん草)
21 火	煮込みうどん、切干大根のサラダ	うどん、大豆マヨネーズ、油、片栗粉、○砂糖、砂糖、○食パン	豚肩小間切れ、ささみ	キャベツ、もやし、にんじん、にら、切り干しだいこん、○りんごジャム、◎バナナ	かつおだし汁、しょうゆ、酢	煮バナナ	りんごジャムパン
22 水	食パン、きのこ鶏肉のスープ、ツナサラダ	食パン、○さつまいも、大豆マヨネーズ、油、砂糖、◎ハイハイン	○だいず水煮缶詰、鶏もも小間切れ、ツナ油漬缶	キャベツ、たまねぎ、トマト、にんじん、しめじ、きゅうり、えのきたけ	しょうゆ、酢、かつおだし汁	ハイハイン	大豆とさつま芋のマッシュ
23 木	ほうとう、桜えびのかき揚げ(油抜き)、煮梨	ゆでうどん、○米、小麦粉、油、片栗粉、◎さつまいも	みそ、干しえび	なし、たまねぎ、かぼちゃ、はくさい、だいこん、にんじん、ごぼう、ピーマン、ねぎ	しょうゆ、かつおだし汁	さつまいも	おかか入り軟飯
24 金	あんかけ軟飯、玉ねぎとしめじのスープ、コールスローサラダ	米、じゃがいも、○マカロニ、○砂糖、大豆マヨネーズ、油、砂糖	鶏もも肉、○きな粉、◎チーズ	たまねぎ、キャベツ、にんじん、しめじ、きゅうり、コーン缶	しょうゆ、酢、かつおだし汁	チーズ	きな粉マカロニ
27 月	軟飯、鶏の照り焼きと胡瓜とツナの和え物、きのこのみそ汁	○じゃがいも、米、油、小麦粉、砂糖、ごま油	鶏もも小間切れ、ツナ水煮缶、みそ、いわし(煮干し)、◎ヨーグルト(ドリンク)	きゅうり、たまねぎ、しめじ、にんじん、えのきたけ、まいたけ、○あおのり	みりん、しょうゆ、かつおだし汁	飲むヨーグルト	青のり入りマッシュポテト
28 火	豚肉入り軟飯、うの花炒り煮、大根のみそ汁	米、油、砂糖、片栗粉、◎さつまいも、○マンナウエハー	○ヨーグルト(加糖)、豚肩小間切れ、おから、みそ、いわし(煮干し)	たまねぎ、だいこん、こまつな、ねぎ、にんじん、干ししいたけ	しょうゆ、みりん、酒、かつおだし汁	さつまいも	マンナウエハー、カップヨーグルト
29 水	食パン、野菜スープ、魚フライ(油抜き)と即席ピクルス	食パン、○米、パン粉、マカロニ、小麦粉、油、○油、○ごま油、砂糖、○砂糖、◎ハイハイン	メルルーサ、○豚ひき肉	たまねぎ、だいこん、にんじん、きゅうり、ホールトマト缶詰、しめじ、セロリー、○にら	ケチャップ、酢、○しょうゆ、しょうゆ、みりん、かつおだし汁	ハイハイン	中華風軟飯
30 木	あんかけ軟飯、切干大根の甘酢和え、ほうれん草のスープ	米、○さつまいも、○砂糖、片栗粉、砂糖、油、ごま油	豚肩小間切れ、すりごま	たまねぎ、はくさい、にんじん、ほうれんそう、きゅうり、チンゲンサイ、切り干しだいこん、干ししいたけ、しょうが、◎バナナ	しょうゆ、酢、かつおだし汁、○しょうゆ	煮バナナ	さつま芋の甘煮
31 金	ささみ入り軟飯、野菜入り甘酢、白菜のスープ	米、砂糖	◎チーズ、○ヨーグルト、○ハイハイン	たまねぎ、はくさい、キャベツ、きゅうり、にんじん、トマトピューレ、○いちごジャム	酢、しょうゆ、かつおだし汁	チーズ	ヨーグルトのいちごジャムかけ、ハイハイン

＊都合によりメニュー変更になる場合があります。

食後必要に応じて育児用ミルクを飲ませています。
(牛乳・スキムミルクについては1才をすぎたからご家庭の状況に踏まえて進めていきます。)