



2024年7月給食だより



SuruSu上陽こども園

日付	曜日	おやつ(午前)	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午後)	
				主にかからだをつくるもの	主にかからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	材料
1	月	白い風船ミルククリーム お茶	白身魚の竜田揚げ 小松菜のおかか和え ごはん 味噌汁 フルーツ(黄桃缶)	たら かつお節 油揚げ・赤みそ・白みそ	しょうが 小松菜・えのきたけ・人参 玉ねぎ・わかめ 黄桃(缶詰)	砂糖・でん粉・油 米(国産)	醤油・料理酒 醤油・本みりん・だし だし	りんごきんとん 牛乳	さつまいも・砂糖・塩 本みりん・りんご(缶詰) 牛乳
2	火	五穀ビスケット お茶	豚肉のチャブチエ じゃが芋のマヨ焼 ごはん 味噌汁 フルーツ(みかん缶)	豚肉 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・ピーマン 白菜・小松菜・大根 みかん(缶詰)	緑豆春雨・油・砂糖・白ごま・調合ごま油 じゃが芋・マヨネーズタイプ(卵不使用)・油 米(国産)	醤油・本みりん・料理酒 だし	チーズ蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 豆乳・チーズ 牛乳
3	水	ソフトサラダ お茶	ジャージャーうどん もやしとチンゲン菜の和え物 スープ フルーツ(グレープフルーツ)	豚ひき肉・赤みそ かつお節 ウインナー	玉ねぎ・人参・きゅうり・しょうが もやし・チンゲン菜・人参 キャベツ・ブロッコリー グレープフルーツ	油・砂糖・調合ごま油・うどん 醤油・料理酒 醤油・本みりん・だし 鶏がらスープ	ケチャップライスおにぎり お茶	米(国産)・ツナフレーク・ピーマン 玉ねぎ・コンソメ・トマトケチャップ 麦茶	
4	木	クラッカー お茶	★チキンのアイオリソース マカロニソテー コールスローサラダ ごはん スープ	鶏肉 さげほくし身	にんにく・レモン果汁 マカロニ キャベツ・きゅうり・人参・コーン 大根・ほうれん草・玉ねぎ	小麦粉・油・マヨネーズタイプ(卵不使用) マカロニ・油 油・砂糖 米(国産)	塩 コンソメ 醤油・酢 コンソメ	きなこバターサンド ジョア(マスカット)	食パン・きな粉 バター・砂糖 ジョアマスカット(鉄・葉酸)
5	金	星っこ お茶	七夕ちらし寿司 星のミートコロッケ 天の川すまし汁 キラキラゼリー	さげほくし身	わかめご飯の素・人参・コーン・さやいんげん オクラ 寒天・おろしパイン	米(国産) 星のミートコロッケ・油 花麩・そうめん 砂糖	醤油 中濃ソース だし・醤油・塩	いちごのふわりクッキー 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・豆腐・ストロベリーソース 牛乳
6	土	ソフトサラダ お茶	中華丼 中華スープ フルーツ(黄桃缶)	豚肉 豆腐	白菜・玉ねぎ・人参・さやえんどう 小松菜・えのきたけ 黄桃(缶詰)	米(国産)・油・でん粉 鶏がらスープ・醤油・塩 鶏がらスープ			
8	月	五穀ビスケット お茶	サバの味噌煮 大根の金平 ほうれん草のごま和え 麦入りごはん すまし汁	さば・白みそ さつま揚げ 豆腐	しょうが 大根・人参 ほうれん草・人参 キャベツ・わかめ	砂糖 調合ごま油・砂糖 白ごま 米(国産)・押麦	醤油・本みりん・料理酒 だし・醤油・本みりん・料理酒 醤油・本みりん・だし だし・醤油・塩	味噌だれいもち 牛乳	じゃが芋・でん粉・油 砂糖・赤みそ・本みりん 牛乳
9	火	豆花クッキー お茶	スパゲティナポリタン アスパラのサラダ スープ 型抜きチーズ	ウインナー ツナフレーク チーズ	ピーマン・玉ねぎ・人参 グリーンアスパラガス・きゅうり・人参 大根・小松菜	スパゲティ・油 マヨネーズタイプ(卵不使用) じゃが芋	トマトケチャップ・コンソメ・塩 コンソメ	しらすごまおにぎり お茶	米(国産)・しらす 白ごま・醤油 麦茶
10	水	白い風船ミルククリーム お茶	サケの塩焼 高野豆腐の煮物 ごはん 味噌汁 フルーツ(バナナ)	ピンクサーモン 凍り豆腐・鶏肉 赤みそ・白みそ	人参・さやいんげん 白菜・玉ねぎ・わかめ バナナ	砂糖 米(国産)	塩 だし・醤油・料理酒 だし	シュガートースト 牛乳	食パン・バター 砂糖 牛乳
11	木	ソフトサラダ お茶	鶏肉の甘辛焼 切干大根サラダ ごはん 味噌汁 フルーツ(オレンジ)	鶏肉 赤みそ・白みそ	切干大根・きゅうり・人参 キャベツ・玉ねぎ オレンジ	砂糖・油 米(国産) おつゆ麩	醤油・料理酒 醤油・本みりん・だし だし	ツナとオニオンのケーキ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・豆乳・油 塩・ツナフレーク・玉ねぎ 牛乳
12	金	クラッカー お茶	夏野菜カレー ブロッコリーサラダ スープ フルーツ(黄桃缶)	豚肉 鶏ひき肉 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・なす・黄パプリカ・赤パプリカ ブロッコリー・コーン・人参 白菜・玉ねぎ・人参 黄桃(缶詰)	米(国産)・じゃが芋・油・砂糖・いちごジャム 砂糖・オリーブ油	カレーフレーク・トマトケチャップ・中濃ソース 酢・塩 コンソメ・塩	バナナヨーグルト りんごジュース	ヨーグルト・バナナ 砂糖 りんごジュース
13	土	星っこ お茶	野菜そぼろ丼 味噌汁 フルーツ(パイン缶)	鶏ひき肉 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ・しょうが・さやいんげん キャベツ・大根・人参 パイン(缶詰)	米(国産)・油・砂糖 醤油・本みりん だし			
16	火	ソフトサラダ お茶	★えびと豆腐のケチャップ煮 ツナサラダ ごはん 味噌汁 フルーツ(みかん缶)	えび・豆腐 ツナフレーク 赤みそ・白みそ	白ねぎ・グリーンピース・にんにく・しょうが キャベツ・コーン・人参 小松菜・玉ねぎ みかん(缶詰)	油・砂糖・でん粉 油・砂糖 米(国産) おつゆ麩	料理酒・鶏がらスープ・トマトケチャップ・醤油・塩 酢・塩 だし	ミートマカロニ 牛乳	マカロニ・豚ひき肉・玉ねぎ・にんにく・油・料理用赤ワイン 小麦粉・トマトケチャップ・ウスターソース・醤油・砂糖・塩 牛乳
17	水	クラッカー お茶	鶏肉のパーベキューソース ポテトフライ おおかサダ ごはん スープ	鶏肉 かつお節 大根・さやいんげん・コーン 白菜・玉ねぎ・人参	小麦粉・油・砂糖・でん粉 ポテトフライ・油 油・砂糖 米(国産)	塩・料理用赤ワイン・ウスターソース・トマトケチャップ・醤油・コンソメ 塩 醤油・酢 コンソメ	ちんすこう 牛乳	小麦粉・砂糖 塩・油 牛乳	
18	木	豆花クッキー お茶	★ラーメンサラダ 焼かぼちゃ あんかけ肉団子 フルーツ(すいか)	チキンフレーク チキンボール すいか	きゅうり・キャベツ・コーン・トマト かぼちゃ すいか	ラーメン・油・マヨネーズタイプ(卵不使用)・白ごま 油 油・砂糖・でん粉	冷やし中華の素 塩 醤油・本みりん・鶏がらスープ	わかめおにぎり お茶	米(国産) わかめご飯の素 麦茶
19	金	五穀ビスケット お茶	白身魚のサクサク焼 蒸しブロッコリー マカロニのケチャップ炒め ごはん スープ	たら ツナフレーク ほうれん草・大根・人参	ブロッコリー ピーマン・玉ねぎ ほうれん草・大根・人参	マヨネーズタイプ(卵不使用)・パン粉・油 マカロニ・油 米(国産)	塩・ウスターソース コンソメ・トマトケチャップ・塩 コンソメ	ぶどうゼリー 牛乳	寒天・ぶどうジュース 砂糖 牛乳
20	土	星っこ お茶	焼豚チャーハン 中華スープ フルーツ(パイン缶)	焼豚 豆腐	玉ねぎ・人参・さやいんげん 白菜・万能ねぎ パイン(缶詰)	米(国産)・調合ごま油 鶏がらスープ・塩 鶏がらスープ			
22	月	五穀ビスケット お茶	照焼ハンバーグ 人参グラッセ 花野菜のマヨ和え ごはん スープ	ハンバーグ 人参 カリフラワー・ブロッコリー・コーン しめじ・ほうれん草・玉ねぎ	人参 カリフラワー・ブロッコリー・コーン しめじ・ほうれん草・玉ねぎ	油・砂糖・でん粉 砂糖・バター マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	醤油・本みりん・料理酒 塩 コンソメ	お麩のラスク 牛乳	おつゆ麩・バター 砂糖 牛乳
23	火	白い風船ミルククリーム お茶	鶏肉の塩こうじ焼 オクラの納豆和え ごはん 味噌汁 フルーツ(オレンジ)	鶏肉 納豆 赤みそ・白みそ	オクラ・きゅうり・人参 キャベツ・玉ねぎ オレンジ	油 米(国産) おつゆ麩	塩こうじ 醤油 だし	のり塩ポテトボール 牛乳	じゃが芋・でん粉・粉チーズ 塩・マヨネーズタイプ(卵不使用)・あおさのり 牛乳
24	水	クラッカー お茶	サケのタルタル焼 ほうれん草のお浸し ごはん 味噌汁 フルーツ(黄桃缶)	ピンクサーモン 油揚げ・赤みそ・白みそ	ドライパセリ・玉ねぎ ほうれん草・人参・しめじ 大根・わかめ 黄桃(缶詰)	小麦粉・油・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	塩 醤油・本みりん・だし だし	アップルパイ 牛乳	ギョーザの皮・りんご(缶詰) 油 牛乳
25	木	豆花クッキー お茶	麻婆豆腐丼 三色ナムル 中華スープ フルーツ(バナナ)	豆腐・豚ひき肉・赤みそ ツナフレーク ほうれん草・大根・人参	しょうが・にんにく・玉ねぎ・しいたけ もやし・小松菜・人参・にんにく 白菜・玉ねぎ・コーン バナナ	米(国産)・油・砂糖・でん粉 白ごま・砂糖・調合ごま油	醤油・料理酒・鶏がらスープ 醤油・塩 鶏がらスープ	ツナサンド 牛乳	食パン・ツナフレーク きゅうり・マヨネーズタイプ(卵不使用) 牛乳
26	金	星っこ お茶	焼きそば 鶏肉の唐揚げ じゃがバター フルーツ(冷やしパイン)	かつお節 鶏肉 人参・キャベツ・もやし・あおさのり しょうが コーン・ピーマン パインアップル	焼きそば用麺・油 小麦粉・でん粉・油 じゃが芋・バター	焼きそばソース(粉)・中濃ソース 醤油・料理酒	アイスクリーム お茶	アイスクリーム(バニラ) 麦茶	
27	土	ソフトサラダ お茶	豚肉と野菜のオイスターソース丼 味噌汁 フルーツ(みかん缶)	豚肉 豆腐・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・チンゲン菜・しいたけ 大根・小松菜 みかん(缶詰)	米(国産)・でん粉・油・調合ごま油・砂糖 オイスターソース・醤油・料理酒・鶏がらスープ だし			
29	月	白い風船ミルククリーム お茶	白身魚の煮付け ビーフソテー キャベツの和え物 麦入りごはん 味噌汁	たら ハム・かつお節 赤みそ・白みそ	しょうが 玉ねぎ・青ねぎ・人参 ほうれん草・キャベツ わかめ・えのきたけ	砂糖 ビーフン・油 米(国産)・押麦 おつゆ麩	醤油・料理酒・だし 醤油・だし 醤油・本みりん だし	豆腐のふわりクッキー 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・豆腐 牛乳
30	火	五穀ビスケット お茶	トマト入りハッシュドポーク マセドアンサラダ スープ フルーツ(グレープフルーツ)	豚肉 豆腐・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・しめじ・にんにく・トマトピューレ きゅうり・人参 玉ねぎ・大根・ほうれん草 グレープフルーツ	米(国産)・オリーブ油・小麦粉 さつま芋・マヨネーズタイプ(卵不使用)	赤ワイン(料理用)・中濃ソース・コンソメ・トマトケチャップ 塩 コンソメ	マドレーヌ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・バター 卵・砂糖 牛乳
31	水	ソフトサラダ お茶	チキンカツ コーンサラダ 食パン スープ フルーツ(黄桃缶)	鶏肉 小松菜・しめじ 黄桃(缶詰)	コーン・人参・キャベツ 小松菜・しめじ 黄桃(缶詰)	小麦粉・パン粉・油 砂糖・オリーブ油 食パン じゃが芋	塩・こしょう・中濃ソース 酢・塩・醤油 コンソメ	きつねおにぎり お茶	米(国産)・油揚げ・砂糖 本みりん・醤油・白ごま 麦茶

栄養価の平均 (3歳以上) エネルギー544kcal たんぱく質20.2g 脂質16.3g カルシウム191mg 食塩相当量2.0g
(3歳未満) エネルギー467kcal たんぱく質16.7g 脂質14.0g カルシウム183mg 食塩相当量1.6g

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。



2024年7月給食だより（完了期）



SuruSu上陽こども園

日付	曜日	おやつ(午前)	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午後)	
				主にならだをつくるもの	主にならだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	材料
1	月	野菜ハイハイ お茶	白身魚の照焼 小松菜のおかか和え 軟飯 味噌汁 フルーツ(黄桃缶)	たら かつお節 油揚げ・赤みそ・白みそ	しょうが 小松菜・えのきたけ・人参 玉ねぎ・わかめ 黄桃(缶詰)	砂糖・でん粉・油 米(国産)	醤油・料理酒 醤油・本みりん・だし だし	りんごきんとん 牛乳	さつまいも・砂糖・塩 本みりん・りんご(缶詰) 牛乳
2	火	かぼちゃポーロ お茶	豚肉のチャプチェ じゃが芋のマヨ焼 軟飯 味噌汁 フルーツ(みかん缶)	豚肉 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・ピーマン 白菜・小松菜・大根 みかん(缶詰)	緑豆春雨・油・砂糖・白ごま・調合ごま油 じゃが芋・マヨネースタイプ(卵不使用)・油 米(国産)	醤油・本みりん・料理酒 だし	チーズ蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 豆乳・チーズ 牛乳
3	水	ハイハイ お茶	ジャージャーうどん もやしとチンゲン菜の和え物 スープ フルーツ(グレープフルーツ)	豚ひき肉・赤みそ かつお節 ウインナー	玉ねぎ・人参・きゅうり・しょうが もやし・チンゲン菜・人参 キャベツ・ブロッコリー グレープフルーツ	油・砂糖・調合ごま油・うどん	醤油・料理酒 醤油・本みりん・だし 鶏がらスープ	ケチャップライスおにぎり お茶	米(国産)・ツナフレーク・ピーマン 玉ねぎ・コンソメ・トマトケチャップ 麦茶
4	木 世界の料理 (スペイン)	野菜ハイハイ お茶	★チキンのアイオリソース マカロニソテー コールスローサラダ 軟飯 スープ	鶏肉	にんにく・レモン果汁 人参 キャベツ・きゅうり・人参・コーン 大根・ほうれん草・玉ねぎ	小麦粉・油・マヨネースタイプ(卵不使用) マカロニ・油 油・砂糖 米(国産)	塩 コンソメ 醤油・酢 コンソメ	きなこバターサンド ジョア(マスカット)	食パン・きな粉 バター・砂糖 ジョアマスカット(鉄・葉酸)
5	金 たなばた	ベビースティック お茶	七夕ちらし寿司 粉ふき芋 天の川すまし汁 キラキラゼリー	さけほくし身	わかめご飯の素・人参・コーン・さやいんげん オクラ 寒天・おろしパイン	米(国産) じゃが芋 花麩・そうめん 砂糖	醤油 塩 だし・醤油・塩	いちごのふんわりクッキー 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・豆腐・ストロベリーソース 牛乳
6	土	かぼちゃポーロ お茶	中華丼 中華スープ フルーツ(黄桃缶)	豚肉 豆腐	白菜・玉ねぎ・人参・さやえんどう 小松菜・えのきたけ 黄桃(缶詰)	米(国産)・油・でん粉	鶏がらスープ・醤油・塩 鶏がらスープ		
8	月	野菜ハイハイ お茶	白身魚の味噌煮 大根の金平 ほうれん草のごま和え 軟飯 すまし汁	たら・白みそ さつまいも	しょうが 大根・人参 ほうれん草・人参 キャベツ・わかめ	砂糖 調合ごま油・砂糖 白ごま 米(国産)	醤油・本みりん・料理酒 だし・醤油・本みりん・料理酒 白ごま 米(国産) だし・醤油・塩	味噌だれいもち 牛乳	じゃが芋・でん粉・油 砂糖・赤みそ・本みりん 牛乳
9	火	ベビースティック お茶	スパゲティナポリタン アスパラのサラダ スープ 型抜きチーズ	ウインナー ツナフレーク チーズ	ピーマン・玉ねぎ・人参 グリーンアスパラガス・きゅうり・人参 大根・小松菜	スパゲティ・油 マヨネースタイプ(卵不使用) じゃが芋	トマトケチャップ・コンソメ・塩 コンソメ	しらすごまおにぎり お茶	米(国産)・しらす 白ごま・醤油 麦茶
10	水	かぼちゃポーロ お茶	サケの塩焼 高野豆腐の煮物 軟飯 味噌汁 フルーツ(バナナ)	ピンクサーモン 凍り豆腐・鶏肉	人参・さやいんげん 白菜・玉ねぎ・わかめ バナナ	砂糖 米(国産)	塩 だし・醤油・料理酒 だし	シュガートースト 牛乳	食パン・バター 砂糖 牛乳
11	木	野菜ハイハイ お茶	鶏肉の甘辛焼 切干大根サラダ 軟飯 味噌汁 フルーツ(オレンジ)	鶏肉	切干大根・きゅうり・人参 キャベツ・玉ねぎ オレンジ	砂糖・油 米(国産) おつゆ麩	醤油・料理酒 醤油・本みりん・だし だし	ツナとオニオンのケーキ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・豆乳・油 塩・ツナフレーク・玉ねぎ 牛乳
12	金	ハイハイ お茶	夏野菜カレー ブロッコリーサラダ スープ フルーツ(黄桃缶)	豚肉	玉ねぎ・なす・黄パプリカ・赤パプリカ ブロッコリー・コーン・人参 白菜・玉ねぎ・人参 黄桃(缶詰)	米(国産)・じゃが芋・油・砂糖・いちごジャム 砂糖・オリーブ油	カレーフレーク・トマトケチャップ・中濃ソース 酢・塩 コンソメ・塩	バナナヨーグルト りんごジュース	ヨーグルト・バナナ 砂糖 りんごジュース
13	土	ベビースティック お茶	野菜そぼろ丼 味噌汁 フルーツ(パイン缶)	鶏ひき肉 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ・しょうが・さやいんげん キャベツ・大根・人参 パイン(缶詰)	米(国産)・油・砂糖	醤油・本みりん だし		
16	火 復刻 メニュー	ハイハイ お茶	★えびと豆腐のケチャップ煮 ツナサラダ 軟飯 味噌汁 フルーツ(みかん缶)	えび・豆腐 ツナフレーク	白ねぎ・グリーンピース・にんにく・しょうが キャベツ・コーン・人参 小松菜・玉ねぎ みかん(缶詰)	油・砂糖・でん粉 油・砂糖 米(国産) おつゆ麩	料理酒・鶏がらスープ・トマトケチャップ・醤油・塩 酢・塩 だし	ミートマカロニ 牛乳	マカロニ・豚ひき肉・玉ねぎ・にんにく・油・料理用赤ワイン 小麦粉・トマトケチャップ・ウスターソース・醤油・砂糖・塩 牛乳
17	水	野菜ハイハイ お茶	鶏肉のパーベキューソース こらき芋 おかかサラダ 軟飯 スープ	鶏肉	大根・さやいんげん・コーン 白菜・玉ねぎ・人参	小麦粉・油・砂糖・でん粉 じゃが芋 油・砂糖 米(国産)	塩・料理用赤ワイン・ウスターソース・トマトケチャップ・醤油・コンソメ 塩 醤油・酢 コンソメ	ちんすこう 牛乳	小麦粉・砂糖 塩・油 牛乳
18	木 郷土料理 (北海道)	ベビースティック お茶	★ラーメンサラダ 焼かぼちゃ あんかけ肉団子 フルーツ(すいか)	チキンフレーク チキンボール	きゅうり・キャベツ・コーン・トマト かぼちゃ すいか	ラーメン・油・マヨネースタイプ(卵不使用)・白ごま 油 油・砂糖・でん粉	冷やし中華の素 塩 醤油・本みりん・鶏がらスープ	わかめおにぎり お茶	米(国産) わかめご飯の素 麦茶
19	金	かぼちゃポーロ お茶	白身魚のサクサク焼 蒸しブロッコリー マカロニのケチャップ炒め 軟飯 スープ	たら ツナフレーク	ブロッコリー ピーマン・玉ねぎ ほうれん草・大根・人参	マヨネースタイプ(卵不使用)・パン粉・油 マカロニ・油 米(国産)	塩・ウスターソース コンソメ・トマトケチャップ・塩 コンソメ	ぶどうゼリー 牛乳	寒天・ぶどうジュース 砂糖 牛乳
20	土	ハイハイ お茶	焼豚チャーハン 中華スープ フルーツ(パイン缶)	焼豚 豆腐	玉ねぎ・人参・さやいんげん 白菜・万能ねぎ パイン(缶詰)	米(国産)・調合ごま油	鶏がらスープ・塩 鶏がらスープ		
22	月	ベビースティック お茶	照焼ハンバーグ 人参グラッセ 花野菜のマヨ和え 軟飯 スープ	ハンバーグ	人参 カリフラワー・ブロッコリー・コーン しめじ・ほうれん草・玉ねぎ	油・砂糖・でん粉 砂糖・バター マヨネースタイプ(卵不使用) 米(国産)	醤油・本みりん・料理酒 塩 コンソメ	お麩のラスク 牛乳	おつゆ麩・バター 砂糖 牛乳
23	火	野菜ハイハイ お茶	鶏肉の塩こうじ焼 オクラの納豆和え 軟飯 味噌汁 フルーツ(オレンジ)	鶏肉 納豆	オクラ・きゅうり・人参 キャベツ・玉ねぎ オレンジ	油 米(国産) おつゆ麩	塩こうじ 醤油 だし	のり塩ポテトボール 牛乳	じゃが芋・でん粉・粉チーズ 塩・マヨネースタイプ(卵不使用)・あおさのり 牛乳
24	水	ハイハイ お茶	サケのタルタル焼 ほうれん草のお浸し 軟飯 味噌汁 フルーツ(黄桃缶)	ピンクサーモン	ドライパセリ・玉ねぎ ほうれん草・人参・しめじ 大根・わかめ 黄桃(缶詰)	小麦粉・油・マヨネースタイプ(卵不使用) 米(国産)	塩 醤油・本みりん・だし だし	アップルパイ(焼) 牛乳	ギョーザの皮・りんご(缶詰) 油 牛乳
25	木	かぼちゃポーロ お茶	麻婆豆腐丼 三色ナムル 中華スープ フルーツ(バナナ)	豆腐・豚ひき肉・赤みそ	しょうが・にんにく・玉ねぎ・しいたけ もやし・小松菜・人参・にんにく 白菜・玉ねぎ・コーン バナナ	米(国産)・油・砂糖・でん粉 白ごま・砂糖・調合ごま油	醤油・料理酒・鶏がらスープ 醤油・塩 鶏がらスープ	ツナサンド 牛乳	食パン・ツナフレーク きゅうり・マヨネースタイプ(卵不使用) 牛乳
26	金 お祭り	野菜ハイハイ お茶	焼きそば 鶏肉の甘辛焼 じゃがバター フルーツ(冷やしパイン)	かつお節 鶏肉	人参・キャベツ・もやし・あおさのり コーン・ピーマン パインアップル	焼きそば用麺・油 砂糖・油 じゃが芋・バター	焼きそばソース(粉)・中濃ソース 醤油・料理酒	アイスクリーム お茶	アイスクリーム(バニラ) 麦茶
27	土	ベビースティック お茶	豚肉と野菜のオイスターソース丼 味噌汁 フルーツ(みかん缶)	豚肉 豆腐・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・チンゲン菜・しいたけ 大根・小松菜 みかん(缶詰)	米(国産)・でん粉・油・調合ごま油・砂糖	オイスターソース・醤油・料理酒・鶏がらスープ だし		
29	月	野菜ハイハイ お茶	白身魚の煮付け ビーフソテー キャベツの和え物 軟飯 味噌汁	たら ハム・かつお節 赤みそ・白みそ	しょうが 玉ねぎ・青ねぎ・人参 ほうれん草・キャベツ わかめ・えのきたけ	砂糖 ビーフン・油 米(国産) おつゆ麩	醤油・料理酒・だし 醤油・だし 醤油・本みりん だし	豆腐のふんわりクッキー 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・豆腐 牛乳
30	火	かぼちゃポーロ お茶	トマト入りハッシュドポーク マセドアンサラダ スープ フルーツ(グレープフルーツ)	豚肉	玉ねぎ・しめじ・にんにく・トマトピューレ きゅうり・人参 玉ねぎ・大根・ほうれん草 グレープフルーツ	米(国産)・オリーブ油・小麦粉 さつまいも・マヨネースタイプ(卵不使用)	赤ワイン(料理用)・中濃ソース・コンソメ・トマトケチャップ 塩 コンソメ	マドレーヌ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・バター 卵・砂糖 牛乳
31	水	ハイハイ お茶	鶏肉のパン粉焼 コーンサラダ 食パン スープ フルーツ(黄桃缶)	鶏肉	コーン・人参・キャベツ 小松菜・しめじ 黄桃(缶詰)	小麦粉・パン粉・油 砂糖・オリーブ油 食パン じゃが芋	塩・こしょう・中濃ソース 酢・塩・醤油 コンソメ	きつねおにぎり お茶	米(国産)・油揚げ・砂糖 本みりん・醤油・白ごま 麦茶

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。

日付	曜日	おやつ(午前)	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午後)	
				主からだをつくるもの	主からだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	材料
1	月	野菜ハイハイ お茶	白身魚の煮付 小松菜のお浸し 5倍がゆ 味噌汁	たら 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 小松菜・人参・だし昆布 人参・だし昆布	米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	蒸しさつま芋 お茶	さつま芋 麦茶
2	火	かぼちゃポーロ お茶	鶏じゃが 白菜のお浸し 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布 白菜・人参・だし昆布 大根・小松菜・だし昆布	じゃが芋 米(国産)	醤油 醤油	スティックバナナ お茶	バナナ 麦茶
3	水	ハイハイ お茶	煮込みうどん ブロッコリーのお浸し キャベツときゅうりの和え物	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・だし昆布 ブロッコリー・人参・だし昆布 キャベツ・きゅうり	うどん	醤油 醤油 醤油	ツナおじや お茶	米(国産)・人参・ツナフレーク 玉ねぎ・醤油 麦茶
4	木	野菜ハイハイ お茶	そぼろ大根 ほうれん草のお浸し 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	大根・人参・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布 キャベツ・玉ねぎ・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油	パンがゆ お茶	パン粉 スキムミルク 麦茶
5	金	ベビースティック お茶	鶏塩おじや ふかし芋 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	さやいんげん・玉ねぎ・人参・だし昆布 玉ねぎ・だし昆布	米(国産) じゃが芋 おつゆ麩	醤油	人参の煮物 お茶	人参・だし昆布 醤油 麦茶
6	土	かぼちゃポーロ お茶	鶏そぼろと野菜のあんかけ其 白菜のお浸し スープ	鶏ひき肉(ささみ) 豆腐	小松菜・人参・玉ねぎ・だし昆布 白菜・人参・だし昆布 玉ねぎ・だし昆布	米(国産)・でん粉	醤油 醤油 塩		
8	月	野菜ハイハイ お茶	白身魚の煮付 大根の旨煮 5倍がゆ 味噌汁	たら 豆腐・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 大根・人参・だし昆布 ほうれん草・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油	ごんぎ芋 お茶	じゃが芋 麦茶
9	火	ベビースティック お茶	鶏野菜うどん じゃが芋の煮物 きゅうりのお浸し	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・小松菜・だし昆布 だし昆布 きゅうり・人参・だし昆布	うどん・でん粉 じゃが芋	醤油 醤油 醤油	しらすのおかゆ お茶	米(国産)・しらす 人参・塩 麦茶
10	水	かぼちゃポーロ お茶	白身魚と人参の煮付 白菜の旨煮 スープ	たら	人参・だし昆布 白菜・人参・だし昆布 玉ねぎ・だし昆布	でん粉 おつゆ麩	醤油 醤油 塩	じゃが芋のパンがゆ お茶	パン粉・じゃが芋 スキムミルク 麦茶
11	木	野菜ハイハイ お茶	鶏肉とキャベツの煮物 きゅうりと人参の煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	キャベツ・玉ねぎ・だし昆布 きゅうり・人参・だし昆布 人参・だし昆布	米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	蒸しさつま芋 お茶	さつま芋 麦茶
12	金	ハイハイ お茶	鶏じゃが ブロッコリーのお浸し 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布 ブロッコリー・人参・だし昆布 玉ねぎ・白菜・だし昆布	じゃが芋 米(国産)	醤油 醤油	スティックバナナ お茶	バナナ 麦茶
13	土	ベビースティック お茶	鶏そぼろと野菜のあんかけ其 キャベツのお浸し 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	さやいんげん・人参・玉ねぎ・だし昆布 キャベツ・人参・だし昆布 大根・玉ねぎ・だし昆布	米(国産)・でん粉 米(国産)	醤油 醤油		
16	火	ハイハイ お茶	豆腐のそぼろあん 小松菜のお浸し 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)・豆腐 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ・だし昆布 小松菜・人参・だし昆布 キャベツ・だし昆布	でん粉 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	人参の煮物 お茶	人参・だし昆布 醤油 麦茶
17	水	野菜ハイハイ お茶	鶏肉と白菜の煮物 大根の旨煮 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	白菜・玉ねぎ・だし昆布 大根・人参・だし昆布 玉ねぎ・人参・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油 塩	パンがゆ お茶	パン粉 スキムミルク 麦茶
18	木	ベビースティック お茶	煮込みうどん 蒸しかぼちゃ 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・だし昆布 かぼちゃ 玉ねぎ・キャベツ・だし昆布	うどん 米(国産)	醤油 塩	青のりおじや お茶	米(国産)・あおさのり 玉ねぎ・醤油 麦茶
19	金	かぼちゃポーロ お茶	白身魚の煮付 ブロッコリーのお浸し 5倍がゆ スープ	たら	玉ねぎ・だし昆布 ブロッコリー・人参・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油 塩	大根の煮物 お茶	大根・だし昆布 醤油 麦茶
20	土	ハイハイ お茶	鶏塩おじや 白菜のお浸し 5倍がゆ すまし汁	鶏ひき肉(ささみ) 豆腐	さやいんげん・玉ねぎ・人参・だし昆布 白菜・人参・だし昆布 人参・だし昆布	米(国産) 米(国産)	醤油 醤油 醤油・塩		
22	月	ベビースティック お茶	鶏肉とブロッコリーの煮物 キャベツの和え物 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	ブロッコリー・だし昆布 キャベツ・人参・だし昆布 玉ねぎ・だし昆布	米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油 塩	人参のパンがゆ お茶	パン粉・人参 スキムミルク 麦茶
23	火	野菜ハイハイ お茶	鶏肉と野菜の煮物 きゅうりの納豆和え 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 納豆 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布 きゅうり・だし昆布 キャベツ・だし昆布	でん粉 おつゆ麩	醤油 醤油	ごんぎ芋 お茶	じゃが芋 麦茶
24	水	ハイハイ お茶	白身魚と人参の煮付 ほうれん草のお浸し 5倍がゆ 味噌汁	たら 赤みそ・白みそ	人参・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布 大根・玉ねぎ・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油	蒸しさつま芋 お茶	さつま芋 麦茶
25	木	かぼちゃポーロ お茶	豆腐のそぼろあん 白菜のお浸し 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)・豆腐 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ・だし昆布 白菜・人参・だし昆布 小松菜・だし昆布	でん粉 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	スティックバナナ お茶	バナナ 麦茶
26	金	野菜ハイハイ お茶	煮込みうどん ふかし芋 キャベツのお浸し	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・だし昆布 キャベツ・人参・だし昆布	うどん じゃが芋	醤油 醤油	蒸しかぼちゃ お茶	かぼちゃ 麦茶
27	土	ベビースティック お茶	鶏肉と野菜の煮物 大根の旨煮 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 豆腐・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布 大根・人参・だし昆布 小松菜・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油		
29	月	野菜ハイハイ お茶	白身魚の煮付 ほうれん草のお浸し 5倍がゆ 味噌汁	たら 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布 キャベツ・だし昆布	米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	じゃが芋のパンがゆ お茶	パン粉・じゃが芋 スキムミルク 麦茶
30	火	かぼちゃポーロ お茶	そぼろ大根 きゅうりと人参の煮浸し 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	大根・人参・だし昆布 きゅうり・人参・だし昆布 ほうれん草・玉ねぎ・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油 塩	蒸しさつま芋 お茶	さつま芋 麦茶
31	水	ハイハイ お茶	鶏じゃが 小松菜のお浸し 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・だし昆布 小松菜・人参・だし昆布 キャベツ・玉ねぎ・だし昆布	じゃが芋 米(国産)	醤油 醤油 塩	おかかおじや お茶	米(国産)・かつお節 玉ねぎ・醤油 麦茶

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。

日付	曜日	おやつ(午前)	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午後)	
				主からだをつくるもの	主からだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	材料
1	月	野菜ハイハイ お茶	白身魚の煮付 小松菜のお浸し 7倍がゆ 味噌汁	たら 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 小松菜・人参・だし昆布 人参・だし昆布	米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	蒸しさつま芋 お茶	さつま芋 麦茶
2	火	かぼちゃポーロ お茶	鶏じゃが 白菜のお浸し 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布 白菜・人参・だし昆布 大根・小松菜・だし昆布	じゃが芋 米(国産)	醤油 醤油	スティックバナナ お茶	バナナ 麦茶
3	水	ハイハイ お茶	煮込みうどん ブロッコリーのお浸し キャベツときゅうりの和え物	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・だし昆布 ブロッコリー・人参・だし昆布 キャベツ・きゅうり	うどん	醤油 醤油 醤油	ツナおじや お茶	米(国産)・人参・ツナフレーク 玉ねぎ・醤油 麦茶
4	木	野菜ハイハイ お茶	そぼろ大根 ほうれん草のお浸し 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	大根・人参・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布 キャベツ・玉ねぎ・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油	パンがゆ お茶	パン粉 スキムミルク 麦茶
5	金	ベビースティック お茶	鶏塩おじや ふかし芋 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	さやいんげん・玉ねぎ・人参・だし昆布 玉ねぎ・だし昆布	米(国産) じゃが芋 おつゆ麩	醤油	人参の煮物 お茶	人参・だし昆布 醤油 麦茶
6	土	かぼちゃポーロ お茶	鶏そぼろと野菜のあんかけ其 白菜のお浸し スープ	鶏ひき肉(ささみ) 豆腐	小松菜・人参・玉ねぎ・だし昆布 白菜・人参・だし昆布 玉ねぎ・だし昆布	米(国産)・でん粉	醤油 醤油 塩		
8	月	野菜ハイハイ お茶	白身魚の煮付 大根の旨煮 7倍がゆ 味噌汁	たら 豆腐・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 大根・人参・だし昆布 ほうれん草・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油	ごんき芋 お茶	じゃが芋 麦茶
9	火	ベビースティック お茶	鶏野菜うどん じゃが芋の煮物 きゅうりのお浸し	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・小松菜・だし昆布 だし昆布 きゅうり・人参・だし昆布	うどん・でん粉 じゃが芋	醤油 醤油 醤油	しらすのおかゆ お茶	米(国産)・しらす 人参・塩 麦茶
10	水	かぼちゃポーロ お茶	白身魚と人参の煮付 白菜の旨煮 スープ	たら	人参・だし昆布 白菜・人参・だし昆布 玉ねぎ・だし昆布	でん粉 おつゆ麩	醤油 醤油 塩	じゃが芋のパンがゆ お茶	パン粉・じゃが芋 スキムミルク 麦茶
11	木	野菜ハイハイ お茶	鶏肉とキャベツの煮物 きゅうりと人参の煮浸し 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	キャベツ・玉ねぎ・だし昆布 きゅうり・人参・だし昆布 人参・だし昆布	米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	蒸しさつま芋 お茶	さつま芋 麦茶
12	金	ハイハイ お茶	鶏じゃが ブロッコリーのお浸し 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布 ブロッコリー・人参・だし昆布 玉ねぎ・白菜・だし昆布	じゃが芋 米(国産)	醤油 醤油	スティックバナナ お茶	バナナ 麦茶
13	土	ベビースティック お茶	鶏そぼろと野菜のあんかけ其 キャベツのお浸し 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	さやいんげん・人参・玉ねぎ・だし昆布 キャベツ・人参・だし昆布 大根・玉ねぎ・だし昆布	米(国産)・でん粉 米(国産)	醤油 醤油		
16	火	ハイハイ お茶	豆腐のそぼろあん 小松菜のお浸し 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)・豆腐 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ・だし昆布 小松菜・人参・だし昆布 キャベツ・だし昆布	でん粉 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	人参の煮物 お茶	人参・だし昆布 醤油 麦茶
17	水	野菜ハイハイ お茶	鶏肉と白菜の煮物 大根の旨煮 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	白菜・玉ねぎ・だし昆布 大根・人参・だし昆布 玉ねぎ・人参・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油 塩	パンがゆ お茶	パン粉 スキムミルク 麦茶
18	木	ベビースティック お茶	煮込みうどん 蒸しかぼちゃ 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・だし昆布 かぼちゃ 玉ねぎ・キャベツ・だし昆布	うどん 米(国産)	醤油 塩	青のりおじや お茶	米(国産)・あおさのり 玉ねぎ・醤油 麦茶
19	金	かぼちゃポーロ お茶	白身魚の煮付 ブロッコリーのお浸し 7倍がゆ スープ	たら	玉ねぎ・だし昆布 ブロッコリー・人参・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油 塩	大根の煮物 お茶	大根・だし昆布 醤油 麦茶
20	土	ハイハイ お茶	鶏塩おじや 白菜のお浸し 7倍がゆ すまし汁	鶏ひき肉(ささみ) 豆腐	さやいんげん・玉ねぎ・人参・だし昆布 白菜・人参・だし昆布 人参・だし昆布	米(国産) 米(国産)	醤油 醤油 醤油・塩		
22	月	ベビースティック お茶	鶏肉とブロッコリーの煮物 キャベツの和え物 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	ブロッコリー・だし昆布 キャベツ・人参・だし昆布 玉ねぎ・だし昆布	米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油 塩	人参のパンがゆ お茶	パン粉・人参 スキムミルク 麦茶
23	火	野菜ハイハイ お茶	鶏肉と野菜の煮物 きゅうりの納豆和え 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 納豆 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布 きゅうり・だし昆布 キャベツ・だし昆布	でん粉 おつゆ麩	醤油 醤油	ごんき芋 お茶	じゃが芋 麦茶
24	水	ハイハイ お茶	白身魚と人参の煮付 ほうれん草のお浸し 7倍がゆ 味噌汁	たら 赤みそ・白みそ	人参・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布 大根・玉ねぎ・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油	蒸しさつま芋 お茶	さつま芋 麦茶
25	木	かぼちゃポーロ お茶	豆腐のそぼろあん 白菜のお浸し 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)・豆腐 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ・だし昆布 白菜・人参・だし昆布 小松菜・だし昆布	でん粉 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	スティックバナナ お茶	バナナ 麦茶
26	金	野菜ハイハイ お茶	煮込みうどん ふかし芋 キャベツのお浸し	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・だし昆布 キャベツ・人参・だし昆布	うどん じゃが芋	醤油 醤油	蒸しかぼちゃ お茶	かぼちゃ 麦茶
27	土	ベビースティック お茶	鶏肉と野菜の煮物 大根の旨煮 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 豆腐・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布 大根・人参・だし昆布 小松菜・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油		
29	月	野菜ハイハイ お茶	白身魚の煮付 ほうれん草のお浸し 7倍がゆ 味噌汁	たら 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布 キャベツ・だし昆布	米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	じゃが芋のパンがゆ お茶	パン粉・じゃが芋 スキムミルク 麦茶
30	火	かぼちゃポーロ お茶	そぼろ大根 きゅうりと人参の煮浸し 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	大根・人参・だし昆布 きゅうり・人参・だし昆布 ほうれん草・玉ねぎ・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油 塩	蒸しさつま芋 お茶	さつま芋 麦茶
31	水	ハイハイ お茶	鶏じゃが 小松菜のお浸し 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・だし昆布 小松菜・人参・だし昆布 キャベツ・玉ねぎ・だし昆布	じゃが芋 米(国産)	醤油 醤油 塩	おかかおじや お茶	米(国産)・かつお節 玉ねぎ・醤油 麦茶



2024年7月給食だより（離乳初期）



SuruSu上陽こども園

日付	曜日	昼食	主な材料と体内での働き			
			主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他
1	月	10倍がゆ 人参のペースト さつまいものペースト 小松菜のペースト		人参 小松菜	米(国産) さつまいも	
2	火	10倍がゆ 人参のペースト 白菜のペースト 大根のペースト		人参 白菜 大根	米(国産)	
3	水	10倍がゆ ブロッコリーのペースト キャベツのペースト 人参のペースト		ブロッコリー キャベツ 人参	米(国産)	
4	木	10倍がゆ 大根のペースト ほうれん草のペースト 人参のペースト		大根 ほうれん草 人参	米(国産)	
5	金	10倍がゆ 人参のペースト 玉ねぎのペースト じゃが芋のペースト		人参 玉ねぎ	米(国産) じゃが芋	
6	土	10倍がゆ 小松菜のペースト 人参のペースト 白菜のペースト		小松菜 人参 白菜	米(国産)	
8	月	10倍がゆ ほうれん草のペースト 豆腐のペースト 大根のペースト	豆腐	ほうれん草 大根	米(国産)	
9	火	10倍がゆ 玉ねぎのペースト 人参のペースト きゅうりのペースト		玉ねぎ 人参 きゅうり	米(国産)	
10	水	10倍がゆ 白菜のペースト 玉ねぎのペースト 人参のペースト		白菜 玉ねぎ 人参	米(国産)	
11	木	10倍がゆ キャベツのペースト さつまいものペースト 人参のペースト		キャベツ 人参	米(国産) さつまいも	
12	金	10倍がゆ 人参のペースト じゃが芋のペースト ブロッコリーのペースト		人参 ブロッコリー	米(国産) じゃが芋	
13	土	10倍がゆ 大根のペースト 人参のペースト キャベツのペースト		大根 人参 ほうれん草	米(国産)	
16	火	10倍がゆ 豆腐のペースト 小松菜のペースト キャベツのペースト	豆腐	小松菜 キャベツ	米(国産)	
17	水	10倍がゆ 白菜のペースト 大根のペースト 人参のペースト		白菜 大根 人参	米(国産)	
18	木	10倍がゆ かぼちゃのペースト キャベツのペースト 人参のペースト		かぼちゃ キャベツ 人参	米(国産)	
19	金	10倍がゆ ほうれん草のペースト 玉ねぎのペースト 人参のペースト		ほうれん草 玉ねぎ 人参	米(国産)	
20	土	10倍がゆ 豆腐のペースト 白菜のペースト 人参のペースト	豆腐	白菜 人参	米(国産)	
22	月	10倍がゆ キャベツのペースト 人参のペースト ブロッコリーのペースト		キャベツ 人参 ブロッコリー	米(国産)	
23	火	10倍がゆ きゅうりのペースト 人参のペースト キャベツのペースト		きゅうり 人参 キャベツ	米(国産)	
24	水	10倍がゆ ほうれん草のペースト 人参のペースト 大根のペースト		ほうれん草 人参 大根	米(国産)	
25	木	10倍がゆ 豆腐のペースト 人参のペースト 白菜のペースト	豆腐	人参 白菜	米(国産)	
26	金	10倍がゆ じゃが芋のペースト 人参のペースト キャベツのペースト		人参 キャベツ	米(国産) じゃが芋	
27	土	10倍がゆ 人参のペースト 豆腐のペースト 小松菜のペースト	豆腐	人参 小松菜	米(国産)	
29	月	10倍がゆ ほうれん草のペースト 人参のペースト キャベツのペースト		ほうれん草 人参 キャベツ	米(国産)	
30	火	10倍がゆ きゅうりのペースト さつまいものペースト 大根のペースト		きゅうり 大根	米(国産) さつまいも	
31	水	10倍がゆ キャベツのペースト ほうれん草のペースト 人参のペースト		キャベツ ほうれん草 人参	米(国産)	

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。