



# 2024年10月給食だより



SuruSu祝昌こども園

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	献立	材料
1	火	白い風船ミルククリーム お茶	コロック 切干大根サラダ ごはん 味噌汁 フルーツ (黄桃缶)	ツナフレーク 赤みそ・白みそ	切干大根・きゅうり・人参 しめじ・玉ねぎ・ほうれん草 黄桃(缶詰)	牛肉コロック・油 米(国産)	中濃ソース 醤油・本みりん・だし だし	バナナのきなこかけ 牛乳	バナナ・きな粉 砂糖 牛乳
2	水	かぼちゃポーロ お茶	アジの蒲焼風 ほうれん草の磯和え 麦入りごはん 味噌汁 フルーツ (みかん缶)	あじ 赤みそ・白みそ	しょうが ほうれん草・人参・のり わかめ・玉ねぎ・大根 みかん(缶詰)	でん粉・油・砂糖 米(国産)・押麦	料理酒・醤油・本みりん 醤油・本みりん・だし だし	豆腐スコーン お茶	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 塩・油・豆腐 麦茶
3	木	ソフトサラダ お茶	タンダーチキン かぼちゃのグラッセ コンサラダ ごはん スープ	鶏肉・ヨーグルト	にんにく・しょうが かぼちゃ コーン・人参・きゅうり・キャベツ チンゲン菜・玉ねぎ・人参	油 油・バター・砂糖 砂糖・オリーブ油 米(国産)	塩・カレーパウダー・トマトケチャップ 酢・塩・醤油 コンソメ	シャムサンド 牛乳	食パン いちごジャム 牛乳
4	金	ほたはた焼 お茶	トマトソーススパゲティ ブロッコリーのサラダ スープ フルーツ (グレープフルーツ)	ウインナー	玉ねぎ・ピーマン・しめじ・トマトピューレ ブロッコリー・キャベツ・コーン 大根・小松菜・人参 グレープフルーツルビー	スパゲティ・オリーブ油 油・砂糖	トマトケチャップ・コンソメ 醤油・酢 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 麦茶
7	月	星っこ お茶	醤油ラーメン 粉ふき芋 白菜のおかか和え フルーツ (バナナ)	豚肉 かつお節	玉ねぎ・人参・チンゲン菜・もやし あおさのり 白菜・きゅうり・コーン バナナ	ラーメン・油・調合ごま油 じゃが芋	醤油・鶏がらスープ・塩・オイスターソース 塩 醤油	青菜おにぎり お茶	米(国産) 菜めしの素 麦茶
8	火	豆花クッキー お茶	鶏肉の塩こうじ焼 さつま芋の甘煮 小松菜の磯和え ごはん 味噌汁	鶏肉 油揚げ・赤みそ・白みそ	小松菜・もやし・人参 玉ねぎ・わかめ	油 さつま芋・砂糖 米(国産)	塩こうじ だし・醤油 醤油・本みりん・だし だし	あずき蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 ゆで小豆・豆乳 牛乳
9	水	ほたはた焼 お茶	サバの味噌焼 厚揚げの煮物 ひじきサラダ ごはん 味噌汁	さば・白みそ 生揚げ かつおフレーク 赤みそ・白みそ	さやいんげん ひじき・コーン・人参・きゅうり 白菜・えのきたけ・青ねぎ	砂糖・油 砂糖 砂糖・マヨネースタイプ(卵不使用) 米(国産)	本みりん・料理酒 だし・醤油・料理酒 だし・醤油・本みりん だし	ツナサンド お茶	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) 麦茶
10	木	かぼちゃポーロ お茶	焼豚チャーハン 春雨サラダ 中華スープ フルーツ (パイン缶)	焼豚 豆腐	玉ねぎ・人参・小松菜 きゅうり・人参 わかめ・キャベツ パイン (缶詰)	米(国産)・調合ごま油 緑豆春雨・調合ごま油・砂糖	鶏がらスープ・塩 酢・醤油 鶏がらスープ	お好み焼き 牛乳	小麦粉・豆腐・豚ひき肉・キャベツ 油・お好み焼きソース・あおさのり・かつお節 牛乳
11	金	豆花クッキー お茶	鶏肉のバーベキューソース がんもどき ころろきゅうり 麦入りごはん 味噌汁	鶏肉 がんもどき かつお節 赤みそ・白みそ	人参・さやえんどう きゅうり しめじ・大根・白菜	小麦粉・油・砂糖・でん粉 砂糖 米(国産)・押麦	だし・醤油・料理酒 醤油・本みりん・だし だし	ピーチゼリー 牛乳	ゼラチン・砂糖 黄桃(缶詰) 牛乳
12	土	ソフトサラダ お茶	焼きそば スープ フルーツ (みかん缶)	豚肉・かつお節	人参・キャベツ・もやし・あおさのり 人参・玉ねぎ・チンゲン菜 みかん(缶詰)	焼きそば用麺・油	焼きそばソース(粉)・中濃ソース 鶏がらスープ	お好み焼き 牛乳	小麦粉・豆腐・豚ひき肉・キャベツ 油・お好み焼きソース・あおさのり・かつお節 牛乳
15	火	白い風船ミルククリーム お茶	カレーライス ほうれん草とコーンのサラダ スープ フルーツ (黄桃缶)	豚肉	玉ねぎ・人参・黄桃(缶詰) ほうれん草・コーン・カリフラワー・人参 大根・玉ねぎ・さやえんどう 黄桃(缶詰)	米(国産)・じゃが芋・油・砂糖・いちごジャム 油・砂糖	カレーフレーク・トマトケチャップ・中濃ソース 醤油・酢 コンソメ	小麦粉・ベーキングパウダー・豆乳・油 塩・ウインナー・玉ねぎ 牛乳	
16	水	かぼちゃポーロ お茶	きつねうどん 肉団子のケチャップ煮 白菜の塩昆布和え フルーツ (オレンジ)	油揚げ チキンボール	ほうれん草・だし昆布 白菜・人参・塩昆布 オレンジ	うどん・砂糖 油・砂糖 調合ごま油	だし・醤油・本みりん・塩 本みりん・醤油・トマトケチャップ	さつま芋おにぎり お茶	米(国産)・さつま芋 塩 麦茶
17	木	豆花クッキー お茶	サーモンのタルタル焼 ビーフソテー キャベツの和え物 麦入りごはん 味噌汁	ピンクサーモン ハム・かつお節 豆腐・赤みそ・白みそ	ドライパセリ・玉ねぎ 玉ねぎ・青ねぎ・人参 ほうれん草・キャベツ わかめ・もやし	小麦粉・油・マヨネースタイプ(卵不使用) ビーフン・油 米(国産)・押麦	塩 醤油・だし 醤油・本みりん だし	いももち 牛乳	じゃが芋・でん粉・油 砂糖・醤油 牛乳
18	金	ほたはた焼 お茶	★いり豆腐 ツナサラダ 菜めし 味噌汁 フルーツ (バナナ)	豆腐・鶏ひき肉・えび・卵 ツナフレーク 赤みそ・白みそ	長ねぎ・人参・しいたけ・グリーンピース キャベツ・きゅうり・人参 菜めしの素 玉ねぎ・わかめ・えのきたけ バナナ	油・砂糖 砂糖・オリーブ油 米(国産)	醤油・本みりん・料理酒・塩・だし 酢・塩・醤油 だし	お餅のフレンチトースト お茶	お餅のフレンチトースト お餅のフレンチトースト バター・グラニュー糖 麦茶
19	土	ソフトサラダ お茶	和風あんかけ丼 味噌汁 フルーツ (パイン缶)	豚肉 油揚げ・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・白菜・しいたけ・さやえんどう ほうれん草・人参 パイン (缶詰)	米(国産)・油・砂糖・でん粉	だし・醤油・本みりん だし		
21	月	豆花クッキー お茶	さわらの塩こうじ焼 ほうれん草の納豆和え ごはん 味噌汁 フルーツ (みかん缶)	さわら 納豆 赤みそ・白みそ	ほうれん草・人参 大根・しめじ・人参 みかん(缶詰)	油 米(国産)	塩こうじ 醤油 だし	レーズン蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 豆乳・レーズン 牛乳
22	火	星っこ お茶	豚肉と秋野菜の味噌炒め ポテトサラダ ごはん すまし汁 フルーツ (グレープフルーツ)	豚肉・赤みそ	玉ねぎ・れんこん・人参・チンゲン菜・しめじ・しょうが 人参・きゅうり・コーン 大根・小松菜・玉ねぎ グレープフルーツルビー	油・砂糖 じゃが芋・マヨネースタイプ(卵不使用) 米(国産)	醤油・本みりん 塩 だし・醤油・塩	さつま芋きんとん お茶	さつま芋・砂糖 塩・本みりん 麦茶
23	水	白い風船ミルククリーム お茶	照焼ハンバーグ 小松菜の磯和え ごはん 味噌汁 フルーツ (バナナ)	ハンバーグ かまぼこ 赤みそ・白みそ	小松菜・もやし・のり 白菜・人参・玉ねぎ バナナ	油・砂糖・でん粉 米(国産)	醤油・本みりん・料理酒 醤油 だし	パンパンケーキ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・おろしパイン 牛乳
24	木	ソフトサラダ お茶	★サンマ煮 焼かぼちゃ ブロッコリーの中華和え フルーツ (オレンジ)	豚肉	玉ねぎ・人参・キャベツ・もやし かぼちゃ ブロッコリー・人参 オレンジ	ラーメン・油・でん粉・調合ごま油 油 調合ごま油	醤油・中華だし・塩・オイスターソース 塩 醤油・鶏がらスープ	ツナ味噌おにぎり お茶	米(国産)・ツナフレーク・赤みそ 醤油・砂糖 麦茶
25	金	かぼちゃポーロ お茶	白身魚のカレーマヨ焼 そぼろきんぴら キャベツのおかか和え物 麦入りごはん 味噌汁	たら 鶏ひき肉 かつお節 油揚げ・赤みそ・白みそ	玉ねぎ ごぼう・人参 人参・キャベツ・きゅうり 大根・玉ねぎ	マヨネースタイプ(卵不使用) 油・砂糖・白ごま 米(国産)・押麦	塩・カレーパウダー 醤油・本みりん・料理酒・だし 醤油・本みりん だし	アップルゼリー 牛乳	ゼラチン・りんごジュース 砂糖 牛乳
26	土	ほたはた焼 お茶	ビビンバ丼 スープ フルーツ (黄桃缶)	豚ひき肉 豆腐	ほうれん草・もやし・人参 玉ねぎ・わかめ 黄桃(缶詰)	米(国産)・油・白ごま・調合ごま油・砂糖	焼肉のたれ・醤油・本みりん・鶏がらスープ・酢 鶏がらスープ		
28	月	白い風船ミルククリーム お茶	かつおカツ れんこんサラダ ごはん 味噌汁 フルーツ (パイン缶)	カツオカツ 豆腐・赤みそ・白みそ	れんこん・コーン・人参・きゅうり ほうれん草・玉ねぎ パイン (缶詰)	油 マヨネースタイプ(卵不使用) 米(国産)	醤油 だし	きなこ蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・きな粉 砂糖・豆乳 牛乳
29	火	かぼちゃポーロ お茶	★アイントプフ チキンサラダ パン フルーツ (オレンジ)	ウインナー・大豆 チキンフレーク	玉ねぎ・人参・さやえんどう キャベツ・きゅうり・人参 オレンジ	じゃが芋・油 砂糖・オリーブ油 食パン	コンソメ・塩 酢・塩・醤油	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
30	水	ソフトサラダ お茶	秋野菜の麻婆豆腐丼 三色ナムル スープ フルーツ (グレープフルーツ)	豆腐・豚ひき肉・赤みそ	しょうが・玉ねぎ・ごぼう・人参・しいたけ もやし・小松菜・人参・にんにく 人参・白菜・大根 グレープフルーツルビー	米(国産)・砂糖・調合ごま油・でん粉 白ごま・砂糖・調合ごま油	醤油・料理酒・鶏がらスープ・塩 醤油・塩 鶏がらスープ	かぼちゃマフィン お茶	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 バター・豆乳・かぼちゃ 麦茶
31	木	ほたはた焼 お茶	かぼちゃのライスグラタン ブロッコリーサラダ フルーツ (バナナ)	鶏肉・ホワイトソース・牛乳・ミックスチーズ	玉ねぎ・かぼちゃ ブロッコリー・コーン・人参 バナナ	米(国産)・パン粉 砂糖・オリーブ油	コンソメ・塩 酢・塩	クッキー 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー 砂糖・油 牛乳

栄養価の平均 (3歳以上) エネルギー518kcal たんぱく質18.9g 脂質13.8g カルシウム176mg 食塩相当量1.9g  
(3歳未満) エネルギー437kcal たんぱく質15.2g 脂質11.7g カルシウム147mg 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。

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	火	ベビースティックお茶	鶏肉と野菜の煮物 切干大根サラダ 軟飯 味噌汁 フルーツ(黄桃缶)	鶏ひき肉(ささみ) ツナフレーク 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布 切干大根・きゅうり・人参 しめじ・玉ねぎ・ほうれん草 黄桃(缶詰)	でん粉 米(国産)	醤油 醤油・本みりん・だし だし	バナナのきなこかけ 牛乳	バナナ・きな粉 砂糖 牛乳
2	水	かぼちゃポーロお茶	白身魚の蒲焼風 ほうれん草の磯和え 軟飯 味噌汁 フルーツ(みかん缶)	たら 赤みそ・白みそ	しょうが ほうれん草・人参・のり わかめ・玉ねぎ・大根 みかん(缶詰)	でん粉・油・砂糖 米(国産)	料理酒・醤油・本みりん 醤油・本みりん・だし だし	豆腐スコーン お茶	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 塩・油・豆腐 麦茶
3	木	野菜ハイハイお茶	タンダーチキン かぼちゃのグラッセ コーンサラダ 軟飯 スープ	鶏肉・ヨーグルト	にんにく・しょうが かぼちゃ コーン・人参・きゅうり・キャベツ チンゲン菜・玉ねぎ・人参	油 油・バター・砂糖 砂糖・オリーブ油 米(国産)	塩・カレーパウダー・トマトケチャップ 酢・塩・醤油 コンソメ	シャムサンド 牛乳	食パン いちごジャム 牛乳
4	金	ハイハイお茶	トマトソーススパゲティ ブロッコリーのサラダ スープ フルーツ(グレープフルーツ)	ウインナー	玉ねぎ・ピーマン・しめじ・トマトピューレ ブロッコリー・キャベツ・コーン 大根・小松菜・人参 グレープフルーツルビー	スパゲティ・オリーブ油 油・砂糖	トマトケチャップ・コンソメ 醤油・酢 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 麦茶
7	月	ベビースティックお茶	醤油ラーメン 粉ふき芋 白菜のおかか和え フルーツ(バナナ)	豚肉 かつお節	玉ねぎ・人参・チンゲン菜・もやし あおさのり 白菜・きゅうり・コーン バナナ	ラーメン・油・調合ごま油 じゃが芋	醤油・鶏がらスープ・塩・オイスターソース 塩 醤油	青菜おにぎり お茶	米(国産) 菜めしの素 麦茶
8	火	豆花クッキーお茶	鶏肉の塩こうじ焼 さつま芋の甘煮 小松菜の磯和え 軟飯 味噌汁	鶏肉 油揚げ・赤みそ・白みそ	小松菜・もやし・人参 玉ねぎ・わかめ	油 さつま芋・砂糖 米(国産)	塩こうじ だし・醤油 醤油・本みりん・だし だし	あずき蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 ゆで小豆・豆乳 牛乳
9	水	野菜ハイハイお茶	白身魚の味噌焼 厚揚げの煮物 ひじきサラダ 軟飯 味噌汁	たら・白みそ 生揚げ かつおフレーク 赤みそ・白みそ	さやいんげん ひじき・コーン・人参・きゅうり 白菜・えのきだけ・青ねぎ	砂糖・油 砂糖 砂糖・マヨネースタイプ(卵不使用) 米(国産)	本みりん・料理酒 だし・醤油・料理酒 だし・醤油・本みりん だし	ツナサンド お茶	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) 麦茶
10	木	かぼちゃポーロお茶	焼豚チャーハン 春雨サラダ 中華スープ フルーツ(パイン缶)	焼豚 豆腐	玉ねぎ・人参・小松菜 きゅうり・人参 わかめ・キャベツ パイン(缶詰)	米(国産)・調合ごま油 緑豆春雨・調合ごま油・砂糖	鶏がらスープ・塩 酢・醤油 鶏がらスープ	お好み焼き 牛乳	小麦粉・豆腐・豚ひき肉・キャベツ 油・お好み焼きソース・あおさのり・かつお節 牛乳
11	金	豆花クッキーお茶	鶏肉のバーベキューソース がんもの煮物 ころもきゅうり 軟飯 味噌汁	鶏肉 がんもどき かつお節 赤みそ・白みそ	人参・さやえんどう きゅうり しめじ・大根・白菜	小麦粉・油・砂糖・でん粉 砂糖 米(国産)	だし・醤油・料理酒 醤油・本みりん・だし だし	ピーチゼリー 牛乳	ゼラチン・砂糖 黄桃(缶詰) 牛乳
12	土	ハイハイお茶	焼きそば スープ フルーツ(みかん缶)	豚肉・かつお節	人参・キャベツ・もやし・あおさのり 人参・玉ねぎ・チンゲン菜 みかん(缶詰)	焼きそば用麺・油	焼きそばソース(粉)・中濃ソース 鶏がらスープ	お好み焼き 牛乳	小麦粉・豆腐・豚ひき肉・キャベツ 油・お好み焼きソース・あおさのり・かつお節 牛乳
15	火	野菜ハイハイお茶	カレーライス ほうれん草とコーンのサラダ スープ フルーツ(黄桃缶)	豚肉	玉ねぎ・人参・黄桃(缶詰) ほうれん草・コーン・カリフラワー・人参 大根・玉ねぎ・さやえんどう 黄桃(缶詰)	米(国産)・じゃが芋・油・砂糖・いちごジャム 油・砂糖	カレーフレーク・トマトケチャップ・中濃ソース 醤油・酢 コンソメ	小麦粉・ベーキングパウダー・豆乳・油 塩・ウインナー・玉ねぎ 牛乳	
16	水	かぼちゃポーロお茶	きつねうどん 肉団子のケチャップ煮 白菜の塩昆布和え フルーツ(オレンジ)	油揚げ チキンボール	ほうれん草・だし昆布 白菜・人参 オレンジ	うどん・砂糖 油・砂糖 調合ごま油	だし・醤油・本みりん・塩 本みりん・醤油・トマトケチャップ 醤油	さつま芋おにぎり お茶	米(国産)・さつま芋 塩 麦茶
17	木	豆花クッキーお茶	サーモンのタルタル焼 ビーフソテー キャベツの和え物 軟飯 味噌汁	ピンクサーモン ハム・かつお節 豆腐・赤みそ・白みそ	ドライパセリ・玉ねぎ 玉ねぎ・青ねぎ・人参 ほうれん草・キャベツ わかめ・もやし	小麦粉・油・マヨネースタイプ(卵不使用) ビーフン・油 米(国産)	塩 醤油・だし 醤油・本みりん だし	いももち 牛乳	じゃが芋・でん粉・油 砂糖・醤油 牛乳
18	金	野菜ハイハイお茶	★いり豆腐 ツナサラダ 青菜の軟飯 味噌汁 フルーツ(バナナ)	豆腐・鶏ひき肉・えび・卵 ツナフレーク 赤みそ・白みそ	長ねぎ・人参・しいたけ・グリーンピース キャベツ・きゅうり・人参 菜めしの素 玉ねぎ・わかめ・えのきだけ バナナ	油・砂糖 砂糖・オリーブ油 米(国産)	醤油・本みりん・料理酒・塩・だし 酢・塩・醤油 だし	お餅のフレンチトースト お茶	お餅のフレンチトースト バター・グラニュー糖 麦茶
19	土	ベビースティックお茶	和風あんかけ丼 味噌汁 フルーツ(パイン缶)	豚肉 油揚げ・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・白菜・しいたけ・さやえんどう ほうれん草・人参 パイン(缶詰)	米(国産)・油・砂糖・でん粉	だし・醤油・本みりん だし		
21	月	豆花クッキーお茶	さわらの塩こうじ焼 ほうれん草の納豆和え 軟飯 味噌汁 フルーツ(みかん缶)	さわら 納豆 赤みそ・白みそ	ほうれん草・人参 大根・しめじ・人参 みかん(缶詰)	油 米(国産)	塩こうじ 醤油 だし	レーズン蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 豆乳・レーズン 牛乳
22	火	かぼちゃポーロお茶	豚肉と秋野菜の味噌炒め ポテトサラダ 軟飯 すまし汁 フルーツ(グレープフルーツ)	豚肉・赤みそ	玉ねぎ・れんこん・人参・チンゲン菜・しめじ・しょうが 人参・きゅうり・コーン 大根・小松菜・玉ねぎ グレープフルーツルビー	油・砂糖 じゃが芋・マヨネースタイプ(卵不使用) 米(国産)	醤油・本みりん 塩 だし・醤油・塩	さつま芋きんとん お茶	さつま芋・砂糖 塩・本みりん 麦茶
23	水	ハイハイお茶	照焼ハンバーグ 小松菜の磯和え 軟飯 味噌汁 フルーツ(バナナ)	ハンバーグ かまぼこ 赤みそ・白みそ	小松菜・もやし・のり 白菜・人参・玉ねぎ バナナ	油・砂糖・でん粉 米(国産)	醤油・本みりん・料理酒 醤油 だし	パンパンケーキ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・おろしパイン 牛乳
24	木	ベビースティックお茶	★サンマ煮 焼かぼちゃ ブロッコリーの中華和え フルーツ(オレンジ)	豚肉	玉ねぎ・人参・キャベツ・もやし かぼちゃ ブロッコリー・人参 オレンジ	ラーメン・油・でん粉・調合ごま油 油 調合ごま油	醤油・中華だし・塩・オイスターソース 塩 醤油・鶏がらスープ	ツナ味噌おにぎり お茶	米(国産)・ツナフレーク・赤みそ 醤油・砂糖 麦茶
25	金	かぼちゃポーロお茶	白身魚のカレーマヨ焼 そぼろきんぴら キャベツのおかか和え物 軟飯 味噌汁	たら 鶏ひき肉 かつお節 油揚げ・赤みそ・白みそ	玉ねぎ ごぼう・人参 人参・キャベツ・きゅうり 大根・玉ねぎ	マヨネースタイプ(卵不使用) 油・砂糖・白ごま 米(国産)	塩・カレーパウダー 醤油・本みりん・料理酒・だし 醤油・本みりん だし	アップルゼリー 牛乳	ゼラチン・りんごジュース 砂糖 牛乳
26	土	野菜ハイハイお茶	ビシソル スープ フルーツ(黄桃缶)	豚ひき肉 豆腐	ほうれん草・もやし・人参 玉ねぎ・わかめ 黄桃(缶詰)	米(国産)・油・白ごま・調合ごま油・砂糖	焼肉のたれ・醤油・本みりん・鶏がらスープ・酢 鶏がらスープ		
28	月	野菜ハイハイお茶	白身魚の照焼 れんこんサラダ 軟飯 味噌汁 フルーツ(パイン缶)	たら 豆腐・赤みそ・白みそ	れんこん・コーン・人参・きゅうり ほうれん草・玉ねぎ パイン(缶詰)	砂糖・油 マヨネースタイプ(卵不使用) 米(国産)	醤油・本みりん 醤油 だし	きなこ蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・きな粉 砂糖・豆乳 牛乳
29	火	かぼちゃポーロお茶	★アイントフ チキンサラダ パン フルーツ(オレンジ)	ウインナー・大豆 チキンフレーク	玉ねぎ・人参・さやえんどう キャベツ・きゅうり・人参 オレンジ	じゃが芋・油 砂糖・オリーブ油 食パン	コンソメ・塩 酢・塩・醤油	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
30	水	ハイハイお茶	秋野菜の麻婆豆腐丼 三色ナムル スープ フルーツ(グレープフルーツ)	豆腐・豚ひき肉・赤みそ	しょうが・玉ねぎ・ごぼう・人参・しいたけ もやし・小松菜・人参・にんにく 人参・白菜・大根 グレープフルーツルビー	米(国産)・砂糖・調合ごま油・でん粉 白ごま・砂糖・調合ごま油	醤油・料理酒・鶏がらスープ・塩 醤油・塩 鶏がらスープ	かぼちゃマフィン お茶	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 バター・豆乳・かぼちゃ 麦茶
31	木	野菜ハイハイお茶	かぼちゃのライスグラタン ブロッコリーサラダ フルーツ(バナナ)	鶏肉・ホワイトソース・牛乳・ミックスチーズ	玉ねぎ・かぼちゃ ブロッコリー・コーン・人参 バナナ	米(国産)・パン粉 砂糖・オリーブ油	コンソメ・塩 酢・塩	クッキー 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー 砂糖・油 牛乳

★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	火	ベビースティックお茶	鶏肉と野菜の煮物 ほうれん草のお浸し 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 ほうれん草・人参・だし昆布  玉ねぎ・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
2	水	かぼちゃポーロお茶	白身魚と玉ねぎの煮付 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  大根・玉ねぎ・だし昆布	  米(国産)	醤油 醤油	人参の煮物 お茶	人参・だし昆布 醤油 麦茶
3	木	野菜ハイハイお茶	かぼちゃのそぼろ煮 きゅうりのお浸し 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	かぼちゃ・玉ねぎ・だし昆布 きゅうり・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  塩	ふかし芋 お茶	じゃが芋 麦茶
4	金	ハイハイお茶	煮込みうどん 大根の旨煮 ブロッコリーの和え物	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・キャベツ・だし昆布 大根・だし昆布 ブロッコリー・人参・だし昆布	うどん	醤油 醤油 醤油	青のりおじや お茶	米(国産)・あおさのり 玉ねぎ・醤油 麦茶
7	月	ベビースティックお茶	煮込みうどん じゃが芋の旨煮 白菜の和え物	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・チンゲン菜・人参・だし昆布 だし昆布 白菜・人参・だし昆布	うどん じゃが芋	醤油 醤油 醤油	おかかおじや お茶	米(国産)・かつお節 玉ねぎ・醤油 麦茶
8	火	ハイハイお茶	さつま芋のそぼろ煮 小松菜の煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)  赤みそ・白みそ	人参・だし昆布 小松菜・玉ねぎ・だし昆布  玉ねぎ・人参・だし昆布	さつま芋 でん粉 米(国産)	醤油 醤油	ふかし芋 お茶	じゃが芋 麦茶
9	水	野菜ハイハイお茶	白身魚の煮付 きゅうりのお浸し 5倍がゆ 味噌汁	たら  赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布 きゅうり・人参・だし昆布  白菜・人参・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
10	木	かぼちゃポーロお茶	豆腐のそぼろ煮 キャベツのお浸し 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)・豆腐	人参・玉ねぎ・だし昆布 キャベツ・人参・だし昆布  小松菜・人参・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
11	金	ベビースティックお茶	鶏肉と野菜の煮物 白菜の旨煮 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)  赤みそ・白みそ	大根・人参・だし昆布 白菜・だし昆布  人参・だし昆布	でん粉 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
12	土	ハイハイお茶	鶏そぼろうどん チンゲン菜と玉ねぎのお浸し 人参の旨煮	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・キャベツ・だし昆布 チンゲン菜・玉ねぎ・だし昆布 人参・だし昆布	うどん・でん粉	醤油 醤油 醤油		
15	火	野菜ハイハイお茶	鶏肉とじゃが芋の煮物 カリフラワーの旨煮 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)  赤みそ・白みそ	人参・だし昆布 カリフラワー・だし昆布  ほうれん草・玉ねぎ・だし昆布	じゃが芋  米(国産)	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
16	水	かぼちゃポーロお茶	煮込みうどん 蒸しさつま芋 ほうれん草のお浸し	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布	うどん さつま芋	醤油  醤油	青のりおじや お茶	米(国産)・あおさのり 玉ねぎ・醤油 麦茶
17	木	ハイハイお茶	白身魚の煮付 キャベツのお浸し 5倍がゆ スープ	たら  豆腐	玉ねぎ・人参・だし昆布 キャベツ・人参・だし昆布  ほうれん草・だし昆布	  米(国産)	醤油 醤油  塩	マッシュポテト お茶	じゃが芋 塩 麦茶
18	金	野菜ハイハイお茶	豆腐の野菜あんかけ きゅうりと玉ねぎのお浸し 5倍がゆ 味噌汁	豆腐  赤みそ・白みそ	人参・キャベツ・だし昆布 きゅうり・玉ねぎ・だし昆布  人参・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
19	土	ベビースティックお茶	鶏そぼろと野菜のあんかけ丼 白菜の旨煮 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)  豆腐・赤みそ・白みそ	ほうれん草・人参・玉ねぎ・だし昆布 白菜・だし昆布 小松菜・だし昆布	米(国産)・でん粉 でん粉	醤油 醤油		
21	月	野菜ハイハイお茶	白身魚の煮付 人参の納豆和え 5倍がゆ 味噌汁	たら 納豆  赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布 人参・だし昆布  ほうれん草・だし昆布	  米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	野菜のパンがゆ お茶	食パン・人参 玉ねぎ・スキムミルク 麦茶
22	火	かぼちゃポーロお茶	鶏肉と野菜の煮物 小松菜のお浸し 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)  赤みそ・白みそ	大根・人参・だし昆布 小松菜・人参・だし昆布  玉ねぎ・だし昆布	でん粉  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
23	水	ハイハイお茶	鶏肉と野菜の煮物 小松菜のお浸し 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	白菜・人参・だし昆布 小松菜・人参・だし昆布  玉ねぎ・だし昆布	でん粉  米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油  塩	スティックバナナ お茶	バナナ 麦茶
24	木	ベビースティックお茶	鶏野菜うどん 蒸しかぼちゃ ブロッコリーの和え物	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・キャベツ・だし昆布 かぼちゃ ブロッコリー・人参・だし昆布	うどん・でん粉	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
25	金	かぼちゃポーロお茶	白身魚の煮付 大根の旨煮 5倍がゆ 味噌汁	たら  赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布 大根・だし昆布  玉ねぎ・キャベツ・だし昆布	  米(国産)	醤油 醤油	蒸しかぼちゃ お茶	かぼちゃ 麦茶
26	土	野菜ハイハイお茶	鶏塩おじや 豆腐のとろみ煮 スープ	鶏ひき肉(ささみ) 豆腐	ほうれん草・人参・だし昆布 だし昆布 人参・玉ねぎ・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油 塩		
28	月	野菜ハイハイお茶	白身魚の照り煮 きゅうりのお浸し 5倍がゆ 味噌汁	たら  赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 きゅうり・人参・だし昆布  人参・ほうれん草・だし昆布	でん粉  米(国産)	醤油 醤油	パンがゆ お茶	パン粉 スキムミルク 麦茶
29	火	かぼちゃポーロお茶	鶏肉とじゃが芋の煮物 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	人参・だし昆布 キャベツ・人参・だし昆布  人参・だし昆布	じゃが芋  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
30	水	ハイハイお茶	豆腐のそぼろ煮 小松菜のお浸し 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)・豆腐	人参・だし昆布 小松菜・人参・だし昆布  白菜・玉ねぎ・だし昆布	  米(国産)	醤油 醤油  塩	蒸しかぼちゃ お茶	かぼちゃ 麦茶
31	木	野菜ハイハイお茶	鶏そぼろと野菜のおじや ブロッコリーの和え物 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 かぼちゃ・玉ねぎ・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油	スティックバナナ お茶	バナナ 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	火	ベビースティックお茶	鶏肉と野菜の煮物 ほうれん草のお浸し 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 ほうれん草・人参・だし昆布  玉ねぎ・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
2	水	かぼちゃポーロお茶	白身魚と玉ねぎの煮付 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  大根・玉ねぎ・だし昆布	  米(国産)	醤油 醤油	人参の煮物 お茶	人参・だし昆布 醤油 麦茶
3	木	野菜ハイハイお茶	かぼちゃのそぼろ煮 きゅうりのお浸し 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	かぼちゃ・玉ねぎ・だし昆布 きゅうり・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  塩	ふかし芋 お茶	じゃが芋 麦茶
4	金	ハイハイお茶	煮込みうどん 大根の旨煮 ブロッコリーの和え物	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・キャベツ・だし昆布 大根・だし昆布 ブロッコリー・人参・だし昆布	うどん	醤油 醤油 醤油	青のりおじや お茶	米(国産)・あおさのり 玉ねぎ・醤油 麦茶
7	月	ベビースティックお茶	煮込みうどん じゃが芋の旨煮 白菜の和え物	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・チンゲン菜・人参・だし昆布 だし昆布 白菜・人参・だし昆布	うどん じゃが芋	醤油 醤油 醤油	おかかおじや お茶	米(国産)・かつお節 玉ねぎ・醤油 麦茶
8	火	ハイハイお茶	さつま芋のそぼろ煮 小松菜の煮浸し 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)  赤みそ・白みそ	人参・だし昆布 小松菜・玉ねぎ・だし昆布  玉ねぎ・人参・だし昆布	さつま芋 でん粉 米(国産)	醤油 醤油	ふかし芋 お茶	じゃが芋 麦茶
9	水	野菜ハイハイお茶	白身魚の煮付 きゅうりのお浸し 7倍がゆ 味噌汁	たら  赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布 きゅうり・人参・だし昆布  白菜・人参・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
10	木	かぼちゃポーロお茶	豆腐のそぼろ煮 キャベツのお浸し 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)・豆腐	人参・玉ねぎ・だし昆布 キャベツ・人参・だし昆布  小松菜・人参・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
11	金	ベビースティックお茶	鶏肉と野菜の煮物 白菜の旨煮 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)  赤みそ・白みそ	大根・人参・だし昆布 白菜・だし昆布  人参・だし昆布	でん粉 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
12	土	ハイハイお茶	鶏そぼろうどん チンゲン菜と玉ねぎのお浸し 人参の旨煮	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・キャベツ・だし昆布 チンゲン菜・玉ねぎ・だし昆布 人参・だし昆布	うどん・でん粉	醤油 醤油 醤油		
15	火	野菜ハイハイお茶	鶏肉とじゃが芋の煮物 カリフラワーの旨煮 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)  赤みそ・白みそ	人参・だし昆布 カリフラワー・だし昆布  ほうれん草・玉ねぎ・だし昆布	じゃが芋  米(国産)	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
16	水	かぼちゃポーロお茶	煮込みうどん 蒸しさつま芋 ほうれん草のお浸し	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布	うどん さつま芋	醤油  醤油	青のりおじや お茶	米(国産)・あおさのり 玉ねぎ・醤油 麦茶
17	木	ハイハイお茶	白身魚の煮付 キャベツのお浸し 7倍がゆ スープ	たら  豆腐	玉ねぎ・人参・だし昆布 キャベツ・人参・だし昆布  ほうれん草・だし昆布	  米(国産)	醤油 醤油  塩	マッシュポテト お茶	じゃが芋 塩 麦茶
18	金	野菜ハイハイお茶	豆腐の野菜あんかけ きゅうりと玉ねぎのお浸し 7倍がゆ 味噌汁	豆腐  赤みそ・白みそ	人参・キャベツ・だし昆布 きゅうり・玉ねぎ・だし昆布  人参・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
19	土	ベビースティックお茶	鶏そぼろと野菜のあんかけ丼 白菜の旨煮 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)  豆腐・赤みそ・白みそ	ほうれん草・人参・玉ねぎ・だし昆布 白菜・だし昆布 小松菜・だし昆布	米(国産)・でん粉 でん粉	醤油 醤油		
21	月	野菜ハイハイお茶	白身魚の煮付 人参の納豆和え 7倍がゆ 味噌汁	たら 納豆  赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布 人参・だし昆布  ほうれん草・だし昆布	  米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	野菜のパンがゆ お茶	食パン・人参 玉ねぎ・スキムミルク 麦茶
22	火	かぼちゃポーロお茶	鶏肉と野菜の煮物 小松菜のお浸し 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)  赤みそ・白みそ	大根・人参・だし昆布 小松菜・人参・だし昆布  玉ねぎ・だし昆布	でん粉  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
23	水	ハイハイお茶	鶏肉と野菜の煮物 小松菜のお浸し 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	白菜・人参・だし昆布 小松菜・人参・だし昆布  玉ねぎ・だし昆布	でん粉  米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油  塩	スティックバナナ お茶	バナナ 麦茶
24	木	ベビースティックお茶	鶏野菜うどん 蒸しかぼちゃ ブロッコリーの和え物	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・キャベツ・だし昆布 かぼちゃ ブロッコリー・人参・だし昆布	うどん・でん粉	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
25	金	かぼちゃポーロお茶	白身魚の煮付 大根の旨煮 7倍がゆ 味噌汁	たら  赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布 大根・だし昆布  玉ねぎ・キャベツ・だし昆布	  米(国産)	醤油 醤油	蒸しかぼちゃ お茶	かぼちゃ 麦茶
26	土	野菜ハイハイお茶	鶏塩おじや 豆腐のとろみ煮 スープ	鶏ひき肉(ささみ) 豆腐	ほうれん草・人参・だし昆布 だし昆布 人参・玉ねぎ・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油 塩		
28	月	野菜ハイハイお茶	白身魚の照り煮 きゅうりのお浸し 7倍がゆ 味噌汁	たら  赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 きゅうり・人参・だし昆布  人参・ほうれん草・だし昆布	でん粉  米(国産)	醤油 醤油	パンがゆ お茶	パン粉 スキムミルク 麦茶
29	火	かぼちゃポーロお茶	鶏肉とじゃが芋の煮物 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	人参・だし昆布 キャベツ・人参・だし昆布  人参・だし昆布	じゃが芋  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
30	水	ハイハイお茶	豆腐のそぼろ煮 小松菜のお浸し 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)・豆腐	人参・だし昆布 小松菜・人参・だし昆布  白菜・玉ねぎ・だし昆布	  米(国産)	醤油 醤油  塩	蒸しかぼちゃ お茶	かぼちゃ 麦茶
31	木	野菜ハイハイお茶	鶏そぼろと野菜のおじや ブロッコリーの和え物 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 かぼちゃ・玉ねぎ・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油	スティックバナナ お茶	バナナ 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	昼食	主な材料と体内での働き			
			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
1	火	10倍がゆ 人参のペースト ほうれん草のペースト 玉ねぎのペースト		人参 ほうれん草 玉ねぎ	米(国産)	
2	水	10倍がゆ 大根のペースト 玉ねぎのペースト ほうれん草のペースト		大根 玉ねぎ ほうれん草	米(国産)	
3	木	10倍がゆ 人参のペースト キャベツのペースト かぼちゃのペースト		人参 キャベツ かぼちゃ	米(国産)	
4	金	10倍がゆ 人参のペースト 大根のペースト ブロッコリーのペースト		人参 大根 ブロッコリー	米(国産)	
7	月	10倍がゆ じゃが芋のペースト 人参のペースト 白菜のペースト		人参 白菜	米(国産) じゃが芋	
8	火	10倍がゆ 小松菜のペースト 人参のペースト さつまいものペースト		小松菜 人参	米(国産) さつまいも	
9	水	10倍がゆ 白菜のペースト きゅうりのペースト 人参のペースト		白菜 きゅうり 人参	米(国産)	
10	木	10倍がゆ 豆腐のペースト キャベツのペースト 小松菜のペースト	豆腐	キャベツ 小松菜	米(国産)	
11	金	10倍がゆ 大根のペースト 人参のペースト 白菜のペースト		大根 人参 白菜	米(国産)	
12	土	10倍がゆ キャベツのペースト 玉ねぎのペースト 人参のペースト		キャベツ 玉ねぎ 人参	米(国産)	
15	火	10倍がゆ ほうれん草のペースト じゃが芋のペースト 人参のペースト		ほうれん草 人参	米(国産) じゃが芋	
16	水	10倍がゆ さつまいものペースト 人参のペースト 玉ねぎのペースト		人参 玉ねぎ	米(国産) さつまいも	
17	木	10倍がゆ キャベツのペースト 豆腐のペースト ほうれん草のペースト	豆腐	キャベツ ほうれん草	米(国産)	
18	金	10倍がゆ 豆腐のペースト きゅうりのペースト 人参のペースト	豆腐	きゅうり 人参	米(国産)	
19	土	10倍がゆ ほうれん草のペースト 白菜のペースト 人参のペースト		ほうれん草 白菜 人参	米(国産)	
21	月	10倍がゆ 人参のペースト 玉ねぎのペースト ほうれん草のペースト		人参 玉ねぎ ほうれん草	米(国産)	
22	火	10倍がゆ 小松菜のペースト 大根のペースト 人参のペースト		小松菜 大根 人参	米(国産)	
23	水	10倍がゆ 白菜のペースト 人参のペースト 小松菜のペースト		白菜 人参 小松菜	米(国産)	
24	木	10倍がゆ かぼちゃのペースト キャベツのペースト ブロッコリーのペースト		かぼちゃ キャベツ ブロッコリー	米(国産)	
25	金	10倍がゆ 玉ねぎのペースト 人参のペースト 大根のペースト		玉ねぎ 人参 大根	米(国産)	
26	土	10倍がゆ 豆腐のペースト ほうれん草のペースト 人参のペースト	豆腐	ほうれん草 人参	米(国産)	
28	月	10倍がゆ 玉ねぎのペースト きゅうりのペースト 人参のペースト		玉ねぎ きゅうり 人参	米(国産)	
29	火	10倍がゆ 人参のペースト キャベツのペースト じゃが芋のペースト		人参 キャベツ	米(国産) じゃが芋	
30	水	10倍がゆ 白菜のペースト 小松菜のペースト 人参のペースト		白菜 小松菜 人参	米(国産)	
31	木	10倍がゆ ブロッコリーのペースト 人参のペースト かぼちゃのペースト		ブロッコリー 人参 かぼちゃ	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。