





	曜日	おやつ(午前)	昼食	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	体内での働き 主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	おやつ(午後) 材料
		白い風船ミルククリーム		豆腐・豚ひき肉・赤みそ	しょうが・玉ねぎ・人参・生しいたけ	油・砂糖・でん粉	醤油・料理酒・鶏がらスープ	ちんすこう	小麦粉•砂糖
2	月	お茶	春雨サラダ ごはん 中華スープ		人参・きゅうり もやし・小松菜・コーン	縁豆春雨・調合ごま油・砂糖 米(国産)	酢・醤油 鶏がらスープ	牛乳	塩・油 牛乳
_		豆花クッキー	フルーツ (黄桃) けんちんうどん	豚肉・生揚げ	黄桃(缶詰) 大根・人参・万能ねぎ・だし昆布	うどん・油・里芋	だし・醤油・本みりん・塩	青菜おにぎり	米(国産)
;	火	お茶	白菜の和え物 フルーツ (バナナ)		えのきたけ・白菜・小松菜バナナ	砂糖	醤油	お茶	菜めしの素麦茶
	水	星っこ お茶	ロヒケイット ロソッリ	ピンクサーモン・豆乳	人参・玉ねぎ・しめじ 人参・きゅうり・コーン	じゃが芋・マヨネーズタイプ(卵不使用)	コンソメ・塩 塩	キーッセリ 牛乳	いちごゼリーの素・ミックスベリー 牛乳
界の	小 料理 ランド)		パン スープ フルーツ(みかん缶)		ほうれん草・玉ねぎ みかん(缶詰)	食パン	コンソメ・塩		
		ぽたぽた焼 お茶	サンマーメン 大根の中華サラダ	豚肉 かつおフレーク	玉ねぎ・人参・キャベツ・もやし きゅうり・大根・コーン	ラーメン・油・でん粉・調合ごま油 砂糖・調合ごま油	醤油・中華だし・塩・オイスターソース 醤油・酢	チーズ蒸しパン	/ 小麦粉・ベーキングパウダー・砂! 豆乳・チーズ
5	木	3071	豆腐しゅうまい フルーツ(白桃缶)	豆腐しゅうまい	白桃(缶詰)			牛乳	牛乳
T		かぼちゃボーロ お茶	鶏肉の甘辛焼 キャベツサラダ	鶏肉	キャベツ・きゅうり・人参	砂糖・油砂糖・オリーブ油	醤油・料理酒 酢・塩	フライドポテト	ポテトフライ・油塩
	金	3071	麦入りごはん すまし汁 フルーツ(パイン缶)	豆腐	玉ねぎ・ほうれん草 パイン (缶詰)	米(国産)・押麦	だし・醤油・塩	お茶	麦茶
†		ソフトサラダ	サーモンのタルタル焼 ほうれん草ともやしのごま和え	ピンクサーモン	ドライパセリ・玉ねぎ	小麦粉・油・マヨネーズタイプ(卵不使用) 白ごま・砂糖	塩 醤油	焼き芋	さつま芋
	月	お茶	高野豆腐の煮物 ごはん	東り豆腐	ほうれん草・もやし・人参 人参・さやいんげん	砂糖 砂糖 米(国産)	だし・醤油・料理酒	午乳	午事.
+		白い風船ミルククリーム	味噌汁ほうとう	赤みそ・白みそ 鶏肉・油揚げ	キャベツ・玉ねぎ・えのきたけ 人参・白菜・大根・しいたけ・白ねぎ・かぼちゃ・だし昆布	ほうとう	だし・醤油・本みりん	信玄餅風寒天	寒天•砂糖
郡土米	火 料理	お茶	じゃが芋とひじきの煮物フルーツ(りんご)	油揚げ	りんご	じゃが芋・油・砂糖	だし・醤油・本みりん・料理酒	お茶	きな粉・黒砂糖 麦茶
(山雪	Ų)	豆花クッキー	サバの味噌煮	さば・白みそ	しょうが	砂糖	醤油・本みりん・料理酒	ジャムサンド	食パン
1	水	お茶	花野菜サラダ ごはん 味噌汁	赤みそ・白みそ	カリフラワー・ブロッコリー・コーン 玉ねぎ・キャベツ	砂糖・オリーブ油 米(国産)	酢・塩・醤油 だし	牛乳	いちごジャム 牛乳
+		星っこ	フルーツ(オレンジ) ベーコンとトマトのスパゲティ	ベーコン	オレンジ 玉ねぎ・にんにく・トマト(加工)・トマトピューレ	スパゲティ・オリーブ油・砂糖	コンソメ・塩・トマトケチャップ	きなこマカロニ	マカロニ・きな粉
2 復刻 メニュ		お茶	さつま芋のおろし和え スープ フルーツ(バナナ)		きゅうり・人参・大根おろし 玉ねぎ・キャベツ バナナ	さつま芋・油・砂糖	醤油・酢コンソメ	牛乳	砂糖•塩 牛乳
+	177	かぼちゃボーロ	鶏肉の塩こうじ焼	鶏肉		油	塩こうじ	青りんごゼリー	青りんごゼリーの素
3	金	お茶	小松菜と白菜の納豆和え ごはん 味噌汁	納豆 赤みそ・白みそ	小松菜・白菜・人参 ほうれん草・大根・玉ねぎ	米(国産)	醤油	牛乳	牛乳
+		ぽたぽた焼	フルーツ(みかん缶) スタミナ焼肉丼	豚肉	みかん(缶詰) 玉ねぎ・キャベツ・人参・ピーマン・黄ピーマン	米(国産)・油・砂糖・白ごま・調合ごま油	醤油・本みりん・料理酒		
1	±	お茶	味噌汁フルーツ(パイン缶)	豆腐・赤みそ・白みそ	小松菜・しめじパイン(缶詰)		だし		
+		ソフトサラダ	あんかけうどん	鶏肉	しいたけ・白ねぎ・ほうれん草・だし昆布	うどん・でん粉	だし・醤油・本みりん・塩	ツナマヨおにぎり) 米(国産)・ツナフレーク
5	月	お茶	ほうれん草の磯和え フルーツ(みかん缶)	Augr 3	ほうれん草・人参・もやし・のり みかん(缶詰)	32.0 0.012	醤油・本みりん・だし	お茶	マヨネーズタイプ(卵不使用)・焼きの火麦茶
7	火	白い風船ミルククリームお茶	カレーライス チキンサラダ フルーツ(バナナ)	豚肉 チキンフレーク	玉ねぎ・人参 キャベツ・きゅうり・コーン バナナ	米(国産)・じゃが芋・油・砂糖 マヨネーズタイプ(卵不使用)	カレーフレーク・トマトケチャップ・中濃ソース	パインゼリー 牛乳	パインゼリーの素 牛乳
\dagger		ぽたぽた焼 お茶	白身魚の照焼 小松菜のおかか和え	たら かつお節	小松菜・キャベツ・人参	油·砂糖	塩・本みりん・料理酒・醤油 醤油・本みりん・だし	スイートポテト	さつま芋・バター 砂糖
3	水	65 M	ごはん 味噌汁	赤みそ・白みそ	白菜・えのきたけ・青ねぎ	米(国産)	だし	牛乳	牛乳
+		星っこ	フルーツ(パイン缶) フライドチキン	フライドチキン	パイン(缶詰)	油		クリスマスケーキ	キ いちごケーキ
)]25	木	お茶	ツリーサラダ お星さまごはん 豆乳コーンスープ	豆乳	きゅうり・ブロッコリー・コーン・人参 混ぜ込みパエリアの素 コーンベースト・コーン・玉ねぎ	じゃが芋・マヨネーズタイプ(卵不使用) ・砂糖・オリーブ油 米 (国産)	塩・酢 コンソメ	牛乳	牛乳
		かぼちゃボーロ お茶	豚肉とれんこんの味噌炒め かぼちゃのいとこ煮	 豚肉・赤みそ ゆで小豆	玉ねぎ・れんこん・人参・チンゲン菜・しめじ・しょうが かぼちゃ	油・砂糖	醤油・本みりん 醤油・だし		 小麦粉・ベーキングパウダー 砂糖・オレンジジュース
) § 1	金		ごはん すまし汁 フルーツ(りんご)	豆腐	ほうれん草・玉ねぎ りんご	米(国産)	だし・醤油・塩	牛乳	牛乳
1	±	豆花クッキー お茶	焼きそば 中華スープ 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		
		ソフトサラダ	豆腐ハンバーグ	豆腐野菜ハンバーグ		油・砂糖・でん粉	醤油・本みりん・料理酒	さつま芋蒸しパン	ツ 蒸しパンミックス
3	月	お茶	根菜きんぴら ごはん 味噌汁	赤みそ・白みそ	れんこん・大根・人参 しめじ・大根・白菜	油・砂糖・白ごま 米(国産)	醤油・本みりん・料理酒・だし だし	牛乳	さつま芋牛乳
+		白い風船ミルククリーム	フルーツ(パイン缶) ミートソーススパゲティ	豚ひき肉	パイン(缶詰) 玉ねぎ・人参・トマトピューレ・ドライパセリ	スパゲティ・オリーブ油・油・小麦粉・砂糖	トマトケチャップ・ウスターソース・塩	ジューシー風おにぎり	↑ ↑ 米(国産)・豚ひき肉・油・人参
4	火	お茶	フレンチサラダ スープ フルーツ (オレンジ)		コーン・人参・キャベツ 白菜・大根 オレンジ	砂糖・オリーブ油	酢・塩・醤油 コンソメ・塩	お茶	青ねぎ・醤油・本みりん・料理消麦茶
+		豆花クッキー	白身魚の味噌焼	たら・白みそ		砂糖•油	本みりん・料理酒	お麩のラスク	おつゆ麩・バター
5	水	お茶	キャベツのごま和え ごはん すまし汁		キャベツ・人参 大根・小松菜・玉ねぎ	らごま 米(国産)	醤油・本みりん・だし だし・醤油・塩	牛乳	砂糖牛乳
+		星っこ	フルーツ(白桃缶) 高野豆腐のチリコンカン風	豚ひき肉・連り豆腐	白桃(缶詰) 人参・玉ねぎ・ピーマン・にんにく・トマト(加工)	油・小麦粉・砂糖	トマトケチャップ・醤油・カレーパウダー・コンソメ・塩	かぼちゃ餡サント	* 食パン・かぼちゃペースト
5	木	お茶	同野立崎のデリコンガン風 コールスローサラダ 麦入りごはん 味噌汁	赤みそ・白みそ	キャベツ・まねぎ・えのきだけ	油・小麦粉・砂糖米(国産)・押麦	醤油・酢	牛乳	・ 良ハノ・かはりゃハースト 砂糖 牛乳
_		ぽたぽた焼		豚肉・赤みそ	イヤヘツ・玉ねさ・えのさだけ バナナ 玉ねぎ・人参・キャヘツ・万能ねぎ・にんにく・しょうが	ラーメン・油・調合ごま油	醤油・鶏がらスープ	ぶどうゼリー	ぶどうゼリーの素
7	金	お茶	味噌フーメン 白菜の塩昆布和え じゃが芋のマヨ焼 フルーツ(オレンジ)	በ ለቀ አህ -	本ねさ・人参・キャヘツ・カ服ねさ・にんにく・しょうか 白菜・人参・きゅうり・塩昆布 オレンジ	フーメン・油・調合しま油 じゃが芋・マヨネーズタイプ(卵不使用)・油	塩	牛乳	4乳









日供	曜日	おやつ(午前)	昼食	>1-1-2-1-1-0		本内での働き	70%	+=-	おやつ(午後)
1บ	В	ハイハイン	麻婆豆腐	主にからだをつくるもの豆腐・豚ひき肉・赤みそ	主にからだの調子を整えるものしょうが・玉ねぎ・人参・生しいたけ	主に熱や力のもとになるもの 油・砂糖・でん粉	その他 醤油・料理酒・鶏がらスープ	献立 ちんすこう	材料 小麦粉·砂糖
2	月	お茶	春雨サラダ ごはん		人参・きゅうり	緑豆春雨・調合ごま油・砂糖 米(国産)	酢•醤油	牛乳	塩・油 牛乳
_			中華スープフルーツ(黄桃)		もやし・小松菜・コーン 黄桃(缶詰)		鶏がらスープ	, , ,	
		豆花クッキーお茶	けんちんうどん 白菜の和え物	豚肉・生揚げ	大根・人参・万能ねぎ・だし昆布	 うどん・油・里芋 砂糖	だし・醤油・本みりん・塩 醤油	青菜おにぎり	米(国産)
3	火	の余	フルーツ(バナナ)		えのきたけ・白菜・小松菜 バナナ	砂糖	選 出	お茶	菜めしの素 麦茶
4	水	野菜ハイハイン お茶	ロヒケイット ロソッリ	ピンクサーモン・豆乳	人参・玉ねぎ・しめじ 人参・きゅうり・コーン	じゃが芋・マヨネーズタイプ(卵不使用)	コンソメ・塩 塩	キーッセリ 牛乳	いちごゼリーの素・ミックスベリー 牛乳
世界の			パン スープ		ほうれん草・玉ねぎ	食パン	コンソメ・塩		
(フィン	ランド)	ハイハイン	フルーツ(みかん缶) サンマーメン	豚肉	みかん(缶詰) 玉ねぎ・人参・キャベツ・もやし	ラーメン・油・でん粉・調合ごま油	醤油・中華だし・塩・オイスターソース	チーズ蒸しパン	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖
5	木	お茶	大根の中華サラダ 豆腐しゅうまい	かつおフレーク 豆腐しゅうまい	きゅうり・大根・コーン	砂糖・調合ごま油	醤油・酢	牛乳	豆乳・チーズ 牛乳
5	/ \		フルーツ(白桃缶)	立向しゆうない	白桃(缶詰)			7-56	7-56
		かぼちゃボーロ	鶏肉の甘辛焼	鶏肉		砂糖•油	醤油・料理酒	焼ポテト	ポテトフライ・油
6	金	お茶	キャベツサラダ ごはん		キャベツ・きゅうり・人参	砂糖・オリーブ油 米(国産)	酢•塩	お茶	塩 麦茶
			すまし汁 フルーツ(パイン缶)	豆腐	玉ねぎ・ほうれん草 パイン(缶詰)		だし・醤油・塩		
		ベビースティック お茶	サーモンのタルタル焼 ほうれん草ともやしのごま和え	ピンクサーモン	ドライパセリ・玉ねぎ ほうれん草・もやし・人参	小麦粉・油・マヨネーズタイプ(卵不使用) 白ごま・砂糖	塩醤油	焼き芋 牛乳	さつま芋牛乳
9	月		高野豆腐の煮物 ごはん	凍り豆腐	人参・さやいんげん	砂糖 米(国産)	だし・醤油・料理酒		
		野菜ハイハイン	味噌汁	赤みそ・白みそ 鶏肉・油揚げ	キャベツ・玉ねぎ・えのきたけ 人参・白菜・大根・しいたけ・白ねぎ・かぼちゃ・だし昆布	ほうとう	だし・醤油・本みりん	信玄餅風寒天	寒天・砂糖
10	火	お茶	じゃが芋とひじきの煮物	油揚げ	ひじき・人参	じゃが芋・油・砂糖	だし・醤油・本みりん・料理酒		きな粉・黒砂糖
郷土	料理		りんごの甘煮		りんご	砂糖		お茶	麦茶
(山		豆花クッキー	白身魚の味噌煮	たら・赤みそ	しょうが	砂糖	醤油・本みりん・料理酒	ジャムサンド	食パン
11	水	お茶	花野菜サラダ ごはん		カリフラワー・ブロッコリー・コーン	砂糖・オリーブ油 米(国産)	酢•塩•醤油	牛乳	いちごジャム 牛乳
			味噌汁 フルーツ (オレンジ)	赤みそ・白みそ	玉ねぎ・キャベツ オレンジ		だし		
12	木	ベビースティック お茶	ベーコンとトマトのスパゲティ さつま芋のおろし和え	ベーコン	玉ねぎ・にんにく・トマト(加工)・トマトピューレ きゅうり・人参・大根おろし	スパゲティ・オリーブ油・砂糖 さつま芋・油・砂糖	コンソメ・塩・トマトケチャップ 醤油・酢	きなこマカロニ	マカロニ・きな粉砂糖・塩
~~~ 復刻		05 ⁻ / ₁	スープ フルーツ (バナナ)		玉ねぎ・キャベツ	と フ み 子 ・ 油 ・ 砂 梅	コンソメ	牛乳	牛乳
	1				バナナ				
		かぼちゃボーロ お茶	鶏肉の塩こうじ焼 小松菜と白菜の納豆和え	鶏肉 納豆	小松菜・白菜・人参	油	塩こうじ 醤油	青りんごゼリー 牛乳	青りんごゼリーの素 牛乳
13	金		ごはん 味噌汁	赤みそ・白みそ	ほうれん草・大根・玉ねぎ	米(国産)	だし		
		野菜ハイハイン	フルーツ(みかん缶) スタミナ焼肉丼	豚肉	みかん(缶詰) 玉ねぎ・キャベツ・人参・ピーマン・黄ピーマン	米(国産)・油・砂糖・白ごま・調合ごま油	醤油・本みりん・料理酒		
14	±	お茶	味噌汁フルーツ(パイン缶)	豆腐・赤みそ・白みそ	小松菜・しめじ パイン(缶詰)		だし		
	_		, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,		,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,				
		ハイハイン お茶	あんかけうどん	鶏肉	しいたけ・白ねぎ・ほうれん草・だし昆布	うどん・でん粉	だし・醤油・本みりん・塩	ツナマヨおにぎり	米(国産)・ツナフレーク
16	月	の余	ほうれん草の磯和え フルーツ (みかん缶)		ほうれん草・人参・もやし・のり みかん(缶詰)		醤油・本みりん・だし	お茶	マヨネーズタイプ(卵不使用)・焼きのり 麦茶
		ベビースティック お茶	カレーライス チキンサラダ	豚肉   チキンフレーク	玉ねぎ・人参 キャベツ・きゅうり・コーン	米(国産)・じゃが芋・油・砂糖 マヨネーズタイプ(卵不使用)	カレーフレーク・トマトケチャップ・中濃ソース	パインゼリー 牛乳	パインゼリーの素 牛乳
17	火		フルーツ (バナナ)		バナナ				
		野菜ハイハイン	白身魚の照焼	たら		油・砂糖	塩・本みりん・料理酒・醤油	スイートポテト	さつま芋・バター
18	水	お茶	小松菜のおかか和え ごはん	かつお節	小松菜・キャベツ・人参	米(国産)	醤油・本みりん・だし	牛乳	砂糖牛乳
10	۷,		味噌汁	赤みそ・白みそ	白菜・えのきたけ・青ねぎ	(四庄)	だし	1 30	7.50
		ハイハイン	照焼チキン	鶏肉	パイン (缶詰) しょうが	油・砂糖	醤油・本みりん	クリスマスケーキ	
19	木	お茶	ツリーサラダ ごはん		きゅうり・ブロッコリー・コーン・人参	じゃが芽・マヨネーズタイプ(卵不使用) ・砂糖・オリーブ油 米(国産)	塩・酢	牛乳	牛乳
クリス	72		豆乳コーンスープ	豆乳	コーンペースト・コーン・玉ねぎ		コンソメ		
1		かぼちゃボーロ お茶	豚肉とれんこんの味噌炒め かぼちゃのいとこ煮	豚肉・赤みそ ゆで小豆	玉ねぎ・れんこん・人参・チンゲン菜・しめじ・しょうが かぼちゃ	油•砂糖	醤油・本みりん 醤油・だし		小麦粉・ベーキングパウダー 砂糖・オレンジジュース
20	金		ごはん すまし汁	豆腐	ほうれん草・玉ねぎ	米(国産)	だし・醤油・塩	牛乳	牛乳
冬		豆花クッキー	りんごの甘煮焼きそば	豚肉・かつお節	りんご 人参・キャベツ・もやし・あおさのり	砂糖 焼きそば用麺・油	焼きそばソース(粉)・中濃ソース		
21	±	お茶	中華スープフルーツ(みかん缶)		人参・玉ねぎ・チンゲン菜 みかん(缶詰)		鶏がらスープ		
۲۱	_		2.0 2 (07.070m)		27.270/LLIGHT/				
<u> </u>		ハイハイン	豆腐ハンバーグ	豆腐野菜ハンバーグ	h/ =/ . ±49 . + 45	油・砂糖・でん粉	醤油・本みりん・料理酒	さつま芋蒸しパン	蒸しパンミックス
23	月	お茶	根菜きんぴら ごはん		れんこん・大根・人参	油・砂糖・白ごま 米(国産)	醤油・本みりん・料理酒・だし	牛乳	さつま芋 牛乳
			味噌汁 フルーツ (パイン缶)	赤みそ・白みそ	しめじ・大根・白菜 パイン(缶詰)		だし		
		ベビースティック お茶	ミートソーススパゲティ フレンチサラダ	豚ひき肉	玉ねぎ・人参・トマトピューレ・ドライパセリ コーン・人参・キャベツ	スパゲティ・オリーブ油・油・小麦粉・砂糖 砂糖・オリーブ油	トマトケチャップ・ウスターソース・塩 酢・塩・醤油	ジューシー風おにぎり	米(国産)・豚ひき肉・油・人参青ねぎ・醤油・本みりん・料理酒
24	火		スープ フルーツ (オレンジ)		白菜・大根オレンジ	_	コンソメ・塩	お茶	麦茶
		豆花クッキー	白身魚の味噌焼	たら・白みそ		砂糖・油	本みりん・料理酒	お麩のラスク	おつゆ麩・バター
65	_1 -	お茶	キャベツのごま和え	バン・ロので 	キャベツ・人参	白ごま	本みりん・料理酒 醤油・本みりん・だし		砂糖
25	水		ではんすまし汁		大根・小松菜・玉ねぎ	米(国産)	だし・醤油・塩	牛乳	牛乳
		ハイハイン	フルーツ(白桃缶) 高野豆腐のチリコンカン風	豚ひき肉・凍り豆腐	白桃(缶詰) 人参・玉ねぎ・ピーマン・にんにく・トマト(加工)	油・小麦粉・砂糖	トマトケチャップ・醤油・カレーパウダー・コンソメ・塩	かぽちゃ餡サンド	食パン・かぼちゃペースト
26	木	お茶	コールスローサラダ ごはん		キャベツ・きゅうり・人参・コーン	油·砂糖 米(国産)	醤油・酢	牛乳	砂糖牛乳
-	-		味噌汁 フルーツ (バナナ)	赤みそ・白みそ	キャベツ・玉ねぎ・えのきたけ バナナ		だし		
		ベビースティック お茶	味噌ラーメン	豚肉・赤みそ	玉ねぎ・人参・キャベツ・万能ねぎ・にんにく・しょうが	ラーメン・油・調合ごま油	醤油・鶏がらスープ	ぶどうゼリー 牛乳	ぶどうゼリーの素
		00木	白菜の和え物 じゃが芋のマヨ焼		白菜・人参・きゅうり	じゃが芋・マヨネーズタイプ(卵不使用)・油	選油 塩	十手	牛乳
27	金		フルーツ(オレンジ)		オレンジ		_		







日 付	曜日	おやつ(午前)	昼食	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	と体内での働き 主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	おやつ(午後) 材料
		ハイハイン お茶	豆腐のそぼろ煮 胡瓜と人参の煮浸し	鶏ひき肉(ささみ)・豆腐	人参・玉ねぎ・だし昆布 きゅうり・人参・だし昆布		醤油 醤油	おかかおじや	米(国産)・かつお節 玉ねぎ・醤油
2	月		5倍がゆ 味噌汁	赤みそ・白みそ	白菜・小松菜・だし昆布	米(国産)		お茶	麦茶
		ベビースティック お茶	   煮込みうどん   大根の旨煮	鶏ひき肉(ささみ)	白菜・玉ねぎ・人参・だし昆布	うどん	醤油 醤油	大根の煮物	大根・だし昆布
3	火	の衆	きゅうりのお浸し		大根・だし昆布 きゅうり・人参・だし昆布		醤油	お茶 ベビースティック	醤油 麦茶 カルシウム入りベビースティッ
		野菜ハイハイン	じゃが芋のパンがゆ	スキムミルク		パン粉・じゃが芋		じゃが芋のパンがゆ	パン粉・じゃが芋
4	水	お茶	白身魚の煮付 ほうれん草のお浸し スープ	たら	玉ねぎ・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布 白菜・玉ねぎ・だし昆布	でん粉	醤油 醤油 塩	お茶	スキムミルク 麦茶
		ハイハイン お茶	煮込みうどん きゅうりのお浸し	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・キャベツ・だし昆布   きゅうり・人参	うどん	醤油 醤油	パンがゆ	パン粉 スキムミルク
5	木	05 <del>1</del> K	蒸しさつま芋		さゆうり・人参	さつま芋	<b>运</b> 油	お茶	麦茶
		かぼちゃボーロ お茶	鶏肉と野菜の煮物 キャベツのお浸し	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・ほうれん草・だし昆布 キャベツ・人参・だし昆布	でん粉	醤油 醤油	青のりおじや	米(国産)・あおさのり 玉ねぎ・醤油
6	金		5倍がゆ 味噌汁	赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布	米(国産)		お茶	麦茶
-				たら	玉ねぎ・だし昆布	でん粉	醤油	ツナおじや	米(国産)・人参・ツナフレー
9	月	お茶	ほうれん草のお浸し 5倍がゆ 味噌汁	赤みそ・白みそ	ほうれん草・人参 キャベツ・玉ねぎ・だし昆布	米(国産)	醤油	お茶	玉ねぎ・醤油 麦茶
_		野菜ハイハイン	鶏野菜うどん	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・キャベツ・だし昆布	うどん・でん粉	選油	人参のパンがゆ	パン粉・人参
10	火	お茶	蒸しかぼちゃ 白菜のお浸し	MID CPS (CCV)	かぼちゃ	3270 * 67049	醤油	お茶	スキムミルク 麦茶
$\dashv$		ハイハイン	白身魚の煮付	たら	玉ねぎ・だし昆布	でん粉	醤油	人参の煮物	人参・だし昆布
11	水	お茶	ブロッコリーのお浸し 5倍がゆ		プロッコリー・人参・だし昆布	米(国産)	醤油	お茶	醤油 麦茶
			味噌汁	赤みそ・白みそ	ほうれん草・人参・だし昆布				*かぼちゃボーロ
		ベビースティック お茶	煮込みうどん 蒸しさつま芋	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・チンゲン菜・だし昆布	うどん さつま芋	醤油	トマトおじや	米(国産)・玉ねぎ・トマトだし昆布・醤油
12	木		キャベツのお浸し		キャベツ・人参		醤油	お茶	麦茶
		かぼちゃボーロ お茶	鶏肉と野菜の煮物 白菜の納豆和え	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・だし昆布	でん粉	醤油 醤油	野菜のパンがゆ	
3	金	Ø <del>ℜ</del>	5倍がゆ 味噌汁	納豆 赤みそ・白みそ	白菜・だし昆布 白菜・人参・だし昆布	米(国産)	2000年	お茶	玉ねぎ・スキムミルク 麦茶
		野菜ハイハイン	鶏塩おじや	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・だし昆布	米(国産)	醤油		
4	±	お茶	キャベツの煮物 スープ	豆腐	キャベツ・人参・だし昆布 玉ねぎ・だし昆布		醤油塩		
-		ハイハイン	鶏野菜うどん	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・キャベツ・だし昆布	うどん・でん粉	醤油	おかかおじや	米(国産) ・かつお節 エカギ (平)
16	月	お茶	蒸しさつま芋 ほうれん草のお浸し		ほうれん草・人参・だし昆布	さつま芋	醤油	お茶	玉ねぎ・醤油 麦茶
		ベビースティック	鶏塩おじや	鶏ひき肉(ささみ)	人参・玉ねぎ・だし昆布	米(国産)	醤油	スティックバナナ	バナナ
17	火	お茶	キャベツときゅうりのお浸し味噌汁	赤みそ・白みそ	キャベツ・きゅうり・だし昆布 大根・小松菜・だし昆布		醤油	お茶野菜ハイハイン	麦茶 野菜ハイハイン
-		野菜ハイハイン	白身魚の煮付	たら	玉ねぎ・だし昆布	でん粉	醤油	じゃが芋のパンがゆ	パン粉・じゃが芋
18	水	お茶	小松菜のお浸し 5倍がゆ 味噌汁	赤みそ・白みそ	小松菜・人参・だし昆布 玉ねぎ・だし昆布	米(国産) おつゆ麩	醤油	お茶	スキムミルク 麦茶
		ハイハイン	鶏とじゃが芋の煮物	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・だし昆布	じゃが芋	醤油	青のりおじや	米(国産)・あおさのり
19	木	お茶	ブロッコリーのお浸し 5倍がゆ フープ		ブロッコリー・人参・だし昆布	米(国産)	醤油	お茶	玉ねぎ・醤油 麦茶
		カバデナーボー	スープ	50071 + ch /	人参・玉ねぎ・だし昆布		塩	100	185 /#/
00	^	かぼちゃボーロ お茶	鶏肉と野菜の煮物 蒸しかぼちゃ	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・だし昆布 かぼちゃ	でん粉	醤油	パンがゆ	パン粉 スキムミルク
20	金		5倍がゆ 味噌汁	赤みそ・白みそ	キャベツ・だし昆布	米(国産) おつゆ麩		お茶	麦茶
		ベビースティック お茶	鶏そぼろうどん 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 人参・だし昆布	うどん・でん粉	醤油 醤油		
21	土	05 <del>1</del> K	人参い自然		NS · IC OECIII		香油		
<u> </u>		ハイハイン お茶	   鶏肉と白菜の煮物   大根の旨煮	鶏ひき肉(ささみ)	白菜・玉ねぎ・だし昆布   大根・人参・だし昆布		醤油醤油	蒸しさつま芋お茶	さつま芋 麦茶
23	月		5倍がゆ スープ		玉ねぎ・人参・だし昆布	米(国産)	塩	ハイハイン	ハイハイン
-		ベビースティック	煮込みうどん	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・だし昆布	うどん	醤油	ツナおじや	米(国産)・人参・ツナフレー:
24	火	お茶	蒸しさつま芋 キャベツのお浸し		キャベツ・人参	さつま芋	醤油	お茶	玉ねぎ・醤油麦茶
		野菜ハイハイン	白身魚の煮付	たら	玉ねぎ・だし昆布	でん粉	醤油	人参のパンがゆ	パン粉・人参
25	水	お茶	キャベツの和え物 5倍がゆ		キャベツ・人参	米(国産)	醤油	お茶	スキムミルク 麦茶
		N 7 15 75	味噌汁	赤みそ・白みそ	大根・ほうれん草・だし昆布		NOT hade	± * 10 ± 11 · · · · ·	W/( <b>P * * * * * * * * * *</b>
		ハイハイン お茶	鶏肉と高野豆腐の煮物 キャベツの和え物	鶏ひき肉(ささみ)・凍り豆腐	玉ねぎ・だし昆布 キャベツ・人参・だし昆布	でん粉	選油 醤油	青のりおじや	米(国産)・あおさのり 玉ねぎ・醤油
26	木		5倍がゆ スープ		白菜・玉ねぎ・だし昆布	米(国産)	塩	お茶	麦茶
		ベビースティック お茶	煮込みうどん 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	醤油 醤油	パンがゆ	パン粉 スキムミルク
		0071	きゅうりのお浸し	1	キャハツ・人参・たし昆布   きゅうり・人参・だし昆布	1		お茶	麦茶







日 付	曜日	おやつ(午前)	昼食	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	と体内での働き 主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	おやつ(午後) 材料
		ハイハイン お茶	豆腐のそぼろ煮 胡瓜と人参の煮浸し	鶏ひき肉(ささみ)・豆腐	人参・玉ねぎ・だし昆布 きゅうり・人参・だし昆布		<b>署油 署油 署油</b>	おかかおじや	米(国産)・かつお節 玉ねぎ・醤油
2	月	607K	ア倍がゆ 味噌汁	赤みそ・白みそ	白菜・小松菜・だし昆布	米(国産)	₩.	お茶	麦茶
		ベビースティック		鶏ひき肉(ささみ)	白菜・玉ねぎ・人参・だし昆布	うどん	醤油	大根の煮物	大根・だし昆布
3	火	お茶	大根の旨煮 きゅうりのお浸し		大根・だし昆布きゅうり・人参・だし昆布		選油 醤油	お茶 ベビースティック	醤油 麦茶 カルシウム入りベビースティック
		野菜ハイハイン	じゃが芋のパンがゆ	スキムミルク		パン粉・じゃが芋		じゃが芋のパンがゆ	パン粉・じゃが芋
4	水	お茶	白身魚の煮付 ほうれん草のお浸し スープ	たら	玉ねぎ・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布 白菜・玉ねぎ・だし昆布	でん粉	醤油 醤油 塩	お茶	スキムミルク 麦茶
		ハイハイン	煮込みうどん	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・キャベツ・だし昆布	うどん	醤油	パンがゆ	パン粉
5	木	お茶	きゅうりのお浸し 蒸しさつま芋		きゅうり・人参	さつま芋	醤油	お茶	スキムミルク 麦茶
		かぼちゃボーロ	鶏肉と野菜の煮物	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・ほうれん草・だし昆布	でん粉	醤油	青のりおじや	米(国産)・あおさのり
6	金	お茶	キャベツのお浸し 7倍がゆ 味噌汁	赤みそ・白みそ	キャベツ・人参・だし昆布 玉ねぎ・人参・だし昆布	米(国産)	醤油	お茶	玉ねぎ・醤油 麦茶
		ベビースティック		たら	玉ねぎ・だし昆布	でん粉	醤油	ツナおじや	米(国産)・人参・ツナフレーク
9	月	お茶	ほうれん草のお浸し 7倍がゆ 味噌汁	赤みそ・白みそ	ほうれん草・人参 キャベツ・玉ねぎ・だし昆布	米(国産)	醤油	お茶	玉ねぎ・醤油 麦茶
		野菜ハイハイン	鶏野菜うどん	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・キャベツ・だし昆布	うどん・でん粉	醤油	人参のパンがゆ	パン粉・人参
10	火	お茶	蒸しかぼちゃ 白菜のお浸し		かぼちゃ 白菜・人参・だし昆布		醤油	お茶	スキムミルク 麦茶
		ハイハイン	白身魚の煮付	たら	玉ねぎ・だし昆布	でん粉	醤油	人参の煮物	人参・だし昆布
11	水	お茶	ブロッコリーのお浸し 7倍がゆ 味噌汁	赤みそ・白みそ	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	お茶 かぼちゃボーロ	醤油 麦茶 *かぼちゃボーロ
		ベビースティック	煮込みうどん	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・チンゲン菜・だし昆布	うどん	選油 選油	トマトおじや	米(国産)・玉ねぎ・トマト
12	木	お茶	蒸しさつま芋 キャベツのお浸し		キャベツ・人参	さつま芋	醤油	お茶	だし昆布・醤油 麦茶
		かぼちゃボーロ	鶏肉と野菜の煮物	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・だし昆布	でん粉	醤油	野菜のパンがゆ	食パン・人参
13	金	お茶	白菜の納豆和え 7倍がゆ 味噌汁	納豆 赤みそ・白みそ	白菜・だし昆布 白菜・人参・だし昆布	米(国産)	醤油	お茶	玉ねぎ・スキムミルク 麦茶
		野菜ハイハイン	鶏塩おじや	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・だし昆布	米(国産)	醤油		
14	±	お茶	キャベツの煮物 スープ	豆腐	キャベツ・人参・だし昆布 玉ねぎ・だし昆布		醤油塩		
		ハイハイン	鶏野菜うどん	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・キャベツ・だし昆布	うどん・でん粉	醤油	おかかおじや	米(国産)・かつお節
16	月	お茶	蒸しさつま芋 ほうれん草のお浸し		ほうれん草・人参・だし昆布	さつま芋	醤油	お茶	玉ねぎ・醤油 麦茶
		ベビースティック		鶏ひき肉(ささみ)	人参・玉ねぎ・だし昆布	米(国産)	醤油	スティックバナナ	
17	火	お茶	キャベツときゅうりのお浸し味噌汁	赤みそ・白みそ	キャベツ・きゅうり・だし昆布 大根・小松菜・だし昆布		醤油	お茶野菜ハイハイン	麦茶 野菜ハイハイン
		野菜ハイハイン	白身魚の煮付	たら	玉ねぎ・だし昆布	でん粉	醤油	じゃが芋のパンがゆ	パン粉・じゃが芋
18	水	お茶	小松菜のお浸し 7倍がゆ 味噌汁	赤みそ・白みそ	小松菜・人参・だし昆布   玉ねぎ・だし昆布	米(国産) おつゆ麩	醤油	お茶	スキムミルク 麦茶
		ハイハイン	鶏とじゃが芋の煮物	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・だし昆布	じゃが芋	醤油 醤油	青のりおじや	米(国産)・あおさのり
19	木	お茶	ブロッコリーのお浸し 7倍がゆ スープ		ブロッコリー・人参・だし昆布 人参・玉ねぎ・だし昆布	米(国産)	醤油 塩	お茶	玉ねぎ・醤油 麦茶
		かぼちゃボーロ	鶏肉と野菜の煮物	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・だし昆布	でん粉	選油 醤油	パンがゆ	パン粉
20	金	お茶	蒸しかぼちゃ 7倍がゆ 味噌汁	赤みそ・白みそ	かぼちゃ キャベツ・だし昆布	米(国産) おつゆ麩		お茶	スキムミルク 麦茶
		ベビースティック	鶏そぼろうどん	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・キャベツ・だし昆布	うどん・でん粉	醤油		
21	±	お茶	人参の旨煮		人参・だし昆布		醤油		
		ハイハイン	鶏肉と白菜の煮物	鶏ひき肉(ささみ)	白菜・玉ねぎ・だし昆布		醤油	蒸しさつま芋	さつま芋
23	月	お茶	大根の旨煮 7倍がゆ スープ		大根・人参・だし昆布	米(国産)	醤油	お茶 ハイハイン	麦茶 ハイハイン
		ベビュー・		頭7♪キ肉/ナナン	玉ねぎ・人参・だし昆布	5.P.4	塩	// 1—— <del>+</del> / 1 « 1+	<b>业/団産</b> /・1 や ・・・
24	火	ベビースティック お茶	煮込みうどん 蒸しさつま芋 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	うどん さつま芋	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
		m2 +++ · · ·							
		野菜ハイハイン お茶	白身魚の煮付キャベツの和え物	たら	玉ねぎ・だし昆布 キャベツ・人参	でん粉	<b>醤油</b> 醤油	人参のパンがゆ	スキムミルク
25	水		7倍がゆ 味噌汁	赤みそ・白みそ	大根・ほうれん草・だし昆布	米(国産)		お茶	麦茶
		ハイハイン お茶	鶏肉と高野豆腐の煮物 キャベツの和え物	鶏ひき肉(ささみ)・凍り豆腐	玉ねぎ・だし昆布 キャベツ・人参・だし昆布	でん粉	醤油 醤油	青のりおじや	米(国産)・あおさのり 玉ねぎ・醤油
26	木		7倍がゆ スープ		白菜・玉ねぎ・だし昆布	米(国産)	塩	お茶	麦茶
		ベビースティック	= -	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・だし昆布	うどん	醤油	パンがゆ	パン粉
I	金	お茶	キャベツのお浸し きゅうりのお浸し		キャベツ・人参・だし昆布 きゅうり・人参・だし昆布		醤油 醤油	お茶	スキムミルク 麦茶





日付	曜	昼食		主な材料	4と体内での働き	SuruSu祝旨ことも園
	В	1 O倍がゆ	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 米(国産)	その他
2	月	スープ 小松菜のペースト 豆腐のペースト	豆腐	だし昆布小松菜	米(国産)	
3	火	1 0 倍がゆ スープ 大根のペースト 白菜のペースト		だし昆布 大根 白菜	木(国座)	
4	水	1 O倍がゆ スープ 人参のベースト じゃが芋のペースト		だし昆布人参	米(国産) じゃが芋	
5	木	1 0倍がゆ スープ 人参のペースト キャベツのペースト		だし昆布 人参 キャベツ	米(国産)	
6	金	1 O倍がゆ スープ ほうれん草のペースト 豆腐のペースト	豆腐	だし昆布ほうれん草	米(国産)	
9	月	1 0倍がゆ スープ 人参のペースト 玉ねぎのペースト		だし昆布 人参 玉ねぎ	米(国産)	
10	火	10倍がゆ スープ かぼちゃのペースト じゃが芋のペースト		だし昆布 かぼちゃ	米(国産) じゃが芋	
11	水	1 0倍がゆ スープ ブロッコリーのペースト 玉ねぎのペースト		だし昆布 ブロッコリー 玉ねぎ	米(国産)	
12	木	1 0 倍がゆ スープ さつま芋のペースト 大根のペースト		だし昆布	米(国産) さつま芋	
13	金	1 O倍がゆ 小松菜のペースト 人参のペースト スープ		小松菜 人参 だし昆布	米(国産)	
14	土	1 0倍がゆ スープ 人参のペースト 豆腐のペースト	豆腐	だし昆布人参	米(国産)	
16	月	1 0倍がゆ スープ 人参のペースト ほうれん草のペースト		だし昆布 人参 ほうれん草	米(国産)	
17	火	1 0倍がゆ スープ 人参のペースト じゃが芋のペースト		だし昆布人参	米(国産)	
18	水	1 O倍がゆ スープ 小松菜のペースト キャベツのペースト		だし昆布 小松菜 キャベツ	米(国産)	
19	木	1 0倍がゆ スープ ブロッコリーのペースト 玉ねぎのペースト		だし昆布 ブロッコリー 玉ねぎ	米(国産)	
20	金	1 O倍がゆ スープ かぼちゃのペースト 豆腐のペースト	豆腐	だし昆布 かぼちゃ	米(国産)	
21	±	1 0倍がゆ スープ 人参のペースト キャベツのペースト		だし昆布 人参 キャベツ	米(国産)	
23	月	1 0倍がゆ スープ 人参のペースト 玉ねぎのペースト		だし昆布 人参 玉ねぎ	米(国産)	
24	火	1 0倍がゆ スープ 大根のペースト 白菜のペースト		だし昆布 大根 白菜	米(国産)	
25	水	1 0倍がゆ 小松菜のペースト 人参のペースト スープ		小松菜 人参 だし昆布	米(国産)	
26	木	1 0倍がゆ スープ 人参のペースト 玉ねぎのペースト		だし昆布 人参 玉ねぎ	米(国産)	
27	金	1 O倍がゆ スープ 人参のペースト 白菜のペースト		だし昆布 人参 白菜	米(国産)	