

日	曜日	献立名		主 な 材 料	日	曜日	献立名		主 な 材 料
		主食	お か す				主食	お か す	
1	火	軟飯	豆腐の野菜あんかけ きゅうりのごま和え 白菜のみそ汁/人参ステイック	鶏ミンチ・豆腐・玉ねぎ・人参・ピーマン・しいたけ・醤油・だし きゅうり・人参・醤油・だし・ごま 白菜・わかめ・えのき・ねぎ・みそ・だし/人参	17	木	軟飯	鶏ミンチの野菜煮 三度豆のサラダ 鮭とわかめのすまし汁/南瓜ステイック	鶏ミンチ・豆腐・玉ねぎ・人参・醤油・だし 三度豆・ツナ・醤油・だし 鮭・じゃが芋・わかめ・醤油・だし/南瓜
2	水	軟飯	鶏ミンチの野菜煮 小松菜のサラダ キャベツのみそ汁/三度ステイック	鶏ミンチ・じゃがいも・玉ねぎ・人参・醤油・だし 小松菜・きゅうり・もやし・人参・醤油・だし キャベツ・鮭・だし・みそ/三度豆	18	金	軟飯	鮭の野菜あんかけ かぼちゃのそぼろ煮 大根のみそ汁/じゃが芋ステイック	鮭・玉ねぎ・人参・えのき・しめじ・醤油・だし 鶏ミンチ・かぼちゃ・醤油・だし 大根・人参・ねぎ・みそ・だし/じゃが芋
3	木	軟飯	白菜のだし煮 ほうれん草のすまし汁/じゃが芋ステイック	白菜・人参・三度豆・うす揚げ・醤油・だし ほうれん草・人参・大根・醤油・だし/じゃが芋	19	土	おじや	おじや	米・ツナ・玉ねぎ・人参・ねぎ・醤油・だし
4	金	うどん	うどんの野菜煮 大根のだし煮 青梗菜のサラダ/大根ステイック	うどん・キャベツ・人参・小松菜・もやし・醤油・だし 大根・きゅうり・醤油・だし 青梗菜・人参・だし・醤油/大根	21	月	軟飯	ツナの野菜煮 ブロッコリーのサラダ 白菜のみそ汁/人参ステイック	ツナ・かぼちゃ・じゃが芋・人参・醤油・だし ブロッコリー・人参・醤油・だし 白菜・豆腐・しめじ・だし・みそ/人参
5	土	おじや	おじや	米・ツナ・玉ねぎ・人参・醤油・だし	22	火	軟飯	ほうれん草のおかか和え 玉ねぎのすまし汁/きゅうりステイック	鶏ミンチ・玉ねぎ・三度豆・トマト・醤油・だし ほうれん草・人参・醤油・だし・かつお節 玉ねぎ・大根・醤油・だし/きゅうり
7	月	軟飯	鶏ミンチと野菜の一緒煮 三度豆のおかか和え 鮭のみそ汁/人参ステイック	鶏ミンチ・じゃがいも・玉ねぎ・人参・醤油・だし 三度豆・人参・かつお節・醤油・だし 鮭・わかめ・だし・みそ/人参	23	水	軟飯	きゅうりのサラダ 豆腐と野菜の一緒煮 小松菜のすまし汁/さつま芋ステイック	三度豆・きゅうり・醤油・だし 小松菜・鮭・えのき・醤油・だし/さつま芋 ツナ・豆腐・玉ねぎ・人参・ナス/パプリカ・醤油・だし
8	火	軟飯	鶏ミンチと野菜の一緒煮 ブロッコリーのおかか煮 豆腐のみそ汁/じゃが芋ステイック	鶏ミンチ・じゃがいも・玉ねぎ・人参・醤油・だし ブロッコリー・豆腐・かつお節・醤油・だし 豆腐・わかめ・ねぎ・だし・みそ/じゃが芋	24	木	軟飯	うどんの野菜煮 さつま芋のみそ汁/大根ステイック	うどん・鶏ミンチ・キャベツ・人参・玉ねぎ・醤油・だし さつま芋・玉ねぎ・ねぎ・みそ・だし/大根
9	水	軟飯	鮭の野菜煮 小松菜のサラダ 白菜のスー/三度豆ステイック	鮭・玉ねぎ・人参・醤油・だし 小松菜・人参・醤油・だし 白菜・トマト・鶏ガラ/三度豆	25	金	うどん	さつま芋のだし煮 さつま芋のサラダ/三度豆ステイック	さつま芋・醤油・だし ほうれん草・人参・だし・醤油/三度豆
10	木	軟飯	ツナの野菜煮 ほうれん草のだし煮 キャベツのスー/大根ステイック	ツナ・豆腐・玉ねぎ・人参・醤油・だし ほうれん草・人参・もやし・醤油・だし キャベツ・人参・ねぎ・鶏ガラ/大根	26	土	おじや	おじや	米・ツナ・玉ねぎ・人参・醤油・だし
11	金	うどん	うどんの野菜あんかけ 大根のサラダ じゃが芋の磯和え/きゅうりステイック	うどん・玉ねぎ・人参・しいたけ・醤油・だし 大根・人参・三度豆・醤油・だし じゃが芋・青のり・だし・醤油/きゅうり	28	月	軟飯	鶏ミンチの野菜煮 小松菜のだし煮 白菜のみそ汁/きゅうりステイック	鶏ミンチ・玉ねぎ・三度豆・人参・ピーマン・醤油・だし 小松菜・人参・醤油・だし 白菜・わかめ・だし・みそ/きゅうり
12	土	おじや	おじや	米・ツナ・豆腐・三度豆・ほうれん草・人参・醤油・だし	29	火	軟飯	鰯のだし煮 ブロッコリーのだし煮 キャベツのスー/人参ステイック	鰯・玉ねぎ・ほうれん草・醤油・だし ブロッコリー・人参・醤油・だし キャベツ・人参・ねぎ・鶏ガラ/人参
14	月	軟飯	スポーツの日		30	水	軟飯	ツナの野菜煮 三度豆のサラダ 豆腐のみそ汁/大根ステイック	ツナ・玉ねぎ・人参・醤油・だし 三度豆・人参・醤油・だし 豆腐・わかめ・ねぎ・だし・みそ/大根
15	火	軟飯	豆腐の野菜あんかけ ひじきのサラダ ほうれん草のスー/三度豆ステイック	鶏ミンチ・豆腐・玉ねぎ・じゃがいも・人参・醤油・だし ひじき・人参・玉ねぎ・醤油・だし ほうれん草・人参・鶏ガラ/三度豆	31	木	軟飯	鶏の野菜あんかけ さつま芋のだし煮 小松菜のみそ汁/さつま芋ステイック	鶏ミンチ・人参・玉ねぎ・じゃが芋・醤油・だし さつま芋・人参・三度豆・醤油・だし 小松菜・なす・だし・みそ/さつま芋
16	水	軟飯	鰯のだし煮 三度豆のおかか煮 豆腐のみそ汁/人参ステイック	鰯・人参・醤油・だし 三度豆・大根・かつお節・醤油・だし 豆腐・わかめ・もやし・ねぎ・みそ・だし/人参					

※必要に応じて片栗粉（どろみ付け）を使用する場合があります。
 ※離乳食は「かつおだし」を使用しています。