

# 献 立 表

2019年08月

筑後二川保育園(一般)

日 ／ 曜	献 立 名	10時おやつ		材料名(昼食・3時おやつ)				栄 養 価	
		3時おやつ		ストロング	パワー	ヘルシー	その他		
01 木	御飯 （みそ汁(じゃが芋・青菜) さけの酒蒸し かぼちやのそぼろ煮	牛乳100 ゼリー 牛乳130 バターラスク	牛乳、さけ、鶏ひき肉、 米みそ、バター	食パン、じゃがいも、三 温糖、油、片栗粉、米	かぼちや、たまねぎ、チ ンゲンサイ、えのきたけ、 レモン果汁、しょうが、カ ットわかめ	しょうゆ、料理酒、食塩 、こしょう	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	345 kcal 20.1 g 12.7 g 190 mg	
02 金	御飯 （みそ汁(豆腐・なめこ) 鶏肉の照焼 おくらとキャベツの和え物	牛乳100 チーズ 飲むヨーグルト ココア蒸しパン	牛乳、鶏もも肉、木綿豆 腐、米みそ、油揚げ	上新粉、三温糖、油、小 麦粉、片栗粉、米	キャベツ、もやし、オクラ 、なめこ、しょうが	しょうゆ、酢、みりん、食 塩	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	313 kcal 15.5 g 10 g 225 mg	
03 土	御飯 （カレーライス ブルーベリーヨーグルト	牛乳100 鉄ウエハース 牛乳130 ベジたべる	牛乳、豚肉(肩ロース)	じゃがいも、三温糖、油、 米	たまねぎ、にんじん、プ ルーベリージャム、グリン ピース(冷凍)	カレールー	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	399 kcal 15.1 g 18.5 g 301 mg	
05 月	御飯 （豆腐スープ(にら) ローストチキン きゅうりの酢の物(みかん)	牛乳100 チーズ 牛乳130 フルーツ白玉(豆腐)	牛乳、鶏むね肉、木綿 豆腐、絹ごし豆腐	三温糖、白玉粉、油、米	きゅうり、みかん缶、もも 缶、バナナ、パイン缶、 たまねぎ、ねぎ、にら、し ょうが、カットわかめ、に んにく	しょうゆ、酢、鶏がらス ープの素、みりん、食塩	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	334 kcal 18.1 g 8 g 207 mg	
06 火	御飯 （中華スープ(ニラ玉) 八宝菜(キャベツ) バンザンスー	牛乳100 鉄ウエハース 牛乳130 アイスクリーム	牛乳、アイスクリーム、豚 肉(もも)、卵、ハム、ごま	はるさめ、ごま油、片栗 粉、三温糖、米	グレープフルーツ、キャ ベツ、トマト、きゅうり、に んじん、にら、たけのこ、 ねぎ、しょうが、干しい たけ、にんにく、黒きくら げ	酢、鶏がらスープの素、 しょうゆ、食塩	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	417 kcal 18.6 g 19.5 g 300 mg	
07 水	御飯 （豆腐旨煮椀(キャベツ) ししゃものごま焼き ブロッコリーのおかか和え	ヤクルトリッツ 飲むヨーグルト ゆでとうもろこし	牛乳、絹ごし豆腐、鶏さ さ身、ししゃも、ごま、か つお節	三温糖、片栗粉、油、ご ま油、米	とうもろこし、ブロッコリー 、キャベツ、にんじん、ね ぎ、干しいたけ	酒、しょうゆ、食塩	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	216 kcal 15.5 g 7.5 g 238 mg	
08 木	御飯 （とうがんスープ 肉じゃが・カレー味 ピーマンのツナごまあえ(ひじき)	牛乳100 ゼリー 牛乳130 おやつ・ツナスパゲティ	牛乳、ツナ油漬缶、牛肉 (肩ロース)、ごま、バター	じゃがいも、スパゲティ ー、はるさめ、三温糖、油、 オリーブ油、米	オレンジ、とうがん、たま ねぎ、ピーマン、にんじ ん、チンゲンサイ、コーン (冷凍)、えのきたけ、マ ツシユルーム缶、ひじき	しょうゆ、酢、みりん、鶏 がらスープの素、酒、食 塩、カレー粉	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	445 kcal 17.4 g 20.5 g 242 mg	

# 献 立 表

日 曜	献 立 名	材料名(昼食・3時おやつ)				栄 養 価	
		10時おやつ 3時おやつ	ストロング	パワー	ヘルシー		
09 ( 金 )	御飯 すいか きらきらスープ れんこんバーグ ほうれん草とコーンのナムル	牛乳100 チーズ 飲むヨーグルト 七夕ゼリー	牛乳、豚ひき肉、ゼラチン、ごま	じゃがいも、三温糖、油、ごま油、米	すいか、たまねぎ、ほうれんそう、みかん缶、ホールトマト缶詰、パイン缶、れんこん、トマト、にんじん、キャベツ、コーン(冷凍)	コンソメ、ウスターソース、しょうゆ、食塩、こしょう、ナツメグ	エネルギー 365 kcal たんぱく質 16.9 g 脂 質 13.2 g カルシウム 192 mg
10 ( 土 )	御飯 肉みそうどん ピーチヨーグルト	牛乳100 鉄ウエハース 牛乳130 黒糖みるく	牛乳、ヨーグルト(無糖)、豚ひき肉、米みそ	干しうどん、三温糖、片栗粉、油、米	たまねぎ、もも缶、にんじん、ピーマン、干しいたけ	酒	エネルギー 407 kcal たんぱく質 14.1 g 脂 質 13.8 g カルシウム 230 mg
12 ( 月 )	振替休日						エネルギー 0 kcal たんぱく質 0 g 脂 質 0 g カルシウム 0 mg
13 ( 火 )	御飯 カレーライス・夏 オレンジ	牛乳100 鉄ウエハース 牛乳130 たべっこどうぶつ	牛乳、豚肉(もも)	油、米	オレンジ、たまねぎ、なす、かぼちゃ、オクラ	カレールー、ケチャップ、ウスターソース	エネルギー 374 kcal たんぱく質 12.2 g 脂 質 19.8 g カルシウム 225 mg
14 ( 水 )	御飯 ハヤシライス・牛肉 りんご	牛乳100 チーズ 牛乳130 バウムクーヘン	牛乳、牛肉(もも)、バター	じゃがいも、油、米	りんご、たまねぎ、マッシュルーム	ハヤシルウ、ケチャップ、ウスターソース	エネルギー 393 kcal たんぱく質 12.1 g 脂 質 18 g カルシウム 162 mg
15 ( 木 )	御飯 親子丼 豆腐みそ汁(わかめ)	牛乳100 ゼリー 牛乳130 ココナッツサブレ	牛乳、卵、木綿豆腐、鶏もも肉、米みそ	米	たまねぎ、ねぎ、にんじん、カットわかめ	しょうゆ、みりん	エネルギー 350 kcal たんぱく質 22.6 g 脂 質 14 g カルシウム 213 mg
16 ( 金 )	御飯 ぶどう わかめスープ(コーン) 野菜たっぷり夏マーボー きゅうりのゆかりあえ	牛乳100 チーズ 飲むヨーグルト ツナサンド	木綿豆腐、牛乳、豚ひき肉、ツナ油漬缶、米みそ	食パン、マヨネーズ、三温糖、片栗粉、ごま油、米	ぶどう、きゅうり、トマト、なす、たまねぎ、もやし、ピーマン、にんじん、コーン(冷凍)、ねぎ、しょうが、カットわかめ、にんにく	しょうゆ、酒、鶏がらスープの素、食塩	エネルギー 423 kcal たんぱく質 18.9 g 脂 質 19 g カルシウム 226 mg

# 献 立 表

日 曜	献 立 名	材料名(昼食・3時おやつ)				栄 養 価	
		10時おやつ 3時おやつ	ストロング	パワー	ヘルシー		
17 土	御飯 （とん汁うどん バナナヨーグルト	牛乳100 鉄ウエハース 牛乳130 サッポロポテト	牛乳、ヨーグルト(無糖)、 豚肉(ばら)、米みそ	干しうどん、さといも(冷 凍)、三温糖、米	バナナ、だいこん、にん じん、ごぼう、ねぎ	みりん	エネルギー 507 kcal たんぱく質 17 g 脂 質 19 g カルシウム 292 mg
19 月	御飯 グレープフルーツ （みそ汁(わかめ・もやし) ハニースパイシーチキン 切干大根のサラダ(しらす干し)	牛乳100 チーズ 牛乳130 豆乳お好み焼き	牛乳、鶏もも肉、豆乳、 豚ひき肉、米みそ、卵、 しらす干し、かつお節	小麦粉、油、マヨネーズ 、はちみつ、三温糖、米	グレープフルーツ、もや し、キャベツ、きゅうり、に んじん、にら、切り干しだ いこん、カットわかめ、に んにく、あおのり	ケチャップ、酢、しょうゆ 、食塩、カレー粉	エネルギー 366 kcal たんぱく質 21.7 g 脂 質 15.8 g カルシウム 220 mg
20 火	御飯 ぶどう （みそ汁(夏野菜) さばのおろし煮 なすのごまマヨ	牛乳100 鉄ウエハース 牛乳130 ピーナツバターサンド	牛乳、さば、豚肉(肩ロー ス)、ピーナツバター、 米みそ、ごま	食パン、マヨネーズ、三 温糖、油、米	ぶどう、なす、だいこん、 トマト、たまねぎ、もやし、 オクラ、ごぼう、しょうが	酒、しょうゆ、酢、食塩	エネルギー 482 kcal たんぱく質 21.5 g 脂 質 24.8 g カルシウム 215 mg
21 水	御飯 （豆腐みそ汁(なめこ) 豚肉のしょうが焼き(たまねぎ) せん野菜(キャベツ・人参・きゅうり)	ヤクルト リッツ 飲むヨーグルト オレンジムースゼリー	牛乳、豚肉(肩ローズ)、 木綿豆腐、生クリーム、 米みそ、ゼラチン	三温糖、フレンチドレッ シング(分離型)、油、米	キャベツ、オレンジ濃縮 果汁、たまねぎ、きゅうり 、なめこ、にんじん、糸み つば、しょうが	しょうゆ、酒、食塩	エネルギー 374 kcal たんぱく質 16.8 g 脂 質 21.6 g カルシウム 194 mg
22 木	御飯 バナナ （豆腐みそ汁 さばの立田揚げ 小松菜のおかかあえ(もやし)	牛乳100 ゼリー 牛乳130 コーンフレーク	牛乳、さば、木綿豆腐、 米みそ、油揚げ、かつお 節	コーンフレーク、油、片 栗粉、三温糖、米	バナナ、こまつな、もやし 、だいこん、干しぶどう、 コーン(冷凍)、にんじん 、しょうが、カットわかめ	しょうゆ、酒	エネルギー 467 kcal たんぱく質 20.2 g 脂 質 18.5 g カルシウム 243 mg
23 金	御飯 オレンジ （はるさめスープ 豚肉となすのなべし(しょうゆ) 粉ふき芋(青のり)	牛乳100 チーズ お茶・麦茶 カレーピラフ	豚肉(肩ローズ)、木綿豆 腐、豚ひき肉	じゃがいも、米、油、はる さめ、三温糖	なす、オレンジ、にんじ ん、たまねぎ、ピーマン、 チンゲンサイ、えのきた け、あおのり	しょうゆ、酒、鶏がらス ープの素、ケチャップ、 ウスターソース、コンソメ 、食塩、カレー粉	エネルギー 383 kcal たんぱく質 11.9 g 脂 質 12.7 g カルシウム 61 mg
24 土	御飯 （なすミートスパゲティー いちごヨーグルト	牛乳100 鉄ウエハース 牛乳130 かつぱえびせん	牛乳、ヨーグルト(無糖)、 豚ひき肉、牛ひき肉、粉 チーズ	スパゲティー、三温糖、 油、小麦粉、米	たまねぎ、なす、トマトピ ューレ、いちごジャム、に んじん、にんにく	ケチャップ、ウスターソ ース、食塩	エネルギー 548 kcal たんぱく質 18.7 g 脂 質 23.3 g カルシウム 294 mg

# 献 立 表

日 ／ 曜	献 立 名	材料名(昼食・3時おやつ)				栄 養 価	
		10時おやつ 3時おやつ	ストロング	パワー	ヘルシー		その他
26 （ 月 ）	御飯 パイン缶 のっぺい汁(鶏肉) ミートローフ・豆腐入り 人参の甘煮	牛乳100 チーズ 牛乳130 チョコチップクッキー(ココア)	牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、卵、鶏もも肉、油揚げ	小麦粉、マーガリン、三温糖、板こんにゃく、パン粉、油、片栗粉、米	パイン缶、にんじん、たまねぎ、ごぼう、ねぎ	ケチャップ、しょうゆ、ウスターソース、食塩、ナツメグ	エネルギー 421 kcal たんぱく質 17.5 g 脂 質 19.5 g カルシウム 281 mg
27 （ 火 ）	御飯 オレンジ みそ汁(チンゲン菜・油あげ) 鶏肉の甘酢煮 きゅうりの昆布あえ	牛乳100 鉄ウエハース 牛乳130 アイスクリーム	牛乳、アイスクリーム、鶏もも肉、米みそ、油揚げ	じゃがいも、油、片栗粉、三温糖、ごま油、米	オレンジ、きゅうり、たまねぎ、にんじん、チンゲンサイ、えのきたけ、黄ピーマン、ピーマン、ねぎ、塩こんぶ	しょうゆ、酢、食塩	エネルギー 393 kcal たんぱく質 16.3 g 脂 質 18 g カルシウム 295 mg
28 （ 水 ）	御飯 豆腐すまし汁(もやし・わかめ) チーズミートなす かぼちやの甘煮	ヤクルトリッツ 飲むヨーグルト りんご寒天	牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、ピザ用チーズ	三温糖、油、米	かぼちや、りんご濃縮果汁、なす、ホールトマト缶詰、たまねぎ、もやし、ピーマン、カットわかめ、かんとん	しょうゆ、食塩	エネルギー 328 kcal たんぱく質 15 g 脂 質 13.3 g カルシウム 275 mg
29 （ 木 ）	御飯 バナナ 野菜スープ(キャベツ・おくら) かじきのさっぱり甘酢ソース ブロッコリーのごまあえ	牛乳100 ゼリー 牛乳130 チーズケーキ	牛乳、かじき、クリームチーズ、生クリーム、卵、ごま	三温糖、油、片栗粉、小麦粉、米	バナナ、ブロッコリー、たまねぎ、クリームコーン缶、キャベツ、にんじん、オクラ、レモン果汁、パセリ	しょうゆ、酢、コンソメ、酒、食塩	エネルギー 494 kcal たんぱく質 20.4 g 脂 質 28 g カルシウム 213 mg
30 （ 金 ）	御飯 なし みそ汁(なす・かぼちや) 肉豆腐(ひき肉) チンゲン菜のしらすサラダ	牛乳100 チーズ 飲むヨーグルト 簡単ピザ	牛乳、焼き豆腐、豚ひき肉、とろけるチーズ、米みそ、ウインナー、しらす干し	ぎょうざの皮、三温糖、油、米	なし、たまねぎ、チンゲンサイ、なす、キャベツ、ねぎ、かぼちや、えのきたけ、にんじん、切り干しだいこん、しょうが、カットわかめ、パセリ	ケチャップ、しょうゆ、酢、みりん、食塩	エネルギー 376 kcal たんぱく質 19.4 g 脂 質 15.3 g カルシウム 332 mg
31 （ 土 ）	御飯 きつねうどん オレンジヨーグルト	牛乳100 鉄ウエハース 牛乳130 雪の宿	牛乳、ヨーグルト(無糖)、油揚げ	干しうどん、三温糖、米	みかん缶、たまねぎ、ねぎ、にんじん	しょうゆ、みりん、食塩	エネルギー 1354 kcal たんぱく質 36.9 g 脂 質 16.2 g カルシウム 337 mg
（ ）							エネルギー kcal たんぱく質 g 脂 質 g カルシウム mg

日付	時間帯	離乳食12~18ヵ月	離乳食9~11ヵ月	離乳食7~8ヵ月	離乳食5~6ヵ月
01(木)	昼食	御飯 みそ汁(じゃが芋・青菜) さけの酒蒸し かぼちゃのそぼろ煮	軟飯 みそ汁(じゃが芋・青菜) 白身魚の酒蒸し かぼちゃのそぼろ煮	全粥 みそ汁(じゃが芋・青菜) 白身魚の酒蒸し 茹で野菜(かぼちゃ)	10倍粥 白身魚のすり流し 野菜のペースト(じゃがいもかぼちゃ)
02(金)	昼食	御飯 みそ汁(豆腐・なめこ) 鶏肉の照焼 おくらとキャベツの和え物	軟飯 みそ汁(豆腐・なめこ) 鶏肉の照焼 おくらとキャベツの和え物	全粥 みそ汁(豆腐・なめこ) 茹で野菜(キャベツじゃがいも)	10倍粥 豆腐のすり流し 野菜のペースト(キャベツじゃがいも)
03(土)	昼食	御飯 カレーライス ブルーベリーヨーグルト	軟飯 カレーライス ブルーベリーヨーグルト	全粥 茹で野菜(じゃがいもにんじんたまねぎ) ブルーベリーヨーグルト	10倍粥 野菜のペースト(じゃがいもにんじんたまねぎ)
05(月)	昼食	御飯 豆腐スープ(にら) ローストチキン きゅうりの酢の物(みかん)	軟飯 豆腐スープ(にら) ローストチキン きゅうりの酢の物(みかん)	全粥 豆腐スープ(にら) 茹で野菜(たまねぎじゃがいも)	10倍粥 豆腐のすり流し 野菜のペースト(たまねぎじゃがいも)
06(火)	昼食	御飯 中華スープ(ニラ玉) 八宝菜(キャベツ) パンサンスー グレープフルーツ	軟飯 中華スープ 八宝菜(キャベツ) パンサンスー グレープフルーツ	全粥 中華スープ 茹で野菜(にんじんキャベツ) グレープフルーツ	10倍粥 野菜のペースト(にんじんキャベツ)
07(水)	昼食	御飯 豆腐旨煮椀(キャベツ) ししゃものごま焼き ブロッコリーのおかか和え	軟飯 豆腐旨煮椀(キャベツ) 白身魚のごま焼き ブロッコリーのおかか和え	全粥 豆腐旨煮椀(キャベツ) 茹で魚 茹で野菜(ブロッコリー)	10倍粥 白身魚のすり流し 野菜のペースト(ブロッコリー)
08(木)	昼食	御飯 とうがんスープ 肉じゃが・カレー味 ピーマンのツナごまあえ(ひじき) オレンジ	軟飯 とうがんスープ 肉じゃが・カレー味 ピーマンのツナごまあえ(ひじき) オレンジ	全粥 とうがんスープ 茹で野菜(じゃがいもにんじん) オレンジ	10倍粥 野菜のペースト(じゃがいもにんじん)
09(金)	昼食	御飯 きらきらスープ れんこんバーグ ほうれん草とコーンのナムル すいか	軟飯 きらきらスープ れんこんバーグ ほうれん草とコーンのナムル すいか	全粥 きらきらスープ 茹で野菜(ほうれん草にんじん) すいか	10倍粥 豆腐のすり流し 野菜のペースト(ほうれん草にんじん)
10(土)	昼食	御飯 肉みそうどん ピーチヨーグルト	軟飯 肉みそうどん ピーチヨーグルト	全粥 煮込みうどん ピーチヨーグルト	10倍粥 野菜のペースト(じゃがいもにんじん) ピーチヨーグルト
13(火)	昼食	御飯 カレーライス・夏 オレンジ	軟飯 カレーライス・夏 オレンジ	全粥 茹で野菜(なすかぼちゃ) オレンジ	10倍粥 野菜のペースト(なすかぼちゃ)
14(水)	昼食	御飯 ハヤシライス・牛肉 りんご	軟飯 ハヤシライス・牛肉 りんご	全粥 茹で野菜(じゃがいも玉ねぎ) りんご	10倍粥 野菜のペースト(じゃがいも玉ねぎ)
15(木)	昼食	御飯 親子丼 豆腐みそ汁(わかめ)	軟飯 親子丼 豆腐みそ汁(わかめ)	全粥 茹で野菜(たまねぎにんじん) 豆腐みそ汁(わかめ)	10倍粥 豆腐のすり流し 野菜のペースト(たまねぎにんじん)
16(金)	昼食	御飯 わかめスープ(コーン) 野菜たっぷり夏マーボー きゅうりのゆかりあえ ぶどう	軟飯 わかめスープ(コーン) 野菜たっぷり夏マーボー きゅうりのゆかりあえ ぶどう	全粥 わかめスープ(コーン) 茹で野菜(なすトマトたまねぎ) ぶどう	10倍粥 豆腐のすり流し 野菜のペースト(なすたまねぎ)
17(土)	昼食	御飯 とん汁うどん バナナヨーグルト	軟飯 とん汁うどん バナナヨーグルト	全粥 煮込みうどん バナナヨーグルト	10倍粥 野菜のペースト(だいこんにんじん)
19(月)	昼食	御飯 みそ汁(わかめ・もやし) ハニースパイシーチキン 切干大根のサラダ(しらす干し) グレープフルーツ	軟飯 みそ汁(わかめ・もやし) カレーチキン 切干大根のサラダ(しらす干し) グレープフルーツ	全粥 みそ汁(わかめ・もやし) 茹で野菜(にんじんじゃがいも) グレープフルーツ	10倍粥 豆腐のすり流し 茹で野菜(にんじんじゃがいも) グレープフルーツ
20(火)	昼食	御飯 みそ汁(夏野菜) さばのおろし煮 なすのごまマヨ ぶどう	軟飯 みそ汁(夏野菜) 白身魚のおろし煮 なすのごまマヨ ぶどう	全粥 みそ汁(夏野菜) 茹で魚 茹で野菜(なすだいこん) ぶどう	10倍粥 白身魚のすり流し 野菜のペースト(なすだいこん)
21(水)	昼食	御飯 豆腐みそ汁(なめこ) 豚肉のしょうが焼き(たまねぎ) せん野菜(キャベツ・人参・きゅうり)	軟飯 豆腐みそ汁(なめこ) 豚肉のしょうが焼き(たまねぎ) せん野菜(キャベツ・人参・きゅうり)	全粥 豆腐みそ汁(なめこ) 茹で野菜(キャベツ・人参)	10倍粥 豆腐のすり流し 野菜のペースト(キャベツ・人参)
22(木)	昼食	御飯 豆腐みそ汁 さばの立田揚げ 小松菜のおかかあえ(もやし) バナナ	軟飯 豆腐みそ汁 白身魚の立田揚げ 小松菜のおかかあえ(もやし) バナナ	全粥 豆腐みそ汁 茹で魚 茹で野菜(こまつなにんじん) バナナ	10倍粥 白身魚のすり流し 野菜のペースト(こまつなにんじん)
23(金)	昼食	御飯 はるさめスープ 豚肉となすのなべしぎ(しょうゆ) 粉ふき芋(青のり) オレンジ	軟飯 はるさめスープ 豚肉となすのなべしぎ(しょうゆ) 粉ふき芋(青のり) オレンジ	全粥 はるさめスープ 茹で野菜(じゃがいもなす) オレンジ	10倍粥 豆腐のすり流し 野菜のペースト(じゃがいもなす)
24(土)	昼食	御飯 なすミートスパゲティ いちごヨーグルト	軟飯 なすミートスパゲティ いちごヨーグルト	全粥 茹で野菜(にんじんなす) いちごヨーグルト	10倍粥 野菜のペースト(にんじんなす)
26(月)	昼食	御飯 のっぺい汁(鶏肉) ミートローフ・豆腐入り 人参の甘煮 パン缶	軟飯 のっぺい汁(鶏肉) ミートローフ・豆腐入り 人参の甘煮 パン缶	全粥 のっぺい汁(鶏肉) 湯豆腐 茹で野菜(にんじん) パン缶	10倍粥 豆腐のすり流し 野菜のペースト(にんじん)
27(火)	昼食	御飯 みそ汁(チンゲン菜・油あげ) 鶏肉の甘酢煮 きゅうりの昆布あえ オレンジ	軟飯 みそ汁(チンゲン菜・油あげ) 鶏肉の甘酢煮 きゅうりの昆布あえ オレンジ	全粥 みそ汁(チンゲン菜・油あげ) 茹で野菜(じゃがいもにんじん) オレンジ	10倍粥 野菜のペースト(じゃがいもにんじん)
28(水)	昼食	御飯 豆腐すまし汁(もやし・わかめ) チーズミートなす かぼちゃの甘煮	軟飯 豆腐すまし汁(もやし・わかめ) チーズミートなす かぼちゃの甘煮	全粥 豆腐すまし汁(もやし・わかめ) 茹で野菜(なすかぼちゃ)	10倍粥 豆腐のすり流し 野菜のペースト(なすかぼちゃ)
29(木)	昼食	御飯 野菜スープ(キャベツ・おくら) かじきのさっぱり甘酢ソース ブロッコリーのごまあえ バナナ	軟飯 野菜スープ(キャベツ・おくら) 白身魚のさっぱり甘酢ソース ブロッコリーのごまあえ バナナ	全粥 野菜スープ(キャベツ・おくら) 茹で魚 茹で野菜(ブロッコリー) バナナ	10倍粥 白身魚のすり流し 野菜のペースト(にんじんブロッコリー)
30(金)	昼食	御飯 みそ汁(なす・かぼちゃ) 肉豆腐(ひき肉) チンゲン菜のしらすサラダ なし	軟飯 みそ汁(なす・かぼちゃ) 肉豆腐(ひき肉) チンゲン菜のしらすサラダ なし	全粥 みそ汁(なす・かぼちゃ) 湯豆腐 茹で野菜(きゃべつにんじん) なし	10倍粥 豆腐のすり流し 野菜のペースト(きゃべつにんじん)
31(土)	昼食	御飯 きつねうどん オレンジヨーグルト	軟飯 きつねうどん オレンジヨーグルト	全粥 煮込みうどん オレンジヨーグルト	10倍粥 野菜のペースト(たまねぎにんじん)