

献立表

2024年11月

筑後二川保育園

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		
01 金	御飯 みそ汁(さつま芋・ねぎ) 白身魚のチーズフライ チンゲン菜のしらす和え	牛乳100 チーズ 飲むヨーグルト パン・ぶどうパン	牛乳、メルルーサ、卵、 米みそ、しらす干し、粉 チーズ、油揚げ	ぶどうパン、さつまいも、 パン粉、油、小麦粉、三 温糖、米	チンゲンサイ、もやし、た まねぎ、こまつな、にんじ ん、ねぎ	しょうゆ、食塩、パセリ 粉、こしょう	エネルギー 429 kcal たんぱく質 23 g 脂質 12.3 g カルシウム 284 mg
02 土	御飯 クリームシチュー(鶏肉) キャベツとほうれんそうの磯和え	牛乳100 鉄ウエハース お茶・麦茶 おにぎり(じゃこごま)	牛乳、鶏もも肉、しらす 干し、ごま	じゃがいも、米	たまねぎ、キャベツ、こま つな、ほうれんそう、にん じん、コーン(冷凍)、し めじ、ブロッコリー、えの きたけ、あおのり	鶏がらスープの素、しょ うゆ	エネルギー 281 kcal たんぱく質 11.2 g 脂質 6.9 g カルシウム 173 mg
04 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
05 火	御飯 かき玉汁(えのき) みそ炒め丼 きゅうりの酢の物(しらす)	牛乳100 鉄ウエハース 牛乳130 スパゲティー・おやつ	牛乳、豚肉(肩ロース)、 卵、ウインナー、しらす干 し、米みそ、ごま	スパゲティー、油、片栗 粉、三温糖、米	きゅうり、キャベツ、たま ねぎ、こまつな、ピーマ ン、にんじん、えのきたけ 、赤ピーマン、ねぎ、しょ うが、にんにく、カットわ かめ	ケチャップ、しょうゆ、酢 、酒、食塩	エネルギー 392 kcal たんぱく質 19.2 g 脂質 20.6 g カルシウム 279 mg
06 水	御飯 五目みそ汁(豆腐・さといも) さけのコーンクリームかけ 小松菜のツナ酢あえ(キャベツ)	ヤクルト 牛乳100 リッツ 飲むヨーグルト バターラスク	牛乳、さけ、木綿豆腐、 豆乳、ツナ油漬缶、米み そ、バター、油揚げ	食パン、さといも(冷凍) 、三温糖、米	キャベツ、こまつな、ク リームコーン缶、だいこん 、にんじん、ねぎ	酢、しょうゆ、コンソメ、 食塩	エネルギー 308 kcal たんぱく質 21.6 g 脂質 12.6 g カルシウム 219 mg
07 木	御飯 五目汁(じゃがいも・しめじ) 鶏肉のごまみそ焼き 切干大根のサラダ(ツナ)	牛乳100 ぱりんこ 牛乳130 もちもち芋まんじゅう	牛乳、鶏もも肉、ツナ油 漬缶、米みそ、ごま	さつまいも、じゃがいも、 米粉、三温糖、片栗粉、 米	パン、こまつな、たま ねぎ、にんじん、きゅうり 、しめじ、切り干しだいこ ん	酢、しょうゆ、みりん、食 塩	エネルギー 378 kcal たんぱく質 20.1 g 脂質 12 g カルシウム 244 mg
08 金	御飯 五目みそ汁(かぼちゃ・たまねぎ) カレーの揚げおろし煮 キャベツとこまつなの磯和え(人参)	牛乳100 チーズ お茶・麦茶 おにぎり(塩こんぶ)	かかれい、豚肉(ばら)、米 みそ、油揚げ	米、油、片栗粉	バナナ、だいこん、かぼ ちゃ、こまつな、キャベツ 、たまねぎ、にんじん、ご ぼう、えのきたけ、塩こん ぶ、しょうが、あおのり	しょうゆ、みりん、酒	エネルギー 345 kcal たんぱく質 17.3 g 脂質 8.5 g カルシウム 111 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 土	御飯 とん汁うどん オレンジヨーグルト	牛乳100 鉄ウエハース 牛乳130 ポテトチップス	牛乳、ヨーグルト(無糖)、 豚肉(肩ロース)、米みそ	干しうどん、ポテトチップ ス、さといも(冷凍)、三温 糖、ごま油、米	みかん缶、こまつな、だ いこん、にんじん、ごぼう	みりん	エネルギー 451 kcal たんぱく質 17 g 脂質 16.3 g カルシウム 307 mg
11 月	御飯 豆腐みそ汁(だいこん・あけ) 肉じゃが・カレー味(豚肉) 小松菜とえのき茸のお浸し	牛乳100 チーズ 牛乳130 米粉蒸しパン・小豆	牛乳、木綿豆腐、豆乳、 豚肉(肩ロース)、つぶし あん(砂糖添加)、米み そ、油揚げ	じゃがいも、米粉、油、三 温糖、米	こまつな、たまねぎ、だ いこん、にんじん、えのき たけ、カットわかめ	しょうゆ、みりん、カレー 粉	エネルギー 359 kcal たんぱく質 15.9 g 脂質 15.9 g カルシウム 285 mg
12 火	御飯 たまごスープ(はるさめ) (ス)豚丼 ひじきのツナ酢あえ(もやし)	牛乳100 鉄ウエハース 牛乳130 きな粉クッキー	牛乳、豚肉(肩ロース)、 卵、ツナ油漬缶、バター 、きな粉	小麦粉、三温糖、はるさ め、油、片栗粉、米	たまねぎ、もやし、にんじ ん、こまつな、えのきたけ 、にら、ねぎ、しょうが、に んにく、ひじき、干しい たけ	しょうゆ、酢、酒、鶏がら スープの素、食塩	エネルギー 424 kcal たんぱく質 18.6 g 脂質 24.3 g カルシウム 235 mg
13 水	御飯 すまし汁(じゃがいも・わかめ) 厚揚げのケチャップ煮 キャベツの昆布あえ	ヤクルト 牛乳100 リッツ 飲むヨーグルト 豆乳お好み焼き	牛乳、三角揚げ、豚肉(肩ロース)、豆乳、豚ひき 肉、卵、かつお節	じゃがいも、小麦粉、油、 マヨネーズ、三温糖、片 栗粉、米	たまねぎ、キャベツ、こま つな、にんじん、コーン(冷凍)、塩こんぶ、カット わかめ、あおのり	ケチャップ、しょうゆ、酒 、ウスターソース、食塩 、パセリ粉	エネルギー 370 kcal たんぱく質 18.3 g 脂質 18.1 g カルシウム 314 mg
14 木	御飯 豆腐すまし汁(こまつな・えのき) さわらのみそ照り焼き さつぱりポテトサラダ	牛乳100 ぱりんこ 牛乳130 ツナマヨコーントースト	牛乳、さわら、木綿豆腐 、ツナ油漬缶、とろける チーズ、おから、米みそ	食パン、じゃがいも、マ ヨネーズ、三温糖、油、米	こまつな、きゅうり、にん じん、えのきたけ、コーン (冷凍)、しょうが	みりん、酢、酒、しょうゆ 、食塩	エネルギー 427 kcal たんぱく質 24.4 g 脂質 20.8 g カルシウム 267 mg
15 金	御飯 中華スープ(きのこ) マーボー豆腐(たまねぎ) もやしとわかめのナムル	牛乳100 チーズ 飲むヨーグルト 焼きビーフン(カレー)	牛乳、木綿豆腐、豚ひき 肉、豚肉(肩ロース)、米 みそ、ごま	ビーフン、三温糖、油、 ごま油、片栗粉、米	もやし、オレンジ、たま ねぎ、にんじん、えのきたけ 、チンゲンサイ、にら、し めじ、ねぎ、しょうが、カ ットわかめ	しょうゆ、酒、鶏がらス ープの素、食塩、カレ ー粉	エネルギー 371 kcal たんぱく質 19 g 脂質 18.1 g カルシウム 253 mg
16 土	御飯 ちゃんぽんラーメン ヨーグルト(ブルーベリー)	牛乳100 鉄ウエハース 牛乳130 ぼたぼた焼き	牛乳、ヨーグルト(無糖)、 豚肉(肩)	干し中華めん、ごま油、 米	キャベツ、たまねぎ、こま つな、もやし、ブルーベ ーリジャム、にんじん	しょうゆ、食塩	エネルギー 375 kcal たんぱく質 17 g 脂質 11.7 g カルシウム 300 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		
18	御飯 柿(未満児さんはオレンジ)	チーズ牛乳100	牛乳、豚肉(肩ロース)、卵、焼き豆腐、バター、脱脂粉乳、木綿豆腐	じゃがいも、小麦粉、三温糖、しらたき、米	かき、きゅうり、たまねぎ、キャベツ、ごまつな、えのきたけ、にんじん、ねぎ、カットわかめ、オレンジ	しょうゆ、みりん、食塩	エネルギー 430 kcal たんぱく質 19.1 g 脂質 19.8 g カルシウム 304 mg
()	すまし汁(じゃがいも・わかめ)	牛乳130					
月	豚肉のすき焼き風煮物(豆腐)	マーブルケーキ					
()	きゅうりのゆかりあえ						
19	御飯	牛乳100 鉄ウエハース	牛乳、鶏ひき肉、凍り豆腐、米みそ、ハム、きな粉、油揚げ	さつまいも、さといも(冷凍)、三温糖、マヨネーズ、油、ごま油、米	かぼちゃ、ごまつな、だいこん、にんじん、きゅうり、コーン(冷凍)、ごぼう、しょうが	しょうゆ、酒、食塩	エネルギー 412 kcal たんぱく質 18.5 g 脂質 18.2 g カルシウム 299 mg
()	五目みそ汁(さといも・だいこん)	牛乳130					
火	三色そばろ井(凍り豆腐・具)	きな粉ポテト					
()	かぼちやサラダ(ハム)						
20	御飯	ヤクルト牛乳100 リッツ	さけ、木綿豆腐、しらす干し、米みそ、ごま、油揚げ	米、しらたき、三温糖、油、ごま油	キャベツ、ごまつな、にんじん、ごぼう、はくさい、えのきたけ、しめじ、カットわかめ	しょうゆ、みりん、酒、食塩、こしょう	エネルギー 267 kcal たんぱく質 16.9 g 脂質 7.2 g カルシウム 165 mg
()	すまし汁(ごまつな・はくさい)	お茶・麦茶					
水	さけのちゃんちゃん焼き(しめじ)	じゃこわかめおにぎり					
()	きんぴらごぼう(しらたき)						
21	御飯	牛乳100 ぱりんこ	牛乳、豚ひき肉、だいず水煮缶詰、米みそ、ごま	じゃがいも、三温糖、片栗粉、油、米	りんご濃縮果汁、パイン缶、たまねぎ、ごまつな、にんじん、もやし、コーン(冷凍)、かんてん	ケチャップ、ウスターソース、しょうゆ、食塩	エネルギー 374 kcal たんぱく質 17.9 g 脂質 16.1 g カルシウム 280 mg
()	みそ汁(じゃが芋・たまねぎ)	牛乳130					
木	畑のハンバーグ	りんご寒天					
()	小松菜のごまあえ(もやし)						
22	御飯	牛乳100 チーズ	牛乳、さわら、挽きわり納豆、とろけるチーズ、米みそ、ハム	じゃがいも、食パン、片栗粉、油、三温糖、米	たまねぎ、だいこん、にんじん、コーン(冷凍)、ごまつな、ピーマン、ねぎ、しょうが、あおのり	ケチャップ、しょうゆ、酢、酒、食塩	エネルギー 458 kcal たんぱく質 25.3 g 脂質 18.1 g カルシウム 247 mg
()	納豆汁(だいこん・にんじん)	飲むヨーグルト					
金	さわらの五目とろみ煮	ピザトースト					
()	粉ふき芋(青のり)						
23	勤労感謝の日						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
()							
25	御飯	牛乳100 チーズ	牛乳、木綿豆腐、豚肉(肩ロース)、だいず水煮缶詰、米みそ、きな粉、油揚げ、かつお節	じゃがいも、上新粉、三温糖、油、米	たまねぎ、キャベツ、ホールトマト缶詰、ごまつな、にんじん、かぼちや、ねぎ、にんにく、カットわかめ	ケチャップ、コンソメ、しょうゆ、食塩、パセリ粉	エネルギー 355 kcal たんぱく質 17.9 g 脂質 16.5 g カルシウム 269 mg
()	豆腐みそ汁(あげ)	牛乳130					
月	ポークビーンズ	かぼちやもち(きな粉)					
()	キャベツのおかか和え(ごまつな)						

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		
26	御飯	牛乳100 鉄ウエハース	牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、つぶしあん(砂糖添加)、卵、米みそ、ごま	ホットケーキ粉、ごま油、片栗粉、三温糖、米	もやし、ほうれん草、なす、ピーマン、たまねぎ、にんじん、にんにく、しょうが、バナナ	しょうゆ、酒、食塩	エネルギー 351 kcal たんぱく質 17.9 g 脂質 16.6 g カルシウム 288 mg
()	野菜マーボー丼	牛乳130					
火	ほうれん草のナムル(人参)	どら焼き					
()	バナナ						
27	御飯	ヤクルト牛乳100 リッツ	牛乳、鶏ひき肉、木綿豆腐、豚肉(ばら)	干しうどん、片栗粉、ごま油、三温糖、米、さつまいも	キャベツ、ごまつな、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、コーン(冷凍)、ねぎ、しょうが、あおのり	ウスターソース、酒、鶏がらスープの素、しょうゆ、食塩	エネルギー 337 kcal たんぱく質 18.2 g 脂質 15.3 g カルシウム 246 mg
()	鶏だんご鍋(キャベツ)	飲むヨーグルト					
水	小松菜とコーンの和え物	おやつ焼さうどん					
()							
28	御飯	牛乳100 ぱりんこ	木綿豆腐、豚肉(肩ロース)、卵、米みそ	さつまいも、米、鶏めしの素、油、三温糖、ごま油、片栗粉	みかん、チンゲンサイ、たまねぎ、切り干しだいこん、カットわかめ	酒、しょうゆ、食塩	エネルギー 370 kcal たんぱく質 26.4 g 脂質 22.6 g カルシウム 140 mg
()	みそ汁(切り干しだいこん・玉ねぎ)	お茶・麦茶					
木	豆腐と青菜のチャンプルー	鶏めしおにぎり					
()	さつま芋の甘煮						
29	御飯	牛乳100 チーズ	牛乳、かれい、米みそ、かつお節	食パン、油、片栗粉、三温糖、砂糖、米	パイン缶、たまねぎ、プロッコリー、チンゲンサイ、にんじん、ごまつな、いちごジャム、カットわかめ	しょうゆ、酢、酒	エネルギー 344 kcal たんぱく質 16.2 g 脂質 10 g カルシウム 217 mg
()	味噌汁(チンゲン菜・たまねぎ)	飲むヨーグルト					
金	かれいのかきたまり甘酢ソース	いちごジャムサンド					
()	プロッコリーと人参のおかか和え						
30	御飯	牛乳100 鉄ウエハース	牛乳、ヨーグルト(無糖)、牛肉(もも)、バター	じゃがいも、三温糖、油、米	たまねぎ、バナナ、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 426 kcal たんぱく質 15 g 脂質 22.7 g カルシウム 310 mg
()	ハヤシライス・牛肉	牛乳130					
土	バナナヨーグルト	たべっこどうぶつ					
()							エネルギー kcal たんぱく質 g 脂質 g カルシウム mg
()							エネルギー kcal たんぱく質 g 脂質 g カルシウム mg

献立表

2024年11月

筑後二川保育園

日付	時間帯	離乳食12~18カ月	離乳食9~11カ月	離乳食7~8カ月	離乳食5~6ヶ月
01(金)	昼食	軟飯 みそ汁(さつま芋・ねぎ) 白身魚のチーズフライ チンゲン菜のしらす和え	軟飯 みそ汁(さつま芋・ねぎ) 煮魚 茹で野菜(人参・玉葱・じゃがいも)	お粥 みそ汁 茹で魚 茹で野菜(人参・玉葱・さつま芋)	お粥 煮汁 茹で魚 茹で野菜(人参・玉葱・さつま芋)
02(土)	昼食	軟飯 クリームシチュー(鶏肉) キャベツとほうれん草の磯和え	軟飯 すまし汁(キャベツ・法連草・えのきたけ) 鶏じゃが(鶏・じゃが芋・玉葱・人参・ブロッコリー)	お粥 すまし汁 湯豆腐 茹で野菜(じゃが芋・人参・ブロッコリー)	お粥 煮汁 湯豆腐 茹で野菜(じゃが芋・人参・ブロッコリー)
05(火)	昼食	軟飯 かき玉汁(えのき) みそ炒め丼 きゅうりの酢の物(しらす)	軟飯 すまし汁(えのき) 豚みそ煮(豚・玉葱・こまつな・人参)	お粥 すまし汁 湯豆腐 茹で野菜(人参・キャベツ・じゃが芋)	お粥 煮汁 湯豆腐 茹で野菜(人参・キャベツ・じゃが芋)
06(水)	昼食	軟飯 五目みそ汁(豆腐・さといも) さけのコーンクリームかけ 小松菜のツナ酢あえ(キャベツ)	軟飯 五目みそ汁(豆腐・さといも) 煮魚 茹で野菜(キャベツ・人参・大根)	お粥 みそ汁 茹で魚 茹で野菜(キャベツ・人参・大根)	お粥 煮汁 茹で魚 茹で野菜(キャベツ・人参・大根)
07(木)	昼食	軟飯 五目汁(じゃがいも・しめじ) 鶏肉のごまみそ焼き 切干大根のサラダ(ツナ) パン缶	軟飯 五目汁(じゃがいも・しめじ) 煮鶏(鶏・さつま芋・人参・小松菜)	お粥 すまし汁 湯豆腐 茹で野菜(さつま芋・人参・玉葱)	お粥 煮汁 湯豆腐 茹で野菜(さつま芋・人参・玉葱)
08(金)	昼食	軟飯 五目みそ汁(かぼちゃ・たまねぎ) カレーの揚げおろし煮 キャベツとこまつなの磯和え(人参) バナナ	軟飯 五目みそ汁(かぼちゃ・たまねぎ) 煮魚 茹で野菜(キャベツ・人参)	お粥 みそ汁 茹で魚 茹で野菜(南瓜・玉葱・人参)	お粥 煮汁 茹で魚 茹で野菜(南瓜・玉葱・人参)
09(土)	昼食	軟飯 とん汁うどん オレンジヨーグルト	軟飯 煮込みうどん(豚・大根・人参・小松菜) ヨーグルト	お粥 すまし汁 湯豆腐 茹で野菜(大根・人参・小松菜)	お粥 煮汁 湯豆腐 茹で野菜(大根・人参・小松菜)
11(月)	昼食	軟飯 豆腐みそ汁(だいこん・あげ) 肉じゃが・カレー味(豚肉) 小松菜とえのき茸のお浸し	軟飯 豆腐みそ汁(だいこん・あげ) 肉じゃが(豚・じゃが芋・玉葱・人参)	お粥 みそ汁 湯豆腐 茹で野菜(じゃが芋・大根・人参)	お粥 煮汁 湯豆腐 茹で野菜(じゃが芋・大根・人参)
12(火)	昼食	軟飯 たまごスープ(はるさめ) (ス)豚丼 ひじきのツナ酢あえ(もやし)	軟飯 スープ(はるさめ) 野菜煮(豚・玉葱・小松菜・人参)	お粥 すまし汁 湯豆腐 茹で野菜(じゃが芋・人参・玉葱)	お粥 煮汁 湯豆腐 茹で野菜(じゃが芋・人参・玉葱)
13(水)	昼食	軟飯 すまし汁(じゃがいも・わかめ) 厚揚げのケチャップ煮 キャベツの昆布あえ	軟飯 すまし汁(じゃがいも・わかめ) 煮豆腐(豚・豆腐・キャベツ・人参)	お粥 すまし汁 湯豆腐 茹で野菜(じゃが芋・小松菜・人参)	お粥 煮汁 湯豆腐 茹で野菜(じゃが芋・小松菜・人参)
14(木)	昼食	軟飯 豆腐すまし汁(こまつな・えのき) さわらのみそ照り焼き さっぱりポテトサラダ	軟飯 豆腐すまし汁(こまつな・えのき) 煮魚 茹で野菜(じゃが芋・人参)	お粥 すまし汁 茹で魚 茹で野菜(じゃが芋・人参)	お粥 煮汁 茹で魚 茹で野菜(じゃが芋・人参)
15(金)	昼食	軟飯 中華スープ(きのこ) マーボー豆腐(たまねぎ) もやしとわかめのナムル オレンジ	軟飯 中華スープ(きのこ) 和風麻婆(豚・豆腐・玉葱・じゃが芋)	お粥 すまし汁 湯豆腐 茹で野菜(玉葱・人参・じゃが芋)	お粥 煮汁 湯豆腐 茹で野菜(玉葱・人参・じゃが芋)
16(土)	昼食	軟飯 ちゃんぽんラーメン ヨーグルト(ブルーベリー)	軟飯 煮込みうどん(豚・キャベツ・小松菜・玉葱・人参) ヨーグルト	お粥 すまし汁 湯豆腐 茹で野菜(小松菜・玉葱・人参)	お粥 煮汁 湯豆腐 茹で野菜(小松菜・玉葱・人参)
18(月)	昼食	軟飯 すまし汁(じゃがいも・わかめ) 豚肉のすき焼き風煮物(豆腐) きゅうりのゆかりあえ 柿(未満児さんはオレンジ)	軟飯 すまし汁(じゃがいも・わかめ) 豚煮(豚・豆腐・玉葱・キャベツ・えのき)	お粥 すまし汁 湯豆腐 茹で野菜(じゃが芋・玉葱・キャベツ)	お粥 煮汁 湯豆腐 茹で野菜(じゃが芋・玉葱・キャベツ)
19(火)	昼食	軟飯 五目みそ汁(さといも・だいこん) 三色そばろ丼(凍り豆腐・具) かぼちゃサラダ(ハム)	軟飯 五目みそ汁(さといも・だいこん) 芋煮(鶏・豆腐・南瓜・さつま芋)	お粥 みそ汁 湯豆腐 茹で野菜(南瓜・さつま芋・大根)	お粥 煮汁 湯豆腐 茹で野菜(南瓜・さつま芋・大根)
20(水)	昼食	軟飯 すまし汁(こまつな・はくさい) さけのちゃんちゃん焼き(しめじ) きんぴらごぼう(しらたき)	軟飯 すまし汁(こまつな・はくさい) 煮魚 茹で野菜(小松菜・人参)	お粥 すまし汁 茹で魚 茹で野菜(小松菜・人参)	お粥 煮汁 茹で魚 茹で野菜(小松菜・人参)
21(木)	昼食	軟飯 みそ汁(じゃが芋・たまねぎ) 畑のハンバーグ 小松菜のごまあえ(もやし) パン缶	軟飯 みそ汁(じゃが芋・たまねぎ) 煮豆腐(豚・豆腐・玉葱・人参・小松菜)	お粥 みそ汁 湯豆腐 茹で野菜(じゃが芋・小松菜・人参)	お粥 煮汁 湯豆腐 茹で野菜(じゃが芋・小松菜・人参)
22(金)	昼食	軟飯 納豆汁(だいこん・にんじん) さわらの五目とろみ煮 粉ふき芋(青のり)	軟飯 納豆汁(だいこん・にんじん) 煮魚 茹で野菜(じゃが芋・人参・小松菜)	お粥 みそ汁 茹で魚 茹で野菜(じゃが芋・人参・小松菜)	お粥 煮汁 茹で魚 茹で野菜(じゃが芋・人参・小松菜)
25(月)	昼食	軟飯 豆腐みそ汁(あげ) ポークビーンズ キャベツのおかか和え(こまつな)	軟飯 豆腐みそ汁(あげ) 肉じゃが(豚・じゃが芋・人参・玉葱)	お粥 みそ汁 湯豆腐 茹で野菜(じゃが芋・南瓜・人参)	お粥 煮汁 湯豆腐 茹で野菜(じゃが芋・南瓜・人参)
26(火)	昼食	軟飯 野菜マーボー丼 ほうれん草のナムル(人参) バナナ	軟飯 すまし汁(法連草・人参) 和風マーボー(豚・豆腐・玉葱・なす)	お粥 すまし汁 湯豆腐 茹で野菜(法連草・人参・玉葱)	お粥 煮汁 湯豆腐 茹で野菜(法連草・人参・玉葱)
27(水)	昼食	軟飯 鶏だんご鍋(キャベツ) 小松菜とコーンの和え物	軟飯 鶏だんご鍋(鶏・豆腐・キャベツ・玉葱・人参・えのき) 小松菜の和え物(小松菜・人参)	お粥 すまし汁 湯豆腐 茹で野菜(キャベツ・玉葱・人参)	お粥 煮汁 湯豆腐 茹で野菜(キャベツ・玉葱・人参)
28(木)	昼食	軟飯 みそ汁(切干しだいこん・玉ねぎ) 豆腐と青菜のチャンプルー さつま芋の甘煮 みかん	軟飯 みそ汁(切干しだいこん・玉ねぎ) 炒り豆腐(豚・豆腐・さつま芋)	お粥 みそ汁 湯豆腐 茹で野菜(さつま芋・玉葱)	お粥 煮汁 湯豆腐 茹で野菜(さつま芋・玉葱)
29(金)	昼食	軟飯 味噌汁(チンゲン菜・たまねぎ) かれのいさっぱり甘酢ソース ブロッコリーと人参のおかか和え パン缶	軟飯 味噌汁(チンゲン菜・たまねぎ) 煮魚 茹で野菜(ブロッコリー・人参)	お粥 みそ汁 茹で魚 茹で野菜(ブロッコリー・人参・玉葱)	お粥 煮汁 茹で魚 茹で野菜(ブロッコリー・人参・玉葱)
30(土)	昼食	軟飯 ハヤシライス・牛肉 バナナヨーグルト	軟飯 すまし汁(豆腐) 煮物(牛・玉葱・じゃが芋)	お粥 すまし汁 湯豆腐 茹で野菜(じゃが芋・玉葱)	お粥 煮汁 湯豆腐 茹で野菜(じゃが芋・玉葱)