

献立表

2025年07月

筑後二川保育園

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	御飯 （みそ汁(こまつな・あげ) 火 三色そぼろ丼(凍り豆腐・具) ）さっぱりポテトサラダ	牛乳100 鉄ウエハース 牛乳130 コーンフレーク	牛乳、鶏ひき肉、凍り豆腐、米みそ、おから、油揚げ、木綿豆腐	じゃがいも、コーンフレーク、三温糖、油、ごま油、米	パイン缶、こまつな、にんじん、きゅうり、もやし、干しぶどう、しょうが	しょうゆ、酒、酢、食塩	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	374 kcal 16.6 g 12.6 g 276 mg
02	御飯 （五目みそ汁(さつま芋・だいこん) 水 さわらの竜田揚げ ）もやしと小松菜の塩ごまあえ	牛乳100 ヤクルトリッツ 飲むヨーグルト 簡単ピザ	牛乳、さわら、とろけるチーズ、ウインナー、米みそ、ごま、油揚げ	さつまいも、ぎょうざの皮、じゃがいも、片栗粉、三温糖、油、米	もやし、こまつな、だいこん、にんじん、たまねぎ、ねぎ、しょうが	ケチャップ、みりん、しょうゆ、食塩、パセリ粉	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	346 kcal 18.7 g 16.2 g 278 mg
03	御飯 （みそ汁(かぼちゃ・なす) 木 豆腐と青菜のチャンプルー(卵) ）アスパラとキャベツのゆかりあえ	牛乳100 ぱりんこ 牛乳130 あげぱん(きな粉)	牛乳、木綿豆腐、豚肉(肩ロース)、卵、米みそ、きな粉	ロールパン、油、グラニュー糖、三温糖、ごま油、片栗粉、米	かぼちゃ、キャベツ、チンゲンサイ、なす、グリーンアスパラガス、にんじん、ねぎ	酒、しょうゆ、食塩	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	374 kcal 17 g 19 g 254 mg
04	御飯 （すまし汁(じゃが芋・三角揚げ) 金 さけのきのこがけ ）納豆あえ(もやし・こまつな)	牛乳100 バナナ お茶・麦茶 わかめおにぎり	さけ、三角揚げ、挽きわり納豆	米、じゃがいも、片栗粉、油	オレンジ、もやし、こまつな、たまねぎ、えのきたけ、にんじん、コーン(冷凍)、ねぎ、カットわかめ、干しいたけ	しょうゆ、酒、食塩	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	357 kcal 19 g 7.5 g 132 mg
05	御飯 （冷やし中華 土 パインヨーグルト ）	牛乳100 クッキー 牛乳130 ぼたぼた焼き	牛乳、ヨーグルト(無糖)、錦糸卵、ハム	干し中華めん、三温糖、ごま油、米	パイン缶、きゅうり、トマト、カットわかめ	しょうゆ、酢、みりん、鶏がらスープの素	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	336 kcal 13.9 g 10.7 g 231 mg
07	御飯 （みそ汁(かぼちゃ・だいこん) 月 ミートローフ(ひじき) ）切干大根のサラダ(ツナ)	牛乳100 チーズ カルピス 七夕ゼリー	豚ひき肉、木綿豆腐、カルピス、鶏ひき肉、ツナ油漬缶、米みそ、ゼラチン	三温糖、片栗粉、油、米	すいか、かぼちゃ、みかん缶、パイン缶、たまねぎ、だいこん、きゅうり、こまつな、コーン(冷凍)、にんじん、ごぼう、切り干しだいこん、ひじき	酢、食塩	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	369 kcal 17.1 g 12.2 g 110 mg
08	御飯 （わかめスープ(コーン) 火 厚揚げの中華丼 ）トマトの中華風サラダ	牛乳100 鉄ウエハース 牛乳130 和風しょうゆスパゲッティ	牛乳、三角揚げ、豚肉(肩ロース)、ウインナー、バター、木綿豆腐	スパゲッティ、ごま油、片栗粉、三温糖、米	たまねぎ、トマト、きゅうり、にんじん、こまつな、オクラ、コーン(冷凍)、ピーマン、えのきたけ、ねぎ、にんにく、しょうが、カットわかめ	しょうゆ、鶏がらスープの素、酢、酒、食塩	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	360 kcal 17.1 g 20.6 g 280 mg

献立表

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		
09	御飯 （五目みそ汁(かぼちゃ・たまねぎ) 水 カレイの揚げおろし煮 ）オクラときゅうりの土佐あえ	牛乳100 ヤクルトリッツ 飲むヨーグルト 豆乳お好み焼き	牛乳、かれい、豆乳、豚肉(ばら)、豚ひき肉、米みそ、卵、かつお節、油揚げ	小麦粉、油、三温糖、マヨネーズ、片栗粉、米	きゅうり、だいこん、かぼちゃ、オクラ、たまねぎ、キャベツ、にんじん、ごぼう、しょうが、あおのり	ケチャップ、しょうゆ、みりん、酒、酢	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	367 kcal 22.6 g 16.5 g 211 mg
10	御飯 （中華スープ(チンゲン菜・えのき) 木 マーボー豆腐(キッズ) ）キャベツとわかめの中中華和え	牛乳100 ぱりんこ 牛乳130 じゃこトースト	牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、挽きわり納豆、とろけるチーズ、しらす干し、米みそ、ごま	食パン、マヨネーズ、三温糖、油、片栗粉、ごま油、米、じゃがいも	キャベツ、にんじん、チンゲンサイ、きゅうり、えのきたけ、ねぎ、しょうが、カットわかめ	しょうゆ、酢、鶏がらスープの素、食塩	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	450 kcal 23 g 22.1 g 334 mg
11	御飯 （みそ汁(さつま芋・ねぎ) 金 白身魚のチーズフライ ）チンゲン菜のしらす和え	牛乳100 バナナ お茶・麦茶 鶏めしおにぎり	メルルーサ、卵、米みそ、しらす干し、粉チーズ、油揚げ	米、さつまいも、鶏めしの素、パン粉、油、小麦粉、三温糖、じゃがいも	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 たんぱく質 脂 質 カルシウム	321 kcal 29.1 g 20.2 g 143 mg
12	御飯 （豆乳坦々麺 土 ヨーグルト(ブルーベリー) ）	牛乳100 クッキー 牛乳130 ベジたべる	牛乳、ヨーグルト(無糖)、豆乳、木綿豆腐、だいず水煮缶詰、豚ひき肉、ごま	干し中華めん、ねりごま、ごま油、三温糖、米	チンゲンサイ、ブルーベリージャム、たまねぎ、にんじん、にんにく、しょうが	鶏がらスープの素、しょうゆ	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	413 kcal 18.8 g 15.7 g 329 mg
14	御飯 （豆腐みそ汁(だいこん・あげ) 月 肉じゃが(豚肉) ）小松菜とえのき茸のお浸し	牛乳100 チーズ 牛乳130 ゆでとうもろこし	牛乳、木綿豆腐、豚肉(肩ロース)、米みそ、油揚げ	じゃがいも、油、三温糖、米	とうもろこし、オレンジ、こまつな、だいこん、たまねぎ、えのきたけ、にんじん、カットわかめ	しょうゆ、みりん	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	296 kcal 15.5 g 13.5 g 267 mg
15	御飯 （具たくさんみそ汁 火 豚肉のもち米蒸し ）なすの梅和え(おくら・きゅうり)	牛乳100 鉄ウエハース 牛乳130 おやつ・ツナスパゲッティ	牛乳、豚ひき肉、三角揚げ、ツナ油漬缶、おから、米みそ、かつお節	スパゲッティ、もち米、片栗粉、ごま油、三温糖、米	たまねぎ、なす、きゅうり、だいこん、オクラ、こまつな、にんじん、ごぼう、マッシュルーム缶、ねぎ、うめ干し、しょうが、干しいたけ	しょうゆ、酒、食塩	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	358 kcal 19.2 g 16.2 g 272 mg
16	御飯 （五目みそ汁(さつま芋・だいこん) 水 赤魚とごぼうの煮つけ ）キャベツの昆布あえ	牛乳100 ヤクルトリッツ 飲むヨーグルト マーブルケーキ	牛乳、あかうお、卵、バター、米みそ、脱脂粉乳、油揚げ	小麦粉、さつまいも、三温糖、油、米	バナナ、キャベツ、チンゲンサイ、こまつな、だいこん、ごぼう、にんじん、きゅうり、塩こんぶ、しょうが	しょうゆ、酒	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	416 kcal 19.3 g 13.3 g 295 mg

献立表

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		
17	御飯 (具たくさんみそ汁 鶏のから揚げ おくらのおかか和え(きゅうり)	牛乳100 ぱりんこ 牛乳130 ツナサンド	牛乳、鶏もも肉(皮付き)、三角揚げ、ツナ油漬缶、米みそ、かつお節	食パン、マヨネーズ、片栗粉、油、三温糖、米	きゅうり、だいこん、オクラ、にんじん、こまつな、たまねぎ、ごぼう、ねぎ、にんにく、しょうが	しょうゆ、みりん、食塩	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	449 kcal 23.5 g 27.1 g 279 mg
18	御飯 (みそ汁(とうがん・わかめ) さわらのカレー揚げ こまつなのツナ酢和え	牛乳100 バナナ お茶・麦茶 コーンおにぎり	さわら、ツナ油漬缶、卵、豚肉(ばら)、米みそ	米、油、小麦粉、三温糖、ごま油	こまつな、とうがん、にんじん、ブロッコリー、コーン(冷凍)、えのきたけ、ごぼう、カットわかめ	酢、しょうゆ、食塩、カレー粉	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	328 kcal 16.8 g 14.7 g 105 mg
19	御飯 (ちゃんぽんうどん オレンジヨーグルト)	牛乳100 クッキー 牛乳130 ココナッツサブレ	牛乳、ヨーグルト(無糖)、木綿豆腐、豚肉(肩)	干しうどん、三温糖、ごま油、米	みかん缶、キャベツ、たまねぎ、もやし、にんじん	しょうゆ、食塩	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	434 kcal 16.9 g 14.5 g 281 mg
21	海の日 (月)						エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	0 kcal 0 g 0 g 0 mg
22	御飯 (みそ汁(鶏肉・なす) 焼きがんもどきのあんかけ はるさめサラダ(トマト)	牛乳100 鉄ウエハース 牛乳130 スパゲティー・おやつ	牛乳、木綿豆腐、鶏もも肉、鶏ひき肉、ウインナー、ハム、米みそ、ごま	スパゲティー、片栗粉、はるさめ、砂糖、油、ごま油、米	たまねぎ、きゅうり、なす、トマト、にんじん、ピーマン、えのきたけ、ひじき	ケチャップ、酢、みりん、しょうゆ、食塩	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	387 kcal 19.5 g 18 g 259 mg
23	御飯 (具たくさんみそ汁 かわいいのケチャップあえ キャベツとこまつなの磯和え(人参)	牛乳100 ヤクルトリッツ 飲むヨーグルト きな粉ドーナツ	牛乳、かわいい、木綿豆腐、卵、米みそ、バター、きな粉、脱脂粉乳	小麦粉、三温糖、油、片栗粉、米	バナナ、こまつな、だいこん、キャベツ、にんじん、ごぼう、えのきたけ、ねぎ、あおのり	ケチャップ、ウスターソース、しょうゆ	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	436 kcal 20.8 g 17.5 g 305 mg
24	御飯 (すまし汁(ちんげん菜・えのき) 豚肉のすき焼き風煮物(豆腐) ハリハリなます	牛乳100 ぱりんこ 牛乳130 いちごジャムサンド	牛乳、焼き豆腐、豚肉(肩ロース)、油揚げ、木綿豆腐	食パン、しらたき、三温糖、米	えのきたけ、チンゲンサイ、キャベツ、たまねぎ、きゅうり、ねぎ、にんじん、いちごジャム、切干しだいこん、ひじき	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	359 kcal 18.6 g 15.1 g 279 mg

献立表

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		
25	御飯 (みそ汁(じゃが芋・たまねぎ) さけのコーンクリームかけ アスパラとキャベツのごまあえ	牛乳100 バナナ お茶・麦茶 ビビンバおにぎり	さけ、豆乳、鶏ひき肉、米みそ、ごま	米、じゃがいも、ごま油	キャベツ、にんじん、もやし、たまねぎ、クリームコーン缶、こまつな、グリーンアスパラガス	しょうゆ、酒、コンソメ、食塩	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	251 kcal 16.1 g 5.3 g 86 mg
26	御飯 (肉ラーメン バナナヨーグルト)	牛乳100 クッキー 牛乳130 カルピスゼリー	牛乳、ヨーグルト(無糖)、豚ひき肉、ゼラチン、米みそ、木綿豆腐	干し中華めん、三温糖、油、ごま油、片栗粉、米、じゃがいも	バナナ、みかん缶、コーン(冷凍)、にんじん、ねぎ、にんにく、しょうが	しょうゆ、鶏がらスープの素、食塩	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	390 kcal 18.2 g 13.9 g 273 mg
28	御飯 (豆腐スープ(わかめ) 肉団子の酢豚風 もやしの中華風和え物)	牛乳100 チーズ 牛乳130 ココア蒸しパン	牛乳、豚ひき肉、木綿豆腐	上新粉、三温糖、片栗粉、油、ごま油、米	オレンジ、たまねぎ、こまつな、もやし、にんじん、ねぎ、ピーマン、カットわかめ、干しいたけ	酢、しょうゆ、鶏がらスープの素、食塩	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	363 kcal 16.7 g 15.9 g 290 mg
29	御飯 (みそ汁(なす・とうがん) キッズビビンバ(具・ごま) きゅうりの酢の物(みかん)	牛乳100 鉄ウエハース 牛乳130 大学かぼちゃ	牛乳、豚ひき肉、鶏ひき肉、米みそ、ごま	三温糖、油、ごま油、米	かぼちゃ、きゅうり、なす、こまつな、もやし、とうがん、みかん缶、えのきたけ、にんじん、ねぎ、にんにく、しょうが、カットわかめ	しょうゆ、酢、酒、食塩	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	314 kcal 13.9 g 17.5 g 253 mg
30	御飯 (豆腐すまし汁(わかめ) さけのちゃんちゃん焼き(しめじ) ベイクドじゃが(あおのり)	牛乳100 ヤクルトリッツ 飲むヨーグルト クッキー・セサミ	牛乳、さけ、木綿豆腐、バター、卵、ごま、米みそ	じゃがいも、小麦粉、三温糖、油、米	パイン缶、キャベツ、しめじ、にんじん、ねぎ、カットわかめ、あおのり	みりん、しょうゆ、酒、食塩、こしょう	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	403 kcal 19.3 g 17.1 g 235 mg
31	御飯 (かき玉汁(えのき) 鶏つくねのあんかけ 小松菜のごまあえ(キャベツ)	牛乳100 ぱりんこ 牛乳130 バターラスク	牛乳、鶏ひき肉、木綿豆腐、卵、バター、ごま	食パン、片栗粉、三温糖、油、米、じゃがいも	こまつな、キャベツ、にんじん、たまねぎ、ねぎ、えのきたけ、ごぼう、しょうが、ひじき	しょうゆ、みりん、酒、食塩	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	338 kcal 18.3 g 18.3 g 255 mg
(月)							エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	kcal g g mg

献立表

2025年07月

筑後二川保育園

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ヶ月
01(火)	昼食	軟飯 みそ汁(こまつな・あげ) 三色そばろ丼(凍り豆腐・具) さっぱりポテトサラダ パイン缶	軟飯 みそ汁(こまつな・あげ) いり豆腐(鶏・豆腐・じゃが芋・人参)	お粥 みそ汁 湯豆腐 茹で野菜(じゃが芋・人参・こまつな)	お粥 茹で汁 湯豆腐 茹で野菜(じゃが芋・人参・こまつな)
02(水)	昼食	軟飯 五目みそ汁(さつま芋・だいこん) さわらの竜田揚げ もやしと小松菜の塩ごまあえ	軟飯 五目みそ汁(さつま芋・だいこん) 煮魚 茹で野菜(じゃが芋・こまつな・たまねぎ)	お粥 みそ汁 茹で魚 茹で野菜(さつま芋・大根・人参)	お粥 煮汁 茹で魚 茹で野菜(さつま芋・大根・人参)
03(木)	昼食	軟飯 みそ汁(かぼちゃ・なす) 豆腐と青菜のチャンプルー(卵) アスパラとキャベツのゆかりあえ	軟飯 みそ汁(かぼちゃ・なす) 煮豆腐(豚・豆腐・キャベツ・人参)	お粥 みそ汁 湯豆腐 茹で野菜(南瓜・キャベツ・人参)	お粥 煮汁 湯豆腐 茹で野菜(南瓜・キャベツ・人参)
04(金)	昼食	軟飯 すまし汁(じゃが芋・三角揚げ) さけのきのこがけ 納豆あえ(もやし・こまつな) オレンジ	軟飯 すまし汁(じゃが芋・三角揚げ) 煮魚 茹で野菜(こまつな・人参)	お粥 すまし汁 茹で魚 茹で野菜(じゃが芋・こまつな・人参)	お粥 煮汁 茹で魚 茹で野菜(じゃが芋・こまつな・人参)
05(土)	昼食	軟飯 冷やし中華 パインヨーグルト	軟飯 煮込みうどん(じゃが芋・玉葱・人参・豆腐) ヨーグルト	お粥 すまし汁 湯豆腐 茹で野菜(じゃが芋・玉葱・人参)	お粥 煮汁 湯豆腐 茹で野菜(じゃが芋・玉葱・人参)
07(月)	昼食	軟飯 みそ汁(かぼちゃ・だいこん) ミートローフ(ひじき) 切干大根のサラダ(ツナ) すいか	軟飯 みそ汁(かぼちゃ・だいこん) 鶏じゃが(鶏・豆腐・玉葱・人参・じゃがいも)	お粥 みそ汁 湯豆腐 茹で野菜(南瓜・大根・人参)	お粥 煮汁 湯豆腐 茹で野菜(南瓜・大根・人参)
08(火)	昼食	軟飯 わかめスープ(コーン) 厚揚げの中華丼 トマトの中華風サラダ	軟飯 すまし汁(さつま芋・わかめ) 野菜煮(豚・玉葱・人参・小松菜・豆腐)	お粥 すまし汁 湯豆腐 茹で野菜(さつま芋・玉葱・人参)	お粥 煮汁 湯豆腐 茹で野菜(さつま芋・玉葱・人参)
09(水)	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 オクラときゅうりの土佐あえ	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・大根)	お粥 みそ汁 茹で魚 茹で野菜(南瓜・キャベツ・大根)	お粥 煮汁 茹で魚 茹で野菜(南瓜・キャベツ・大根)
10(木)	昼食	軟飯 中華スープ(チンゲン菜・えのき) マーボー豆腐(キッズ) キャベツとわかめの中華和え	軟飯 すまし汁(チンゲン菜・えのき) 和麻婆豆腐(豚・豆腐・人参・キャベツ)	お粥 すまし汁 湯豆腐 茹で野菜(じゃが芋・人参・キャベツ)	お粥 煮汁 湯豆腐 茹で野菜(じゃが芋・人参・キャベツ)
11(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(じゃが芋・人参)	お粥 みそ汁 茹で魚 茹で野菜(さつま芋・玉葱・人参)	お粥 煮汁 茹で魚 茹で野菜(さつま芋・玉葱・人参)
12(土)	昼食	軟飯 豆乳坦々麺 ヨーグルト(ブルーベリー)	軟飯 煮込みうどん(豚・玉葱・人参・じゃが芋) ヨーグルト	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)
14(月)	昼食	軟飯 豆腐みそ汁(だいこん・あげ) 肉じゃが(豚肉) 小松菜とえのき莖のお浸し オレンジ	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)
15(火)	昼食	軟飯 貝たくさんみそ汁 豚肉のもち米蒸し なすの梅和え(おくら・きゅうり)	軟飯 貝たくさんみそ汁 煮豆腐(豚・豆腐・人参・さつま芋)	お粥 みそ汁 湯豆腐 茹で野菜(さつま芋・大根・人参・小松菜)	お粥 煮汁 湯豆腐 茹で野菜(さつま芋・大根・人参・小松菜)
16(水)	昼食	軟飯 五目みそ汁(さつま芋・だいこん) 赤魚とごぼうの煮つけ キャベツの昆布あえ バナナ	軟飯 五目みそ汁(さつま芋・だいこん) 煮魚 茹で野菜(キャベツ・人参)	お粥 みそ汁 茹で魚 茹で野菜(さつま芋・大根・キャベツ)	お粥 煮汁 茹で魚 茹で野菜(さつま芋・大根・キャベツ)
17(木)	昼食	軟飯 貝たくさんみそ汁 鶏のから揚げ おくらのおかか和え(きゅうり)	軟飯 貝たくさんみそ汁 煮鶏(鶏・大根・人参・小松菜・豆腐)	お粥 みそ汁 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)
18(金)	昼食	軟飯 みそ汁(とうがん・わかめ) さわらのカレー揚げ こまつなのツナ酢和え	軟飯 みそ汁(とうがん・わかめ) 茹で野菜(じゃが芋・小松菜・人参)	お粥 みそ汁 茹で魚 茹で野菜(じゃが芋・ブロッコリー・人参)	お粥 煮汁 茹で魚 茹で野菜(じゃが芋・ブロッコリー・人参)
19(土)	昼食	軟飯 ちゃんぽんうどん オレンジヨーグルト	軟飯 煮込みうどん(豚・キャベツ・玉葱・人参・豆腐) ヨーグルト	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)
22(火)	昼食	軟飯 みそ汁(鶏肉・なす) 焼きがんもどきのあんかけ はるさめサラダ(トマト)	軟飯 みそ汁(鶏肉・なす) 肉豆腐(鶏・豆腐・人参・玉葱)	お粥 みそ汁 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)
23(水)	昼食	軟飯 貝たくさんみそ汁 かれのいけチャップあえ キャベツとこまつなの磯和え(人参) バナナ	軟飯 貝たくさんみそ汁 煮魚 茹で野菜(じゃが芋・キャベツ・人参)	お粥 みそ汁 茹で魚 茹で野菜(じゃが芋・キャベツ・人参)	お粥 煮汁 茹で魚 茹で野菜(じゃが芋・キャベツ・人参)
24(木)	昼食	軟飯 すまし汁(ちんげん菜・えのき) 豚肉のすき焼き風煮物(豆腐) ハリハリなます	軟飯 すまし汁(ちんげん菜・えのき) 煮物(豚・豆腐・玉葱・キャベツ・人参)	お粥 すまし汁 湯豆腐 茹で野菜(さつま芋・キャベツ・大根)	お粥 煮汁 湯豆腐 茹で野菜(さつま芋・キャベツ・大根)
25(金)	昼食	軟飯 みそ汁(じゃが芋・たまねぎ) さけのコーンクリームかけ アスパラとキャベツのごまあえ	軟飯 みそ汁(じゃが芋・たまねぎ) 煮魚 茹で野菜(キャベツ・人参)	お粥 みそ汁 湯で魚 茹で野菜(じゃが芋・キャベツ・人参)	お粥 煮汁 湯で魚 茹で野菜(じゃが芋・キャベツ・人参)
26(土)	昼食	軟飯 肉ラーメン バナナヨーグルト	軟飯 煮込みうどん(豚・人参・じゃが芋・豆腐) ヨーグルト	お粥 すまし汁 湯豆腐 茹で野菜(人参・じゃが芋)	お粥 煮汁 湯豆腐 茹で野菜(人参・じゃが芋)
28(月)	昼食	軟飯 豆腐スープ(わかめ) 肉団子の酢豚風 もやしの中華風和え物 オレンジ	軟飯 すまし汁(豆腐・わかめ) 野菜煮(豚・玉葱・人参・さつま芋・小松菜)	お粥 すまし汁 湯豆腐 茹で野菜(さつま芋・玉葱・人参)	お粥 煮汁 湯豆腐 茹で野菜(さつま芋・玉葱・人参)
29(火)	昼食	軟飯 みそ汁(なす・とうがん) キッズビビンバ(具・ごま) きゅうりの酢の物(みかん)	軟飯 みそ汁(なす・とうがん) 煮豆腐(鶏・豆腐・人参・小松菜・南瓜)	お粥 みそ汁 湯豆腐 茹で野菜(南瓜・人参・小松菜)	お粥 煮汁 湯豆腐 茹で野菜(南瓜・人参・小松菜)
30(水)	昼食	軟飯 豆腐すまし汁(わかめ) さけのちゃんちゃん焼き(しめじ) ペイクドじゃが(あおのり) パイン缶	軟飯 豆腐すまし汁(わかめ) 煮魚 茹で野菜(じゃが芋・キャベツ・人参)	お粥 すまし汁 茹で魚 茹で野菜(じゃが芋・キャベツ・人参)	お粥 煮汁 茹で魚 茹で野菜(じゃが芋・キャベツ・人参)
31(木)	昼食	軟飯 かき玉汁(えのき) 鶏つくねのあんかけ 小松菜のごまあえ(キャベツ)	軟飯 すまし汁(えのき) いり豆腐(鶏・豆腐・人参・玉葱・キャベツ)	お粥 すまし汁 湯豆腐 茹で野菜(じゃが芋・キャベツ・人参)	お粥 煮汁 湯豆腐 茹で野菜(じゃが芋・キャベツ・人参)