

# 献 立 表

2026年04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 (水)	入園式								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
02 木	御飯 (五目みそ汁(豆腐・さといも) ポークチャップ(平肉) 白菜とほうれん草のおかか和え)	牛乳100 ぱりんこ 牛乳130 モッチーズパン	牛乳、豚肉(肩ロース)、木綿豆腐、ヨーグルト(無糖)、とろけるチーズ、米みそ、油揚げ、かつお節	白玉粉、さといも(冷凍)、油、三温糖、米	はくさい、たまねぎ、ほうれんそう、だいこん、にんじん、ねぎ	ケチャップ、ウスターソース、しょうゆ、食塩		エネルギー 366 kcal たんぱく質 20.1 g 脂質 20.8 g カルシウム 310 mg	
03 金	御飯 (豆腐みそ汁(なばな・にんじん) 赤魚の揚げおろし煮 はるさめサラダ)	牛乳100 バナナ 飲むヨーグルト ヨーグルトケーキ	牛乳、あかうお、木綿豆腐、卵、無塩バター、米みそ、ハム	ホットケーキ粉、三温糖、マヨネーズ、はるさめ、油、小麦粉、米	だいこん、にんじん、きゅうり、なばな、たまねぎ、コーン(冷凍)、しょうが	しょうゆ、みりん、酒		エネルギー 409 kcal たんぱく質 21 g 脂質 19.9 g カルシウム 249 mg	
04 土	御飯 (ちゃんぽん風うどん ヨーグルト(ブルーベリー))	牛乳100 クッキー 牛乳130 オレンジゼリー	牛乳、ヨーグルト(無糖)、豆乳、木綿豆腐、豚肉(肩)、ごま、ゼラチン	干しうどん、三温糖、米	キャベツ、オレンジ濃縮果汁、たまねぎ、ブルーベリージャム、こまつな、みかん缶、もやし、にんじん	しょうゆ、鶏がらスープの素、食塩		エネルギー 492 kcal たんぱく質 22.6 g 脂質 14.8 g カルシウム 372 mg	
06 月	御飯 (わかめスープ(キャベツ) マーボー豆腐(たまねぎ) 大根の中華和え)	牛乳100 チーズ 牛乳130 パン・ぶどうパン	牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、米みそ	ぶどうパン、ごま油、片栗粉、三温糖、米	だいこん、たまねぎ、にんじん、キャベツ、ほうれんそう、ねぎ、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 403 kcal たんぱく質 19.2 g 脂質 16.2 g カルシウム 261 mg	
07 火	御飯 (カレーライス キャベツの磯和え(こまつな) バナナ)	牛乳100 鉄ウエハース お茶・麦茶 しそおにぎり	豚肉(肩ロース)、ごま、木綿豆腐	じゃがいも、米、油	バナナ、たまねぎ、にんじん、こまつな、キャベツ、あおのり	カレールウ、しょうゆ		エネルギー 382 kcal たんぱく質 10.7 g 脂質 13.3 g カルシウム 81 mg	
08 水	御飯 (豚汁(かぼちゃ) さけの塩焼き ほうれん草とコーンの和え物)	牛乳100 ヤクルトリッツ 飲むヨーグルト 和風しょうゆスパゲッティ	牛乳、さけ、三角揚げ、豚肉(肩ロース)、ウインナー、米みそ	スパゲッティ、三温糖、油、米	ほうれんそう、かぼちゃ、だいこん、たまねぎ、こまつな、コーン(冷凍)、にんじん、ねぎ、ごぼう	しょうゆ、食塩		エネルギー 302 kcal たんぱく質 21.6 g 脂質 11.3 g カルシウム 205 mg	
09 木	御飯 (みそ汁(切干しだいこん・玉ねぎ) 鶏肉のマーマレード焼き 小松菜のごまあえ(にんじん))	牛乳100 ぱりんこ 牛乳130 野菜もち(かぼちゃ)	牛乳、鶏もも肉、米みそ、きな粉、ごま、木綿豆腐	米粉、三温糖、油、米	パイン缶、こまつな、たまねぎ、かぼちゃ、マーマレード、にんじん、切り干しだいこん、しょうが、カットわかめ	しょうゆ、酒		エネルギー 364 kcal たんぱく質 20.6 g 脂質 12.5 g カルシウム 275 mg	
10 金	御飯 (すまし汁(ちんげん菜・えのき) さけのちゃんちゃん焼き(しめじ) 粉ふき芋(青のり))	牛乳100 バナナ 飲むヨーグルト チーズポピュラーケーキ	牛乳、さけ、木綿豆腐、チーズ、卵、米みそ、無塩バター	じゃがいも、ホットケーキ粉、三温糖、油、米	キャベツ、チンゲンサイ、えのきたけ、にんじん、ほうれんそう、しめじ、ねぎ、あおのり	しょうゆ、みりん、酒、食塩、こしょう		エネルギー 316 kcal たんぱく質 21.2 g 脂質 11.3 g カルシウム 280 mg	
11 土	御飯 (ラーメン(もやし・わかめ) オレンジヨーグルト)	牛乳100 クッキー 牛乳130 クラッカーサンド(いちごジャム)	牛乳、ヨーグルト(無糖)、豚肉(肩ロース)、木綿豆腐	干し中華めん、三温糖、油、米、じゃがいも	みかん缶、もやし、キャベツ、いちごジャム、コーン(冷凍)、にんじん、カットわかめ、たまねぎ	しょうゆ、鶏がらスープの素、食塩		エネルギー 419 kcal たんぱく質 17.1 g 脂質 13.9 g カルシウム 275 mg	
13 月	御飯 (豆腐みそ汁(こまつな・ねぎ) 豚肉のしょうが焼き(たまねぎ) ひじきのツナ酢あえ(もやし))	牛乳100 チーズ 牛乳130 豆腐ドーナツ	牛乳、豚肉(肩ロース)、木綿豆腐、絹ごし豆腐、ツナ油漬缶、米みそ、油揚げ	ホットケーキ粉、油、粉糖、三温糖、片栗粉、米、じゃがいも	もやし、たまねぎ、にんじん、こまつな、ねぎ、しょうが、ひじき	しょうゆ、酢、みりん		エネルギー 403 kcal たんぱく質 19.4 g 脂質 22.1 g カルシウム 254 mg	
14 火	御飯 (中華丼(キャベツ)・具 もやしとわかめのナムル パイン缶)	牛乳100 鉄ウエハース 牛乳130 ちんすこう	牛乳、豚肉(肩ロース)、ごま、木綿豆腐	小麦粉、三温糖、黒砂糖、片栗粉、ごま油、米、さつまいも	パイン缶、キャベツ、もやし、にんじん、たまねぎ、こまつな、しょうが、にんにく、黒きくらげ、カットわかめ	しょうゆ、食塩		エネルギー 340 kcal たんぱく質 13 g 脂質 13 g カルシウム 213 mg	
15 水	御飯 (五目みそ汁(かぼちゃ・だいこん) 白身魚の照り焼き ゆでスナップえんどう)	牛乳100 ヤクルトリッツ お茶・麦茶 鶏めしおにぎり	あかうお、米みそ、油揚げ	さつまいも、米、鶏めしの素、三温糖	かぼちゃ、だいこん、スナップえんどう、ねぎ、ごぼう、しょうが	しょうゆ、みりん		エネルギー 297 kcal たんぱく質 28.6 g 脂質 15.7 g カルシウム 56 mg	
16 木	御飯 (みそ汁(もやし・あげ) 肉豆腐 ブロッコリーと人参のおかか和え)	牛乳100 ぱりんこ 牛乳130 あんぱん	牛乳、焼き豆腐、豚肉(肩ロース)、ゆであずき缶、米みそ、油揚げ、かつお節、木綿豆腐	ロールパン、三温糖、米、じゃがいも	もやし、ブロッコリー、たまねぎ、チンゲンサイ、えのきたけ、にんじん、ねぎ、カットわかめ	しょうゆ、みりん		エネルギー 357 kcal たんぱく質 20.2 g 脂質 16.7 g カルシウム 267 mg	

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 金	御飯 具たくさんみそ汁 たらの五目あんかけ かぼちゃごまあえ	牛乳100 パナナ 飲むヨーグルト 焼きビーフン	牛乳、たら、三角揚げ、 米みそ、豚肉(ばら)、ご ま、木綿豆腐	じゃがいも、ビーフン、 油、小麦粉、三温糖、 片栗粉、ごま油、米	かぼちゃ、たまねぎ、に んじん、ピーマン、こま つな、えのきたけ、たけ のこ(ゆで)、ごぼう、ね ぎ、しょうが、干しいた け	しょうゆ、酒、みりん、 コンソメ、食塩	エ ネ ル 343 kcal たんぱく質 20.7 g 脂 質 13.7 g カルシウム 235 mg
18 土	御飯 豚肉と白菜のあんかけうどん バナナヨーグルト	牛乳100 クッキー 牛乳130 たべっこどうぶつ	牛乳、ヨーグルト(無 糖)、豚肉(肩ロース)、 木綿豆腐	干しうどん、さといも(冷 凍)、三温糖、片栗粉、 米	バナナ、はくさい、だい ごん、にんじん、こまつ な、ねぎ	しょうゆ、みりん、食塩	エ ネ ル 539 kcal たんぱく質 18.3 g 脂 質 19 g カルシウム 338 mg
20 月	御飯 みそ汁(はくさい・だいごん) 肉じゃが(豚肉) キャベツのゆかりあえ	牛乳100 チーズ 牛乳130 じゃこトースト	牛乳、豚肉(肩ロース)、 とろけるチーズ、米み そ、しらす干し、粉チー ズ	じゃがいも、食パン、マ ヨネーズ、三温糖、油、 米	キャベツ、はくさい、に んじん、たまねぎ、だい ごん、ねぎ、あおのり	しょうゆ、みりん	エ ネ ル 375 kcal たんぱく質 18.8 g 脂 質 20.6 g カルシウム 292 mg
21 火	御飯 ハッシュドポーク チンゲン菜のしらす和え パイン缶	牛乳100 鉄ウエハース 牛乳130 米粉蒸しパン・小豆	牛乳、豆乳、豚肉(肩 ロース)、つぶしあん(砂 糖添加)、しらす干し、 木綿豆腐	じゃがいも、米粉、油、 三温糖、米	チンゲンサイ、パイン 缶、たまねぎ、マッシュ ルーム缶、しめじ、にん じん	ハヤシルウ、ケチャッ プ、ウスターソース、 しょうゆ	エ ネ ル 421 kcal たんぱく質 13.6 g 脂 質 19.6 g カルシウム 236 mg
22 水	御飯 豆腐みそ汁(さといも・ねぎ) 鮭と切干大根のあんかけ 和風サラダ	牛乳100 ヤクルトリッツ 飲むヨーグルト お子様スパゲティ(ツナ・トマト)	牛乳、さけ、木綿豆腐、 ツナ油漬缶、米みそ、 油揚げ、ごま	スパゲティ、さといも (冷凍)、油、三温糖、 片栗粉、ねりごま、米	キャベツ、こまつな、に んじん、きゅうり、ホー ルトマト缶詰、たまね ぎ、ねぎ、切り干しだい ごん、カットわかめ	みりん、しょうゆ、ケ チャップ、酢、食塩	エ ネ ル 346 kcal たんぱく質 23.2 g 脂 質 13.3 g カルシウム 261 mg
23 木	御飯 すまし汁(キャベツ・こまつな) 鶏肉のごまみそ焼き さつまいもマヨサラダ	牛乳100 ぱりんこ お茶・麦茶 鮭青菜おにぎり	鶏もも肉、ごま、米みそ	米、さつまいも、マヨ ネーズ、三温糖	キャベツ、こまつな、に んじん、きゅうり、えのき たけ、コーン(冷凍)	しょうゆ、みりん、食塩	エ ネ ル 332 kcal たんぱく質 15 g 脂 質 9.4 g カルシウム 111 mg
24 金	御飯 みそ汁(じゃがいも・ごぼう) 蒸し魚のとろみあん(にんじん) 切干大根のサラダ(ツナ)	牛乳100 パナナ 飲むヨーグルト ミルクゼリー(小倉)	牛乳、たら、ゆであずき 缶、ツナ油漬缶、米み そ、ゼラチン	じゃがいも、三温糖、片 栗粉、油、米	いちご、チンゲンサイ、 にんじん、きゅうり、え のきたけ、たまねぎ、ごぼ う、ねぎ、切り干しだい ごん	酢、酒、食塩	エ ネ ル 273 kcal たんぱく質 19.1 g 脂 質 8.1 g カルシウム 262 mg
25 土	親子バス遠足						エ ネ ル 0 kcal たんぱく質 0 g 脂 質 0 g カルシウム 0 mg
27 月	御飯 かき玉汁(えのき) (ス)厚揚げのケチャップ煮 はるさめ酢の物	牛乳100 チーズ 牛乳130 キャロットケーキ	牛乳、三角揚げ、卵、 豚肉(肩ロース)、ヨー グルト(加糖)、無塩パ ター、錦糸卵、ハム、ご ま	ホットケーキ粉、三温 糖、はるさめ、片栗粉、 油、ごま油、米、じゃが いも	にんじん、たまねぎ、 きゅうり、えのきたけ、干 しぶどう、コーン(冷 凍)、ねぎ	ケチャップ、しょうゆ、 酢、酒、ウスターソー ス、食塩、パセリ粉	エ ネ ル 477 kcal たんぱく質 21 g 脂 質 25.4 g カルシウム 315 mg
28 火	御飯 豆腐みそ汁(さといも・もやし) ひじき丼(具) ポテトサラダ(ハム)	牛乳100 鉄ウエハース 牛乳130 おやつ焼きうどん	牛乳、木綿豆腐、鶏ひ き肉、豚肉(ばら)、凍り 豆腐、米みそ、ハム	じゃがいも、干しうど ん、さといも(冷凍)、マ ヨネーズ、三温糖、ごま 油、油、米	にんじん、こまつな、 きゅうり、もやし、コーン (冷凍)、キャベツ、え のきたけ、たまねぎ、 しょうが、ひじき、カット わかめ、あおのり	ウスターソース、しょう ゆ、酒、食塩	エ ネ ル 371 kcal たんぱく質 18.2 g 脂 質 19 g カルシウム 260 mg
29 水	昭和の日						エ ネ ル 0 kcal たんぱく質 0 g 脂 質 0 g カルシウム 0 mg
30 木	御飯 みそ汁(さつまいも・ねぎ) さわらの竜田揚げ もやしと小松菜の塩ごまあえ	牛乳100 ぱりんこ 牛乳130 いちごジャムサンド	牛乳、さわら、米みそ、 油揚げ、ごま	食パン、さつまいも、片 栗粉、油、三温糖、米	こまつな、もやし、チン ゲンサイ、いちごジャ ム、たまねぎ、にんじ ん、ねぎ、しょうが	みりん、しょうゆ、食塩	エ ネ ル 386 kcal たんぱく質 19 g 脂 質 15.6 g カルシウム 259 mg
( )							エ ネ ル kcal たんぱく質 g 脂 質 g カルシウム mg
( )							エ ネ ル kcal たんぱく質 g 脂 質 g カルシウム mg

# 献立表

2026年04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
02(木)	昼食	軟飯 五目みそ汁(豆腐・さといも) ポークチャップ(平肉) 白菜とほうれん草のおかか和え	軟飯 五目みそ汁(豆腐・さといも) 野菜煮(豚・玉葱・法連草・人参)	お粥 みそ汁 湯豆腐 茹で野菜(大根・人参・法連草)	お粥 煮汁 湯豆腐 茹で野菜(大根・人参・法連草)
03(金)	昼食	軟飯 豆腐みそ汁(なばな・にんじん) 赤魚の揚げおろし煮 はるさめサラダ	軟飯 豆腐みそ汁(なばな・にんじん) 煮魚 茹で野菜(じゃが芋・人参)	お粥 みそ汁 茹で魚 茹で野菜(じゃが芋・人参・なばな)	お粥 煮汁 茹で魚 茹で野菜(じゃが芋・人参・なばな)
04(土)	昼食	軟飯 ちゃんぽん風うどん ヨーグルト(ブルーベリー)	軟飯 煮込みうどん(豚・豆腐・キャベツ・玉葱・人参) 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)
06(月)	昼食	軟飯 わかめスープ(キャベツ) マーボー豆腐(たまねぎ) 大根の中華和え	軟飯 すまし汁(キャベツ) 和風麻婆豆腐(豚・豆腐・玉葱・大根・法連草)	お粥 すまし汁 湯豆腐 茹で野菜(大根・人参・法連草)	お粥 煮汁 湯豆腐 茹で野菜(大根・人参・法連草)
07(火)	昼食	軟飯 カレーライス キャベツの磯和え(こまつな) バナナ	軟飯 すまし汁(キャベツ・人参) 肉じゃが(豚・じゃが芋・玉葱・人参)	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)
08(水)	昼食	軟飯 豚汁(かぼちゃ) さけの塩焼き ほうれん草とコーンの和え物	軟飯 豚汁(かぼちゃ) 煮魚 茹で野菜(南瓜・法連草・大根)	お粥 みそ汁 茹で魚 茹で野菜(南瓜・法連草・大根)	お粥 煮汁 茹で魚 茹で野菜(南瓜・法連草・大根)
09(木)	昼食	軟飯 みそ汁(切干しだいこん・玉ねぎ) 鶏肉のマーマレード焼き 小松菜のごまあえ(にんじん) パン缶	軟飯 みそ汁(切干しだいこん・玉ねぎ) 煮鶏(鶏・豆腐・南瓜・小松菜・人参)	お粥 みそ汁 湯豆腐 茹で野菜(南瓜・玉葱・人参)	お粥 煮汁 湯豆腐 茹で野菜(南瓜・玉葱・人参)
10(金)	昼食	軟飯 すまし汁(ちんげん菜・えのき) さけのちゃんちゃん焼き(しめじ) 粉ふき芋(青のり)	軟飯 すまし汁(ちんげん菜・えのき) 煮魚 茹で野菜(じゃが芋・法連草)	お粥 すまし汁 茹で魚 茹で野菜(じゃが芋・法連草・人参)	お粥 煮汁 茹で魚 茹で野菜(じゃが芋・法連草・人参)
11(土)	昼食	軟飯 ラーメン(もやし・わかめ) オレンジヨーグルト	軟飯 煮込みうどん(もやし・キャベツ・人参・じゃが芋) ヨーグルト	お粥 すまし汁 湯豆腐 茹で野菜(キャベツ・人参・じゃが芋)	お粥 煮汁 湯豆腐 茹で野菜(キャベツ・人参・じゃが芋)
13(月)	昼食	軟飯 豆腐みそ汁(こまつな・ねぎ) 豚肉のしょうが焼き(たまねぎ) ひじきのツナ酢あえ(もやし)	軟飯 豆腐みそ汁(こまつな・ねぎ) 肉野菜煮(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・小松菜・玉葱)	お粥 煮汁 湯豆腐 茹で野菜(じゃが芋・小松菜・玉葱)
14(火)	昼食	軟飯 中華丼(キャベツ)・具 もやしとわかめのナムル パン缶	軟飯 すまし汁(こまつな・もやし) 和風八宝菜(豚・キャベツ・人参・豆腐)	お粥 すまし汁 湯豆腐 茹で野菜(さつまいも・キャベツ・人参)	お粥 煮汁 湯豆腐 茹で野菜(さつまいも・キャベツ・人参)
15(水)	昼食	軟飯 五目みそ汁(かぼちゃ・だいこん) 白身魚の照り焼き ゆでスナップえんどう さつまいもの甘煮	軟飯 五目みそ汁(かぼちゃ・だいこん) 煮魚 茹で野菜(スナップえんどう・さつまいも)	お粥 みそ汁 茹で魚 茹で野菜(さつまいも・南瓜・大根)	お粥 煮汁 茹で魚 茹で野菜(さつまいも・南瓜・大根)
16(木)	昼食	軟飯 みそ汁(もやし・あげ) 肉豆腐 ブロッコリーと人参のおかか和え	軟飯 みそ汁(もやし・あげ) 肉豆腐(豚・豆腐・ブロッコリー・玉葱・人参)	お粥 みそ汁 湯豆腐 茹で野菜(じゃが芋・ブロッコリー・人参)	お粥 煮汁 湯豆腐 茹で野菜(じゃが芋・ブロッコリー・人参)
17(金)	昼食	軟飯 具たくさんみそ汁 たちの五目あんかけ かぼちゃごまあえ	軟飯 具たくさんみそ汁 煮魚 茹で野菜(南瓜・人参)	お粥 みそ汁 茹で魚 茹で野菜(南瓜・じゃが芋・人参)	お粥 煮汁 茹で魚 茹で野菜(南瓜・じゃが芋・人参)
18(土)	昼食	軟飯 豚肉と白菜のあんかけうどん バナナヨーグルト	軟飯 煮込みうどん(豚・白菜・大根・人参・小松菜・豆腐) ヨーグルト	お粥 すまし汁 湯豆腐 茹で野菜(白菜・大根・人参)	お粥 煮汁 湯豆腐 茹で野菜(白菜・大根・人参)
20(月)	昼食	軟飯 みそ汁(はくさい・だいこん) 肉じゃが(豚肉) キャベツのゆかりあえ	軟飯 みそ汁(はくさい・だいこん) 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(白菜・じゃが芋・人参)	お粥 煮汁 湯豆腐 茹で野菜(白菜・じゃが芋・人参)
21(火)	昼食	軟飯 ハッシュドポーク チンゲン菜のしらす和え パン缶	軟飯 すまし汁(じゃが芋・人参) 肉豆腐(豚・豆腐・チンゲン菜・人参)	お粥 すまし汁 湯豆腐 茹で野菜(じゃが芋・人参)	お粥 煮汁 湯豆腐 茹で野菜(じゃが芋・人参)
22(水)	昼食	軟飯 豆腐みそ汁(さといも・ねぎ) 鮭と切干大根のあんかけ 和風サラダ	軟飯 豆腐みそ汁(さといも・ねぎ) 煮魚 茹で野菜(キャベツ・人参)	お粥 みそ汁 ゆで魚 茹で野菜(キャベツ・人参)	お粥 煮汁 ゆで魚 茹で野菜(キャベツ・人参)
23(木)	昼食	軟飯 すまし汁(キャベツ・こまつな) 鶏肉のごまみそ焼き さつまいもマヨサラダ	軟飯 すまし汁(キャベツ・こまつな) 芋煮(鶏・さつまいも・人参・キャベツ)	お粥 すまし汁 湯豆腐 茹で野菜(さつまいも・人参・キャベツ)	お粥 煮汁 湯豆腐 茹で野菜(さつまいも・人参・キャベツ)
24(金)	昼食	軟飯 みそ汁(じゃがいも・ごぼう) 蒸し魚のとろみあん(にんじん) 切干大根のサラダ(ツナ) いちご	軟飯 みそ汁(じゃが芋・ごぼう) 煮魚 茹で野菜(人参・じゃがいも)	お粥 みそ汁 茹で魚 茹で野菜(人参・じゃがいも)	お粥 煮汁 茹で魚 茹で野菜(人参・じゃがいも)
25(土)	昼食	親子バス遠足			
27(月)	昼食	軟飯 かき玉汁(えのき) (ス)厚揚げのケチャップ煮 はるさめ酢の物	軟飯 すまし汁(えのき) 煮豆腐(豚・豆腐・玉葱・人参・じゃが芋)	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)
28(火)	昼食	軟飯 豆腐みそ汁(さといも・もやし) ひじき丼(具) ポテトサラダ(ハム)	軟飯 豆腐みそ汁(さといも・もやし) 煮込み野菜(鶏・キャベツ・人参・小松菜・じゃが芋)	お粥 みそ汁 湯豆腐 茹で野菜(キャベツ・人参・じゃが芋)	お粥 煮汁 湯豆腐 茹で野菜(キャベツ・人参・じゃが芋)
29(水)	昼食	昭和の日			
30(木)	昼食	軟飯 みそ汁(さつまいも・ねぎ) さわらの竜田揚げ もやしと小松菜の塩ごまあえ	軟飯 みそ汁(さつまいも・ねぎ) 煮魚 茹で野菜(じゃが芋・小松菜)	お粥 みそ汁 茹で魚 茹で野菜(さつまいも・小松菜)	お粥 煮汁 茹で魚 茹で野菜(さつまいも・小松菜)