

# 献 立 表

2021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		
02 ( 月 )	ごはん 中華どんぶり 中華風和え物(もやし) すいか	牛乳100 チーズ 牛乳130 ゆでとうもろこし	牛乳、豚肉(もも)、うずら 卵水煮缶、かまぼこ	三温糖、片栗粉、ごま油 、米	すいか、とうもろこし、はく さい、たまねぎ、もやし、 こまつな、にんじん、たけ のこ、ピーマン、しょうが 、干しいたけ	しょうゆ、酢、酒、鶏がら スープの素、食塩、こし ょう	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	271 kcal 14.4 g 10.2 g 206 mg
03 ( 火 )	ごはん みそ汁(チンゲン菜・わかめ) かじきのさっぱり甘酢ソース いんげんのごま和え(キャベツ)	牛乳100 鉄ウエハース 牛乳130 七夕ゼリー	牛乳、かじき、米みそ、 ゼラチン、ごま	三温糖、油、片栗粉、米	みかん缶、パン缶、た まねぎ、キャベツ、チン ゲンサイ、いんげん、に んじん、えのきたけ、カッ トわかめ	しょうゆ、酢、酒	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	360 kcal 18.5 g 15.3 g 219 mg
04 ( 水 )	ごはん 豆腐すまし汁(だいこん・おくら) 豚肉とキャベツのみそ炒め さつま芋とにんじんのオレンジ煮	ヤクルト リッツ 飲むヨーグルト バナナ かんぱん	牛乳、豚肉(肩ロース)、 木綿豆腐、米みそ	さつまいも、三温糖、油、 米	バナナ、キャベツ、にん じん、たまねぎ、だいこん 、オレンジ濃縮果汁、赤 ピーマン、ピーマン、ね ぎ、オクラ、しょうが、にん にく	酒、しょうゆ、食塩	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	382 kcal 14.8 g 13.1 g 219 mg
05 ( 木 )	ごはん みそ汁(かぼちゃ・なす) 炒り豆腐(ちくわひじき) きゅうりの土佐和え	牛乳100 ミニサラダ お茶・麦茶 カレーピラフ	木綿豆腐、豚ひき肉、ち くわ、米みそ、かつお節	米、油、片栗粉、三温糖	バナナ、きゅうり、かぼち ゃ、たまねぎ、にんじん、 なす、ピーマン、さやえ んどう、うめ干し、ひじき 、干しいたけ	しょうゆ、ケチャップ、ウ スターソース、みりん、 コンソメ、カレー粉、食 塩	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	361 kcal 11.7 g 5.8 g 102 mg
06 ( 金 )	ごはん 豆腐の具だくさん汁(なす) 鮭の塩焼き きんぴらごぼう(いんげん・ごま)	牛乳100 チーズ 飲むヨーグルト マカロニきな粉	牛乳、さけ、木綿豆腐、 米みそ、きな粉、ごま	マカロニ、三温糖、ごま 油、米	オレンジ、にんじん、ご ぼう、なす、ねぎ、いんげ ん	しょうゆ、食塩	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	312 kcal 20.5 g 8.7 g 206 mg
07 ( 土 )	ごはん とん汁うどん パンヨーグルト	牛乳100 鉄ウエハース 牛乳130 かつばえびせん	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	パン缶、だいこん、に んじん、ごぼう、ねぎ、干 しいたけ	みりん	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	470 kcal 15.7 g 17.9 g 251 mg
09 ( 月 )	振替休日						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

# 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				
10 火	ごはん バナナ コーンスープ(わかめ) チーズミートなす 粉ふき芋	牛乳100 鉄ウエハース 牛乳130 米粉蒸しパン・黒糖	牛乳、豚ひき肉、豆乳、 ピザ用チーズ、ゆであず き缶	じゃがいも、米粉、油、黒 砂糖、米	バナナ、たまねぎ、なす 、ホールトマト缶詰、ピー マン、コーン(冷凍)、に んじん、カットわかめ、パ セリ	コンソメ、食塩、こしょう	エネルギー 440 kcal たんぱく質 15.9 g 脂 質 18.2 g カルシウム 296 mg				
11 水	ごはん 豆腐すまし汁(わかめ) 鯖の味噌煮 かぼちゃの枝豆あんかけ	ヤクルトリッツ 飲むヨーグルト パン・ぶどうぱん	牛乳、さば、木綿豆腐、 米みそ	ぶどうパン、三温糖、片 栗粉、米	かぼちゃ、チンゲンサイ 、たまねぎ、えだまめ(冷 凍)、しょうが、カットわか め	みりん、しょうゆ、酒、鶏 がらスープの素、食塩	エネルギー 439 kcal たんぱく質 20.9 g 脂 質 12.8 g カルシウム 195 mg				
12 木	ごはん すまし汁(チンゲン菜・えのき) 厚揚げのケチャップ煮 きゅうりの酢の物(みかん)	牛乳100 ミニサラダ 牛乳130 オレンジムースゼリー	牛乳、三角揚げ、生クリ ーム、豚肉(肩ロース)、 ゼラチン	三温糖、油、片栗粉、米	オレンジ濃縮果汁、きゅ うり、たまねぎ、みかん缶 詰、チンゲンサイ、にんじん 、コーン(冷凍)、えのき たけ、カットわかめ	ケチャップ、酢、しょうゆ 、中濃ソース、酒、食塩 、パセリ粉	エネルギー 403 kcal たんぱく質 16.7 g 脂 質 22.7 g カルシウム 310 mg				
13 金	ごはん 三色そぼろ丼(凍り豆腐・具) わかめスープ(コーン)	牛乳100 チーズ 牛乳130 カール	牛乳、鶏ひき肉、凍り豆 腐	三温糖、油、ごま油、米	ほうれんそう、にんじん、 コーン(冷凍)、葉ねぎ、 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	エネルギー 261 kcal たんぱく質 12.7 g 脂 質 12.9 g カルシウム 209 mg				
14 土	ごはん シチュー(ビーフ) スパゲティのサラダ(ソルト)	牛乳100 鉄ウエハース 牛乳130 サッポロポテト	牛乳、牛肉(もも)、ハム	じゃがいも、スパゲティ ー、オリーブ油、米	たまねぎ、にんじん、きゅ うり、キャベツ、ブロッコリ ー	ケチャップ、食塩	エネルギー 389 kcal たんぱく質 14.1 g 脂 質 18 g カルシウム 176 mg				
16 月	ごはん パイン缶 みそ汁(じゃが芋・ごぼう) 鶏肉のマーマレード焼き スパゲティのサラダ(マヨネーズ)	牛乳100 チーズ 牛乳130 スイートポテト(米粉・ごま)	牛乳、鶏もも肉、豆乳、 米みそ、ハム、ごま	さつまいも、じゃがいも、 スパゲティ、マヨネー ズ、米粉、三温糖、油、 オリーブ油、米	パイン缶、きゅうり、キャ ベツ、にんじん、ごぼう、 マーマレード、さやえん どう、しょうが	しょうゆ、酒、食塩	エネルギー 472 kcal たんぱく質 18.4 g 脂 質 16.8 g カルシウム 200 mg				
17 火	ごはん 野菜スープ(キャベツ) 野菜のキッシュ マセドアンサラダ	牛乳100 鉄ウエハース 牛乳130 コーンチーズトースト	牛乳、卵、絹ごし豆腐、 ベーコン、生クリーム、ピ ザ用チーズ	食パン、じゃがいも、マヨ ネーズ、油、米	たまねぎ、みかん缶、ト マト、きゅうり、キャベツ、 コーン(冷凍)、にんじん 、こまつな、ごぼう	ケチャップ、コンソメ、食 塩、こしょう	エネルギー 522 kcal たんぱく質 18.1 g 脂 質 30.9 g カルシウム 276 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		
18	ごはん (みそ汁(かぼちゃ・ねぎ) 水 さわらとごぼうの煮つけ ) おくらの梅和え	ヤクルトリッツ 飲むヨーグルト りんご寒天	牛乳、さわら、米みそ、 かつお節	三温糖、油、米	りんご濃縮果汁、かぼち ゃ、きゅうり、ごぼう、オク ラ、ねぎ、しょうが、うめ干 し、かんてん	しょうゆ、酒	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	281 kcal 14.8 g 7.4 g 179 mg
19	ごはん すいか (すまし汁(だいこん・にんじん) 木 鶏つくね(おから) ) チンゲン菜のしらすサラダ(キャベツ)	牛乳100 ミニサラダ 牛乳130 チーズのはさみ焼き	牛乳、鶏ひき肉、チーズ 、おから、しらす干し	ぎょうざの皮、片栗粉、マ ーガリン、油、米	すいか、チンゲンサイ、 たまねぎ、だいこん、キャ ベツ、にんじん、えのき たけ、しょうが	しょうゆ、酒、みりん、酢 、食塩	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	347 kcal 16.7 g 17.8 g 302 mg
20	ごはん パイン缶 (わかめスープ(もやし) 金 メルルーサの香り揚げ ) かぼちゃのそぼろあんかけ	牛乳100 チーズ 飲むヨーグルト 枝豆のケーキ	牛乳、メルルーサ、鶏ひ き肉、豆乳、卵	米粉、油、三温糖、小麦 粉、片栗粉、米	かぼちゃ、パイン缶、も やし、えだまめ(冷凍)、 コーン(冷凍)、ねぎ、し ょうが、カットわかめ、あ おのり	みりん、しょうゆ、鶏がら スープの素、酒、食塩	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	423 kcal 19.8 g 13.9 g 184 mg
21	ごはん (冷やし中華 土 オレンジヨーグルト )	牛乳100 鉄ウエハース 牛乳130 たべっこどうぶつ	牛乳、ヨーグルト(無糖)、 卵、ハム	干し中華めん、三温糖、 ごま油、米	みかん缶、きゅうり、カット わかめ	しょうゆ、酢、鶏がらス ープの素、みりん	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	489 kcal 17.8 g 21.4 g 314 mg
23	ごはん オレンジ (コーンスープ(ねぎ) 月 ビーンズライス(夏)・具 ) きゅうりのゆかりあえ	牛乳100 チーズ お茶・麦茶 五目おにぎり	だいたい水煮缶詰、鶏ひ き肉、豚ひき肉	米、板こんにやく、油、米 粉	オレンジ、たまねぎ、きゅ うり、ホールトマト缶詰、ク リームコーン缶、にんじ ん、ごぼう、コーン(冷凍 )、ピーマン、ねぎ、いん げん、干しぶどう、干しし 	ケチャップ、酒、しょうゆ 、みりん、コンソメ、食塩 、カレー粉	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	393 kcal 14.8 g 9.1 g 89 mg
24	ごはん (みそ汁(豆腐・チンゲン菜) 火 豚肉のしょうが焼き(たまねぎ) ) にんじんとみかんのサラダ	牛乳100 鉄ウエハース 牛乳130 卵サンド	牛乳、豚肉(肩ロース)、 卵、木綿豆腐、米みそ	食パン、マヨネーズ、油、 米	たまねぎ、みかん缶、に んじん、チンゲンサイ、え のきたけ、しょうが、パセ リ	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	380 kcal 18.5 g 19.9 g 207 mg
25	ごはん (みそ汁(わかめ・もやし) 水 カレイ五目あんかけ ) おくらとキャベツの和え物	ヤクルトリッツ 飲むヨーグルト チーズポパイカップケーキ	牛乳、かれい、チーズ、 卵、米みそ、かまぼこ、 無塩バター	ホットケーキ粉、三温糖、 片栗粉、油、米	キャベツ、もやし、たまね ぎ、オクラ、ほうれんそう 、たけのこ、にんじん、し ょうが、カットわかめ、干 しいたけ	しょうゆ、酢、酒、みりん 、食塩	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	330 kcal 19.4 g 11 g 274 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		
26 木	ごはん バナナ みそ汁(なす・たまねぎ) 炒り豆腐 さっぱりポテトサラダ	牛乳100 ミニサラダ 牛乳130 おやつ・ツナスパゲティ	牛乳、木綿豆腐、ツナ油漬缶、卵、鶏ひき肉、おから、米みそ、油揚げ、バター	じゃがいも、スパゲティ、しらたき、油、三温糖、オリーブ油、米	バナナ、たまねぎ、にんじん、きゅうり、なす、えだまめ(冷凍)、ねぎ、マッシュルーム缶、干しいたけ、カットわかめ	しょうゆ、酢、みりん、酒、食塩	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	452 kcal 19.6 g 18.4 g 251 mg
27 金	ごはん みそ汁(こまつな・わかめ) すずきのエスカベージュ 切干大根とわかめのゴママヨ	牛乳100 チーズ ブルーソヨーグルト	ヨーグルト(無糖)、すずき、ツナ油漬缶、米みそ、ごま	マヨネーズ、三温糖、油、小麦粉、米	だいこん、こまつな、きゅうり、トマト、みかん缶、バナナ、パイン缶、たまねぎ、切干しだいこん、干しぶどう、カットわかめ、パセリ	酢、しょうゆ、食塩	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	325 kcal 15.9 g 16.9 g 197 mg
28 土	ごはん カレー風味のトマトライス・具 ブルーベリーヨーグルト	牛乳100 鉄ウエハース 牛乳130 バウムクーヘン	牛乳、豚肉(肩ロース)	三温糖、油、米粉、米	たまねぎ、ホールトマト缶詰、にんじん、コーン(冷凍)、ブルーベリージャム、しょうが、にんにく	コンソメ、食塩、カレー粉	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	419 kcal 16.8 g 17.7 g 294 mg
30 月	ごはん なし 五目みそ汁(かぼちゃ・ごぼう) 鶏肉の照焼 ゆで野菜(ブロッコリー)	牛乳100 チーズ 牛乳130 マーブルケーキ	牛乳、鶏もも肉、卵、バター、米みそ、油揚げ、脱脂粉乳	小麦粉、三温糖、油、片栗粉、米	なし、かぼちゃ、ブロッコリー、たまねぎ、きゅうり、にんじん、ごぼう、ねぎ、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	428 kcal 18.5 g 18.4 g 243 mg
31 火	ごはん オレンジ 野菜スープ れんこんバーグ ほうれん草のごま和え(もやし)	牛乳100 鉄ウエハース 牛乳130 スパゲティ・おやつ	牛乳、豚ひき肉、ウインナー、ごま	スパゲティ、じゃがいも、油、三温糖、ごま油、米	たまねぎ、オレンジ、もやし、ホールトマト缶詰、ほうれんそう、トマト、キャベツ、れんこん、ミックスベジタブル(冷凍)、ピーマン、にんじん	ケチャップ、コンソメ、ウスターソース、しょうゆ、食塩、ナツメグ、こしょう	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	439 kcal 19.6 g 21.6 g 237 mg
( )							エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	kcal g g mg
( )							エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	kcal g g mg

# 献立表

2021年08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
02(月)	昼食	軟飯 中華どんぶり 中華風和え物(もやし) すいか	軟飯 中華スープ(こまつな・にんじん) 煮物(豚白菜にんじん豆腐)	お粥 スープ 湯豆腐 ゆで野菜(白菜にんじんじゃがいも)	お粥 煮汁 湯豆腐 ゆで野菜(白菜にんじんじゃがいも)
03(火)	昼食	軟飯 みそ汁(チンゲン菜・わかめ) かじきのさっぱり甘酢ソース いんげんのごま和え(キャベツ)	軟飯 みそ汁(チンゲン菜・わかめ) 煮魚 ゆで野菜(にんじんキャベツ)	お粥 みそ汁 茹で魚 ゆで野菜(にんじんキャベツ)	お粥 煮汁 茹で魚 ゆで野菜(にんじんキャベツ)
04(水)	昼食	軟飯 豆腐すまし汁(だいこん・おくら) 豚肉とキャベツのみそ炒め さつま芋とにんじんのオレンジ煮	軟飯 豆腐すまし汁(だいこん・おくら) 煮物(豚豆腐キャベツ) さつま芋とにんじんの甘煮	お粥 すまし汁 湯豆腐 ゆで野菜(だいこんにんじんさつまいも)	お粥 煮汁 湯豆腐 ゆで野菜(だいこんにんじんさつまいも)
05(木)	昼食	軟飯 みそ汁(かぼちゃ・なす) 炒り豆腐(ちくわひじき) きゅうりの土佐和え バナナ	軟飯 みそ汁(かぼちゃ・なす) 炒り豆腐(豆腐にんじんたまねぎ)	お粥 みそ汁 湯豆腐 ゆで野菜(かぼちゃにんじん)	お粥 煮汁 湯豆腐 ゆで野菜(かぼちゃにんじん) バナナ
06(金)	昼食	軟飯 豆腐の具だくさん汁(なす) 鮭の塩焼き きんぴらごぼう(いんげん・ごま) オレンジ	軟飯 豆腐の具だくさん汁(なす) 煮魚 ゆで野菜(にんじんじゃがいも)	お粥 みそ汁 茹で魚 ゆで野菜(にんじんじゃがいも)	お粥 煮汁 茹で魚 ゆで野菜(にんじんじゃがいも)
07(土)	昼食	軟飯 とん汁うどん パンヨーグルト	軟飯 とん汁煮込みうどん ヨーグルト(無糖)	お粥 みそ汁 ゆで野菜(だいこんにんじんさつまいも)	お粥 煮汁 ゆで野菜(だいこんにんじんさつまいも)
10(火)	昼食	軟飯 コーンスープ(わかめ) チーズミートなす 粉ふき芋 バナナ	軟飯 コーンスープ(わかめ) 煮物(豚豆腐たまねぎじゃがいも)	お粥 スープ 湯豆腐 ゆで野菜(じゃがいもにんじんたまねぎ)	お粥 煮汁 湯豆腐 ゆで野菜(じゃがいもにんじんたまねぎ)
11(水)	昼食	軟飯 豆腐すまし汁(わかめ) 鯖の味噌煮 かぼちゃの枝豆あんかけ	軟飯 豆腐すまし汁(わかめ) 白身魚の味噌煮 ゆで野菜(かぼちゃにんじん)	お粥 すまし汁 茹で魚 ゆで野菜(かぼちゃにんじん)	お粥 煮汁 茹で魚 ゆで野菜(かぼちゃにんじん)
12(木)	昼食	軟飯 すまし汁(チンゲン菜・えのき) 厚揚げのケチャップ煮 きゅうりの酢の物(みかん)	軟飯 すまし汁(チンゲン菜・えのき) 煮物(豚豆腐たまねぎにんじん)	お粥 すまし汁 湯豆腐 ゆで野菜(にんじんじゃがいも)	お粥 煮汁 湯豆腐 ゆで野菜(にんじんじゃがいも)
13(金)	昼食	軟飯 三色そぼろ丼(凍り豆腐・具) わかめスープ(コーン)	軟飯 煮物(鶏たまねぎにんじんほうれんそう) わかめスープ(コーン)	お粥 ゆで野菜(たまねぎにんじんほうれんそう) スープ	お粥 ゆで野菜(たまねぎにんじんほうれんそう) 煮汁
14(土)	昼食	軟飯 シチュー(ビーフ) スパゲティのサラダ(ソルト)	軟飯 煮物(じゃがいもブロッコリーにんじん) すまし汁(キャベツにんじん)	お粥 ゆで野菜(じゃがいもブロッコリーにんじん) すまし汁	お粥 ゆで野菜(じゃがいもブロッコリーにんじん) 煮汁
16(月)	昼食	軟飯 みそ汁(じゃが芋・ごぼう) 鶏肉のマーマレード焼き スパゲティのサラダ(マヨネーズ) パン缶	軟飯 みそ汁(じゃが芋・ごぼう) 煮物(鶏豆腐) ゆで野菜(キャベツにんじん)	お粥 みそ汁 湯豆腐 ゆで野菜(じゃがいもキャベツにんじん)	お粥 煮汁 湯豆腐 ゆで野菜(じゃがいもキャベツにんじん)
17(火)	昼食	軟飯 野菜スープ(キャベツ) 野菜のキッシュ マセドアンサラダ	軟飯 野菜スープ(キャベツ) 煮豆腐 ゆで野菜(じゃがいもトマト)	お粥 スープ 湯豆腐 ゆで野菜(じゃがいもにんじん)	お粥 煮汁 湯豆腐 ゆで野菜(じゃがいもにんじん)
18(水)	昼食	軟飯 みそ汁(かぼちゃ・ねぎ) さわらとごぼうの煮つけ おくらの梅和え	軟飯 みそ汁(かぼちゃ・ねぎ) 白身魚の煮つけ ゆで野菜(さつまいもほうれんそうにんじん)	お粥 みそ汁 茹で魚 ゆで野菜(さつまいもほうれんそうにんじん)	お粥 煮汁 茹で魚 ゆで野菜(さつまいもほうれんそうにんじん)
19(木)	昼食	軟飯 すまし汁(だいこん・にんじん) 鶏つくね(おから) チンゲン菜のしらすサラダ(キャベツ) すいか	軟飯 すまし汁(だいこん・にんじん) 煮豆腐 ゆで野菜(じゃがいもにんじんキャベツ)	お粥 すまし汁 湯豆腐 ゆで野菜(じゃがいもにんじんキャベツ)	お粥 煮汁 湯豆腐 ゆで野菜(じゃがいもにんじんキャベツ)
20(金)	昼食	軟飯 わかめスープ(もやし) メルルーサの香り揚げ かぼちゃのそぼろあんかけ パン缶	軟飯 わかめスープ(もやし) 煮魚 かぼちゃのそぼろあんかけ	お粥 スープ 茹で魚 ゆで野菜(かぼちゃだいこん)	お粥 煮汁 茹で魚 ゆで野菜(かぼちゃだいこん)
21(土)	昼食	軟飯 冷やし中華 オレンジヨーグルト	軟飯 煮込みうどん ヨーグルト(無糖)	お粥 煮込みうどん	お粥 煮汁 ゆで野菜(にんじんじゃがいもたまねぎ)
23(月)	昼食	軟飯 コーンスープ(ねぎ) ピーズライス(夏)・具 きゅうりのゆかりあえ オレンジ	軟飯 コーンスープ(ねぎ) 煮物(豚豆腐たまねぎにんじん)	お粥 スープ 湯豆腐 ゆで野菜(たまねぎにんじんさつまいも)	お粥 煮汁 湯豆腐 ゆで野菜(たまねぎにんじんさつまいも)
24(火)	昼食	軟飯 みそ汁(豆腐・チンゲン菜) 豚肉のしょうが焼き(たまねぎ) にんじんとみかんのサラダ	軟飯 みそ汁(豆腐・チンゲン菜) 煮物(豚たまねぎにんじん)	お粥 みそ汁 湯豆腐 ゆで野菜(にんじんじゃがいも)	お粥 煮汁 湯豆腐 ゆで野菜(にんじんじゃがいも)
25(水)	昼食	軟飯 みそ汁(わかめ・もやし) カレー五目あんかけ おくらとキャベツの和え物	軟飯 みそ汁(わかめ・もやし) 煮魚 ゆで野菜(キャベツにんじんたまねぎ)	お粥 みそ汁 茹で魚 ゆで野菜(キャベツにんじんたまねぎ)	お粥 煮汁 茹で魚 ゆで野菜(キャベツにんじんたまねぎ)
26(木)	昼食	軟飯 みそ汁(なす・たまねぎ) 炒り豆腐 さっぱりポテトサラダ バナナ	軟飯 みそ汁(なす・たまねぎ) 炒り豆腐 ゆで野菜(じゃがいもにんじん)	お粥 みそ汁 湯豆腐 ゆで野菜(じゃがいもにんじん)	お粥 煮汁 湯豆腐 ゆで野菜(じゃがいもにんじん)
27(金)	昼食	軟飯 みそ汁(こまつな・わかめ) すずきのエスカベージュ 切干大根とわかめのゴママヨ	軟飯 みそ汁(こまつな・わかめ) 煮魚 ゆで野菜(にんじんかぼちゃだいこ)	お粥 みそ汁 茹で魚 ゆで野菜(にんじんかぼちゃだいこ)	お粥 煮汁 茹で魚 ゆで野菜(にんじんかぼちゃだいこ)
28(土)	昼食	軟飯 カレー風味のトマトライス・具 ブルーベリーヨーグルト	軟飯 煮物(豚豆腐たまねぎにんじん) ヨーグルト(無糖)	お粥 すまし汁 ゆで野菜(たまねぎにんじんさつまいも)	お粥 煮汁 ゆで野菜(たまねぎにんじんさつまいも)
30(月)	昼食	軟飯 五目みそ汁(かぼちゃ・ごぼう) 鶏肉の照焼 ゆで野菜(ブロッコリー) なし	軟飯 五目みそ汁(かぼちゃ・ごぼう) 煮物(鶏ブロッコリー)	お粥 みそ汁 湯豆腐 ゆで野菜(ブロッコリーかぼちゃたまねぎ)	お粥 煮汁 湯豆腐 ゆで野菜(ブロッコリーかぼちゃたまねぎ)
31(火)	昼食	軟飯 野菜スープ れんこんバーグ ほうれん草のごま和え(もやし) オレンジ	軟飯 野菜スープ 煮物(豚豆腐たまねぎ) ゆで野菜(ほうれん草じゃがいもキャベツ)	お粥 スープ 湯豆腐 ゆで野菜(ほうれん草じゃがいもキャベツ)	お粥 煮汁 湯豆腐 ゆで野菜(ほうれん草じゃがいもキャベツ)