

| 日 | 曜日 | 午前食+ミルク(10時~11時) | | 食 材 | | | その他 | | | | | | | | | |
|---------------|----|------------------|--|-------------|-------------|----------------|---------|---------|------------|-------|---------|---------|----------|-----------------|-----------------|------------|
| | | 午後食+ミルク(2時半~3時頃) | | 血や肉を作るもの(赤) | 熱や力となるもの(黄) | 体の調子をよくするもの(緑) | | 調味料等 | | | | | | | | |
| 17 28 | 木 | 7倍粥 | | 魚,かつお節 | 米 | キャベツ,人参 | 醤油,かつお節 | | | | | | | | | |
| | | 魚と野菜のおかか煮 | | | | | | 片栗粉 | 玉葱,葉葱 | 果物 | かつお節 | | | | | |
| | | みそ汁 | | | | | | | | | | 高野豆腐 | 葉葱 | かつお節 | | |
| | | 葉ねぎそうすい | | | | | | | | | | | | | 片栗粉 | キャベツ,玉葱 |
| 高野豆腐と野菜のふわふわ煮 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 15 29 | 火 | 7倍粥 | | 豚肉 | 米 | キャベツ,胡瓜,玉葱 | 醤油,かつお節 | | | | | | | | | |
| | | 豚肉と野菜の煮物 | | | | | | 片栗粉 | 人参,葱 | 果物 | 醤油,かつお節 | | | | | |
| | | 清汁 | | | | | | | | | | わかめ | 米 | かつお節 | | |
| | | わかめそうすい | | | | | | | | | | | | | 片栗粉 | 胡瓜,人参 |
| 豚と野菜の煮物 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2 16 30 | 水 | 7倍粥 | | 鶏肉 | 米 | 青菜,大根,人参 | 醤油,かつお節 | | | | | | | | | |
| | | 鶏肉と大根の煮物 | | | | | | 片栗粉 | 玉葱 | 果物 | かつお節 | | | | | |
| | | みそ汁 | | | | | | | | | | 食パン | 南瓜,青菜,玉葱 | | | |
| | | 7倍粥 | | | | | | | | | | | | 片栗粉 | | |
| 肉と南瓜のスープ | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3 31 | 木 | パン粥 | | 粉ミルク | 食パン | キャベツ,人参 | 醤油,かつお節 | | | | | | | | | |
| | | キャベツのそぼろ煮 | | | | | | 鶏肉 | 片栗粉 | 青菜,玉葱 | 果物 | 醤油,かつお節 | | | | |
| | | 野菜スープ | | | | | | | | | | | 米 | 人参 | かつお節 | |
| | | 人参そうすい | | | | | | | | | | | | | | 片栗粉,白砂糖 |
| 鶏のみどり野菜煮 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 4 18 | 金 | 煮込みうどん | | 豚肉 | 干しうどん,片栗粉 | 青菜,葱 | 醤油,かつお節 | | | | | | | | | |
| | | 野菜煮 | | | | | | 片栗粉 | 胡瓜,玉葱,人参 | 果物 | 醤油,かつお節 | | | | | |
| | | さつま芋そうすい | | | | | | | | | | 米,さつま芋 | かつお節 | | | |
| | | 豚の野菜煮 | | | | | | | | | | | | 片栗粉 | 玉葱,人参 | 醤油,かつお節 |
| 5 19 | 土 | 7倍粥 | | 豆腐 | 片栗粉 | 胡瓜,玉葱,人参 | 醤油,かつお節 | | | | | | | | | |
| | | 豆腐と野菜の煮物 | | | | | | 米 | チンゲン菜,葱 | 果物 | 醤油,かつお節 | | | | | |
| | | チンゲン菜のスープ | | | | | | | | | | 玉葱 | かつお節 | | | |
| | | 玉ねぎそうすい | | | | | | | | | | | | じゃが芋,片栗粉,白砂糖,玉ふ | 胡瓜,人参 | 醤油,かつお節 |
| 麩と野菜の煮物 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 7 21 | 月 | 7倍粥 | | 魚,みそ | 米 | キャベツ,玉葱,人参 | かつお節 | | | | | | | | | |
| | | 魚と野菜のみそ煮 | | | | | | 片栗粉,白砂糖 | 青菜,葱 | 果物 | 醤油,かつお節 | | | | | |
| | | 青菜のスープ | | | | | | | | | | 米 | 葱 | かつお節 | | |
| | | ねぎそうすい | | | | | | | | | | | | | さつま芋,片栗粉 | 玉葱,人参 |
| 鶏とさつま芋の煮物 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 8 | 火 | 7倍粥 | | 鶏肉 | 米 | 人参,小松菜 | 醤油,かつお節 | | | | | | | | | |
| | | さつま芋のそぼろ煮 | | | | | | 豆腐,みそ | 片栗粉,三温糖 | 葉葱 | 果物 | かつお節 | | | | |
| | | 豆腐のみそ汁 | | | | | | | | | | | 米 | 人参 | | |
| | | きな粉粥7倍 | | | | | | | | | | | | | さつま芋,片栗粉,白砂糖,玉ふ | 醤油,かつお節 |
| 野菜と麩のひじき煮 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 22 | 火 | 7倍粥 | | 豆腐 | 米 | キャベツ,胡瓜,人参 | 醤油,かつお節 | | | | | | | | | |
| | | 豆腐の野菜煮 | | | | | | 片栗粉 | 葱 | 果物 | かつお節 | | | | | |
| | | みそ汁 | | | | | | | | | | じゃが芋 | キャベツ | かつお節 | | |
| | | キャベツそうすい | | | | | | | | | | | | | 片栗粉 | 玉葱,人参 |
| 豚肉とじゃが芋の煮物 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 9 23 | 水 | 7倍粥 | | 豚肉 | 米 | いんげん,玉葱,人参 | 醤油,かつお節 | | | | | | | | | |
| | | 豚肉と野菜煮 | | | | | | 片栗粉,三温糖 | 葉葱 | 果物 | 醤油,かつお節 | | | | | |
| | | 清汁 | | | | | | | | | | 玉ふ | | | | |
| | | パン粥 | | | | | | | | | | | 食パン | 玉葱,人参,葱 | 醤油,かつお節 | |
| 肉野菜スープ | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 10 24 | 木 | パン粥 | | 粉ミルク | 食パン | 胡瓜 | 醤油,かつお節 | | | | | | | | | |
| | | 豚肉とじゃが芋の煮物 | | | | | | 豚肉 | じゃが芋,片栗粉 | 玉葱,人参 | 果物 | 醤油,かつお節 | | | | |
| | | 野菜スープ | | | | | | | | | | | かつお節 | 米 | 胡瓜,玉葱 | かつお節 |
| | | おかかそうすい | | | | | | | | | | | | | | |
| 野菜のそぼろ煮 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 11 25 | 金 | 鶏野菜うどん | | 鶏肉 | 干しうどん,片栗粉 | 玉葱,人参 | 醤油,かつお節 | | | | | | | | | |
| | | みどり煮 | | | | | | 片栗粉 | キャベツ,胡瓜,青菜 | 果物 | 醤油,かつお節 | | | | | |
| | | グリーンピースそうすい | | | | | | | | | | 米 | グリーンピース冷 | かつお節 | | |
| | | 麩と野菜の煮物 | | | | | | | | | | | | | 片栗粉,麩 | キャベツ,玉葱,人参 |
| 12 26 | 土 | 7倍粥 | | 豆腐 | 米 | キャベツ,胡瓜,人参 | 醤油,かつお節 | | | | | | | | | |
| | | 豆腐の野菜煮 | | | | | | 片栗粉 | 葱 | 果物 | かつお節 | | | | | |
| | | みそ汁 | | | | | | | | | | じゃが芋 | キャベツ | かつお節 | | |
| | | キャベツそうすい | | | | | | | | | | | | | 米 | 玉葱,人参 |
| 豚肉とじゃが芋の煮物 | | | | | | | | | | | | | | | | |

○今月の使用予定果物：バナナ・みかん缶（入荷状況等により日々の使用果物を決定します）

○献立（食材）は、園の行事・その他の都合により、変更することがありますのでご了承ください。献立が変更になった場合は、お知らせします。