		10月幼児食	●卵 ▲乳 ドパナナ		※菓子類については、アレ	77 7 5000 64.06.6700
日曜日日	提供時間	献立		主な材料と体	内での働き	
付 日	TEIMORE		主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	調味料
		赤魚の西京焼き いり豆腐	赤魚・白みそ 木綿豆腐・豚肉	人参・玉葱・青葱	油・砂糖 ごま油・砂糖	みりん・酒 みりん・酒・淡口醤油
1 水	昼食	ごはん キャベツのすまし汁		キャベツ・玉葱・人参・青葱	*	淡口醤油・塩
	+140	フルーツ ♪レーズン蒸しパン		パイン缶 レーズン	小麦粉・砂糖	ベーキングバウダー
	おやつ	4       豚肉の塩だれ炒め	<b>▲牛乳</b> 豚肉	玉葱・人参・インゲン	ごま油	担
	昼食	プロッコリーのツナ和え ごはん	シーチキン	ブロッコリー・人参	米	淡口醤油
2 木	<u>=</u> X	豆腐のみそ汁	絹豆腐・味噌	玉葱・人参・青葱 オレンジ		
	おやつ	フルーツ ♪人参ケーキ	●卿・▲牛乳	人參	小麦粉・▲マーガリン・砂糖	ベーキングパウダー
	35, -	牛乳       かき揚げ	▲牛乳 ちくわ	南瓜・玉葱・ごぼう・インゲン	さつま芋・小麦粉・油	
	昼食	キュウリとささみの梅和え ごはん	ササミ	キャベツ・きゅうり・人参・緑豆もやし・ねり梅	砂糖米	淡口醤油
3 金		ほうれん草のみそ汁 フルーツ	あげ・味噌	ほうれん草・玉葱・人参・青葱 <b>Kパナナ</b>		
	おやつ	<ul><li>♪お麩ラスク</li><li>牛乳</li></ul>	▲牛乳		数・グラニュー糖・▲マーガリン	
		牛丼 チンゲン菜の和え物	牛肉	玉葱・人参・青葱 チンゲン菜・緑豆もやし・コーン・人参	米・糸こんにゃく・砂糖 砂糖	濃口醤油・みりん 濃口醤油
4 ±	昼食	数のみそ汁 フルーツ	絹豆腐・味噌	玉葱・人参・青葱 オレンジ	<b></b>	
	おやつ	おやつ (白い風船・ペジたべる) 牛乳	▲牛乳		白い風船・ペッだべる	
		うさぎライス ハンバーグ	ウインナー ▲ハンパーグ	グリーンピース 玉葱・ブロッコリー	米油	カレー粉・ケチャップ ケチャップ
6 月	昼食	マカロニサラダ 野菜のスープ		人参・きゅうり キャベツ・玉葱・人参・青葱	マカロニ・●マヨネーズ	ガラスープ・塩
		フルーツ	豆乳	オレンジ レーズン	さつま芋・砂糖	
	おやつ	♪スイートポテト 牛乳	□ 4 + 3. □ 18 mg/mg mg/mg/mg/mg/mg/mg/mg/mg/mg/mg/mg/mg/mg/m		砂糖・白ごま・黒ごま・油	港口醤油
		鶏肉の南部焼き 大豆の五目煮	大豆水煮	生姜 人参・れんこん・大根・インゲン	砂糖	渡口醤油 淡口醤油・みりん
7 火	昼食	ごはん わかめのスープ		わかめ・玉葱・人参・パセリ	*	ガラスープ・塩
	おやつ	フルーツ ♪ウインナーケーキ	ウインナー・豆乳	リンゴ	小麦粉・砂糖・油	ベーキングパウダー・ケチャップ
	00 (0 )	牛乳 豚肉の野菜たっぷり炒め	▲ <b>牛乳</b> 豚肉・赤味噌	キャベツ・玉葱・ビーマン・赤ビーマン	油	みりん
	昼食	ブロッコリーのコーン和え ごはん		ブロッコリー・人参・コーン	砂糖米	淡口醤油
8 水		麸のすまし汁 フルーツ		玉葱・人参・青葱 パイン缶	<b></b>	淡口醤油・塩
	おやつ	♪ジャムサンド 牛乳	▲牛乳	マーマレード	▲食パン	
		中3 内豆腐 小松菜の和え物	牛肉·木綿豆腐	白菜・玉葱・人参 こまつ菜・緑豆もやし・人参・コーン	砂糖砂糖	酒・濃口醤油 淡口醤油
9 木	昼食	が松来の利え物 ごはん さつま芋のみそ汁	味噌		1978年 米 さつま芋	
9 A		フルーツ		玉葱・人参・青葱 みかん缶		t: \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \
	おやつ	♪お好み焼き 牛乳	豚バラ・●卵・かつおぶし ▲牛乳	キャベツ・あおさ粉	小麦粉・油	だし汁・お好みソース
1,0	昼食	カレーライス 春雨サラダ	牛肉	玉葱・人参 キャベツ・人参・コーン	米・じゃが芋・油・カレーフレーク 春雨・砂糖・油	酢(米酢)・淡口醤油
10 金	おやつ	フルーツ ♪りんごゼリー		<b>Kバナナ</b> りんごジュース・粉寒天・洋梨缶	砂糖	
	00 (2)	<u>牛乳</u> 親子丼	<b>▲牛乳</b> 鶏肉・●卵	玉憩・青葱	砂糖・米	<b>みりん・濃口醤油</b>
	昼食	ロ菜のごま和え 大根のみそ汁	味噌	白菜・ほうれん草・コーン・人参 大根・玉葱・人参・青葱	砂糖・白ごま	淡口醤油
11 土	alert t	71W		オレンジ	量たべよ・かっぱえびせん	
	おやつ	ンルン(星たべよ・かっぱえびせん) 牛乳 肉じゃが	▲ <b>牛乳</b> 牛肉	玉葱・人参・グリーンビース	じゃが芋・油・砂糖	□ 源口醤油・みりん
	昼食	キャベツの梅和え ごはん	かつおぶし	キャベツ・きゅうり・人参・えのき・ねり梅	砂糖 米	淡口醤油
14 火	些民	大根のみそ汁	味噌	大根・玉葱・人参・青葱	*	
	おやつ	フルーツ ♪かぼちゃ蒸しパン		パイン缶 南瓜	小麦粉・砂糖・油	ベーキングパウダー
	00 (- 5	生乳 千草焼	<b>▲牛乳</b> 豚肉・●卵	玉葱・人参・しいたけ・きぬさや	砂糖・油	淡口醤油・みりん
	昼食	ナムル ごはん		きゅうり・ほうれん草・緑豆もやし・人参	ごま油・砂糖米	漫口認油
15 水		豆腐のスープ フルーツ	絹豆腐	玉葱・人参・青葱 リンゴ		ガラスープ・塩
L	おやつ	- ↑ ↑	▲牛乳		さつま芋・油・砂糖	
		鮭のマヨネーズ焼き かぼちゃの煮物	鮭	南瓜・インゲン	<ul><li>●マヨネーズ・油</li><li>砂糖</li></ul>	塩 淡口醤油・みりん
16 木	昼食	こはん わかめのみそ汁	味噌	わかめ・玉葱・人参・青葱	*	
10 1		フルーツ ♪パイナップルケーキ	●卿・▲牛乳	オレンジ パイン缶	小麦粉・▲マーガリン・砂糖	ベーキングパウダー
	おやつ	牛乳	▲ <b>牛乳</b> 鶏肉	71128	万栗粉・油	塩・コショー
		鶏肉の唐揚 ナボリタン	対対	玉葱・ピーマン	スパゲティ・油	ケチャップ・塩
17 金	昼食	フレンチサラダ ロールパン		キャベツ・きゅうり・人参・コーン	砂糖・油	酢 (米酢)
		きのこのスープ フルーツ		しめじ・えのき・玉葱・人参・バセリ <b>Kバナナ</b>		▲コンソメ <i>チ</i> キン
	おやつ	↑焼きみそおにぎり 牛乳	味噌 ▲ <b>牛乳</b>		*	濃□醤油・みりん
		そばめし ブロッコリーのおかか和え	豚肉・かつおぶし かつおぶし	キャベツ・玉葱・人参・あおさ粉 ブロッコリー・人参・コーン	焼きそば麺・米・油 砂糖	焼きそばソース 濃口醤油
18 ±	昼食	ま子のみそ汁 フルーツ	●帰・味噌	玉葱・人参・青葱 オレンジ		
	おやつ		<b>▲牛乳</b>	*****	マリー・おっとっと	
		さわらの磯辺焼き 金平れんこん	さわら	あおさ粉 れんこん・人参・きぬさや	小麦粉·油 油·砂糖	濃口醤油
20 月	昼食	エー・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	味噌	チンゲン菜・玉葱・人参・青葱	米・さつま芋・白ごま	淡口醤油・酒・みりん・塩
20 A		フルーツ	•#	みかん缶	小麦粉・砂糖・▲マーガリン	
	おやつ	♪クッキー 牛乳	▲牛乳	18 75 05		塩・ケチャップ・ウスターソース
		ハワイアンチキン 白菜のサラダ	鶏肉	パイン缶 白菜・キャベツ・きゅうり・人参	砂糖・油砂糖・油	塩・クチャッノ・リスターソース 酢(米酢)・淡口醤油
21 火	昼食	ごはん コーンのスープ		コーン・玉葱・人参・パセリ	*	▲コンソメ チキン・塩
	おやつ	フルーツ ♪豆腐ドーナツ	絹豆腐・豆乳	דעני	小麦粉・片栗粉・砂糖・油	
		<u>牛乳</u> 豚肉の炒め物	<b>▲牛乳</b> 豚肉	キャベツ・玉葱・しめじ・赤ピーマン	こま油	塩・濃口醤油
	昼食	マカロニサラダ ごはん	大豆水煮	人参・きゅうり	マカロニ・ <b>●マヨネーズ</b> 米	
22 水		じゃが芋のみそ汁 フルーツ	あげ・味噌	玉葱・人参・青葱 パイン缶	じゃが芋	
L	おやつ	<ul><li>♪紅茶のケーキ</li><li>牛乳</li></ul>	●房・▲牛乳 ▲牛乳		小麦粉・油・砂糖	ベーキングパウダー・紅茶
		場け豆腐のきのこあんかけ 切干大根サラダ	木総豆腐	玉葱・えのき・しいたけ・きぬさや 切干大根・人参・コーン・きゅうり・キャベツ	片栗粉·油·砂糖 砂糖·油	濃口醤油 酢 (米酢)
23 木	昼食	ライストラン ごはん 玉子スープ	• <b>7</b>	玉葱・人参・青葱	*	ガラスープ・塩
		ュースープ フルーツ ♪梅ちりおにぎり		オレンジ	*	3050
	おやつ	予価分りのにさり 牛乳 鶏の塩麹焼き	▲ <b>牛乳</b> 雞肉		塩麹・油	
	p <sub>0</sub>	小松菜とちくわの炒め煮	類々ちくわ	こまつ菜・キャベツ・人参	温趣·知 油·砂糖 米	濃口醤油
24 金	昼食	ごはん 南瓜のみそ汁	味噌	南瓜・玉葱・人参・青葱		
	おやつ	フルーツ ♪ツナポテトパイ +==	シーチキン A # 10	K/ <del>U)</del>	ギョーザの皮・じゃが芋・油	ケチャップ
		牛乳 みそ素込みうどん - ****= **	▲牛乳 豚肉・あげ・ちくわ・赤だし味噌・かつおぶし	大根・人参・玉葱・昆布・青葱	うどん Trainte Joh	うどんつゆ・淡口醤油・みりん
25 ±	昼食	人参サラダ フルーツ	ヴィンナー	キャベツ・人参・きゅうり オレンジ	砂糖・油	酢(米酢)・濃口醤油
	おやつ	おやつ(サッポロポテト・ココナッツサブレ) 牛乳	▲牛乳		998* DA* FF - 3379997* U	
	_	アジの南蛮風 高野豆腐の卵とじ	アジ 高野豆腐・● <b>卵</b>	玉葱・人参・ビーマン 人参・キヌサヤ	片栗粉・油・砂糖 砂糖	塩・コショー・酢・濃口醤油 淡口醤油・みりん
27 月	昼食	ごはん キャベツのみそ汁	味增	キャベツ・玉葱・人参・青葱	*	
	カルへ	フルーツ ♪フライドポテト		みかん缶	ナチュラルカットボテト・油	塩
	おやつ	4乳 鶏肉の和風ピカタ	<b>▲牛乳</b> 鶏肉・ <b>●卵</b>	青葱	小麦粉・油	塩・濃口醤油
	昼食	切干大根の炒め煮 ごはん	ちくわ	切干大根・人参・きぬさや	油·砂糖 米	浪口醤油
28 火		こはが 厚揚げのみそ汁 フルーツ	厚揚げ・味噌	玉葱・人参・青葱 リンゴ		
	おやつ	フルーシー プゆかりおにぎり 牛乳	▲牛乳	ゆかり	*	
		麻婆豆腐	▲午男 豚肉・木綿豆腐・赤味噌	玉葱・人参・青葱・生姜   Fうれん丼・緑戸左約  ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	油・砂糖・片栗粉 ごま油・砂糖・白ごま	澳口醤油 淡口醤油
20	昼食	ほうれん草の中華和え ごはん		ほうれん草・緑豆もやし・キャベツ・人参 わかめ・エ禁・人参・王禁	ごま油・砂糖・白ごま 米	
29 水		わかめのスープフルーツ		わかめ・玉葱・人参・青葱 パイン缶		ガラスープ・塩
	おやつ	♪ピザトースト 牛乳	シーチキン・▲ミックスチーズ ▲牛乳	玉葱・ピーマン	▲食パン	ケチャップ
	_	豚肉の生姜焼き 酢の物	豚肉	玉葱・人参・生姜 きゅうり・わかめ・コーン	油 香雨・砂糖	濃口醤油・みりん 酢(米酢)・濃口醤油
30 木	昼食	ごはん 玉子スープ	● <b>99</b>	玉葱・人参・青葱	*	ガラスープ・塩
	dessate -	フルーツ    ♪フルーツヨーグルト	▲ヨーグルト	オレンジ みかん缶・ <b>Kパナナ</b> ・パイン缶・黄桃缶		
	おやつ	生乳 ハロウィンハンバーグ	<u>▲牛乳</u> ハンパーグ かぼちゃ型	ליטוער דערערער		ケチャップ
	昼食	ハロッキンパンパーン ひじきサラダ ピラフ	大豆水煮	プロラーファイン ひじき・キャベツ・人参・コーン 人参・ビーマン・玉葱	**油	一 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・
31 金	空段	南瓜のシチュー		A S・ヒーマン・±窓 南瓜・玉葱・人参・しめじ・グリーンピース <b>K/パナ</b> ・		△クリームシチュー
	おやつ	フルーツ ♪ココア蒸しパン 牛乳	▲牛乳	1000	小麦粉・砂糖	ベーキングパウダー・ココア
		198	- · m		1	i

			10月完了期食 				
日付	曜日	提供時間	献立	\$1545\$**********************************	主な材料とな		ZD rek Visi
עו	-		赤魚の西京焼き	主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの油・砂糖	調味料みりん・酒
		昼食	いり豆腐にはん	木綿豆腐・豚肉	人参・玉葱・青葱	□ : ::::::::::::::::::::::::::::::::::	みりん・酒・淡口醤油
1	水	型及	ニャベツのすまし汁 フルーツ		キャベツ・玉葱・人参・青葱 パイン缶	*	淡口醤油•塩
		おやつ	フルーツ   ♪蒸しパン   仕到	牛乳	ハイン缶	小麦粉・砂糖	ベーキングパウダー
			豚肉の塩だれ炒め	<u> </u>	玉葱・人参・インゲン ブロッコリー・人参	ごま油砂糖	塩 淡口醤油
2	木	昼食	プロッコリーのツナ和え ごはん 豆腐のみそ汁	銀豆腐・味噌	- 五葱・人参・青葱	*	,火口器,但
2	小		フルーツ	99·牛乳	本本	小麦粉・マーガリン・砂糖	ベーキングパウダー
	<u> </u>	おやつ	♪人参ケーキ 牛乳	90° + 430 牛乳 ちくわ	南瓜・玉葱・インゲン	つま芋・油・砂糖	
		日会	五目煮 キュウリとささみの和え物	55() ##\$	岡川・玉葱・イングン キャベツ・きゅうり・人参・緑豆もやし	砂糖	腰口醤油・みりん 淡口醤油
3	金	昼食	ごはん ほうれん草のみそ汁	あげ・味噌	ほうれん草・玉葱・人参・青葱	*	
		おやつ	フルーツ ♪お麩ラスク		バナナ	麸・グラニュー糖・マーガリン	
			牛乳	牛乳       牛スライス	玉葱・人参・青葱	米・糸こんにゃく・砂糖	湯口醤油・みりん
4	±	昼食	チンゲン菜の和え物 <u>麩</u> のみそ汁	絹豆腐•味噌	チンゲン菜・緑豆もやし・コーン・人参 玉葱・人参・青葱	砂糖 麸	<b>港口醤油</b>
		おやつ	フルーツ おやつ(白い風船・バッ たべる)		オレンジ	白い風船・ペッたべる	
			牛乳   うさぎライス	生乳 ウインナー	グリーンピース	*	カレー粉・ケチャップ
		昼食	ハンバーグ マカロニサラダ	ハンバーグ	玉葱・ブロッコリー 人参・きゅうり	油 マカロニ・マヨネーズ	ケチャップ
6	月		野菜のスープ フルーツ		キャベツ・玉葱・人参・青葱 オレンジ		ガラスープ・塩
		おやつ	♪スイートポテト   牛乳	豆乳 牛乳		さつま芋・砂糖	
			鶏肉の南部焼き 大豆の五目煮	<b>鶏肉</b> 大豆水煮	生姜 人参・れんこん・大根・インゲン 冷ヤング	砂糖・白ごま・黒ごま・油 砂糖	濃口醤油 淡口醤油・みりん
7	火	昼食	ごはん わかめのスープ		わかめ・玉葱・人参・パセリ	*	ガラスープ・塩
		おやつ	フルーツ   ♪ウインナーケーキ	ウインナー・豆乳	リンゴ	小麦粉・砂糖・油	ベーキングパウダー・ケチャップ
		00 (0 )	牛乳	生乳 豚肉・赤味噌	キャベツ・玉葱・ピーマン・赤ピーマン	油	みりん
		昼食	プロッコリーのコーン和え ごはん		ブロッコリー・人参・コーン	砂糖 米	淡口醤油
8	水		麩のすまし汁 フルーツ		玉葱・人参・青葱 パイン缶	<b></b>	淡□醤油・塩
		おやつ	♪スティックジャムサンド 牛乳	牛乳	マーマレード	食パン	
			肉豆腐 小松菜の和え物	牛スライス・木総豆腐	白菜・玉葱・人参 こまつ菜・緑豆もやし・人参・コーン	砂糖 砂糖	酒·濃口醤油 淡口醤油
9	木	昼食	ごはん さつま芋のみそ汁	味噌	玉葱・人参・青葱	米さつま学	
		ちゅう	フルーツ ♪お好み焼き	豚バラ・卵・かつおぶし	みかん缶 キャベツ・あおさ粉	小麦粉・油	だし汁・お好みソース
-		おやつ	<u>牛乳</u> カレーポトフ	生乳 生肉	玉葱・人参	じゃが芋・油・カレーフレーク	
10	金	昼食	春雨サラダ フルーツ		キャベツ・人参・コーン バナナ	魯雨・砂糖・油	酢(米酢)・淡口醤油
		おやつ	♪りんごゼリー 生乳	牛乳	りんごジュース・粉寒天・洋梨缶	砂糖	
			親子丼 白菜のごま和え	第内・卵	玉葱・青葱 白菜・ほうれん草・コーン・人参	砂糖・米 砂糖・白ごま	みりん・濃口醤油 淡口醤油
11	±	昼食	大根のみそ汁フルーツ	味噌			
		おやつ	カやつ(星たべよ・かっぱえびせん) 牛乳	牛乳	1000	量たべよ・かっぱえびせん	
			内じゃが   キャベツの和え物	キスライス かつおぶし	玉葱・人参・グリーンピース キャベツ・きゅうり・人参・えのき	じゃが芋・油・砂糖 砂糖	濃口醤油・みりん 淡口醤油
1.4	火	昼食	ではん 大根のみそ汁	味噌	大根・玉葱・人参・青葱	*	incia in
14	Χ.		フルーツ   ♪かぼちゃ蒸しパン	W. 10	ハイン缶	小麦粉・砂糖・油	ベーキングパウダー
		おやつ	学売した。 子乳 子草焼	牛乳 豚肉・卵		砂糖・油	
		日会	ナムル ごはん	#하시스 * 9D	玉葱・人参・しいたけ・きぬさや きゅうり・ほうれん草・緑豆もやし・人参	でま治・砂糖 米	淡口醤油・みりん 濃口醤油
15	水	昼食	豆腐のスープ   フルーツ	絹豆腐	玉葱・人参・青葱 リンゴ	^	ガラスープ・塩
		おやつ	→ ルーラ   → 大学芋   牛乳	牛乳	972	さつま芋・油・砂糖	
			鮭のマヨネーズ焼き	鮭	there (A. Mah.)	マヨネーズ・油砂糖	塩 場合 10/
16	木	昼食	かぼちゃの煮物ごはん	味噌	南瓜・インゲン	*************************************	淡口醤油・みりん
16	不		わかめのみそ汁フルーツ		わかめ・玉葱・人参・青葱 オレンジ	小麦粉・マーガリン・砂糖	ベーキングパウダー
		おやつ	♪パイナップルケーキ 牛乳	卵・牛乳 牛乳	パイン缶		
			鶏肉衣焼き ナボリタン	鶏肉	玉葱・ピーマン	片栗粉・油・砂糖 スパゲティ・油	塩・酢(米酢)・みりん ケチャップ・塩
17	金	昼食	フレンチサラダ ロールパン		キャベツ・きゅうり・人参・コーン	砂糖・油ロールパン	酢(米酢)
			きのこのスープ フルーツ		しめじ・えのき・玉葱・人参・パセリ パナナ	W.	コンソメ チキン
		おやつ	♪焼きみそおにぎり 牛乳	味噌 牛乳	A SULTS IA TOUR	*	腰口醤油・みりん
		昼食	そばめし ブロッコリーのおかか和え	豚肉・かつおぶし かつおぶし	キャベツ・玉葱・人参・あおさ粉ブロッコリー・人参・コーン	焼きそば麺・米・油 砂糖	焼きそばソース 腰口醤油
18	±		玉子のみそ汁 フルーツ カン・カン・カン・カン・カン・カン・カン・カン・カン・カン・カン・カン・カン・カ	卵・味噌	玉葱・人参・青葱 オレンジ		
		おやつ	おやつ(マリー・おっとっと) 牛乳	牛乳		マリー・ぼたぼた焼き	
		日金	さわらの磯辺焼き金平れんこん	<u>්</u> ප්රාර	あおさ粉 れんこん・人参・きぬさや	小麦粉・油油・砂糖	湯口醤油
20	月	昼食	さつま芋ごはん チンゲン菜のみそ汁	味噌	チンゲン菜・玉葱・人参・青葱	米・さつま芋・白ごま	淡口醤油・酒・みりん・塩 
		おやつ	フルーツ ♪クッキー 上別	50	みかん缶	小麦粉・砂糖・マーガリン	
			ハワイアンチキン	生乳 鶏肉	パイン缶	砂糖・油	塩・ケチャップ・ウスターソース 酢 (米酢) ・ 淡口醤油
0.1	NI.	昼食	白菜のサラダ ではん		白菜・キャベツ・きゅうり・人参	砂糖·油 米	
21	火	<u> </u>	コーンのスープ フルーツ N体き可度に一十W	级市成。市里	コーン・玉葱・人参・パセリ リンゴ	小型型、上面型型、Zhatz 、2h	コンソメ チキン・塩
		おやつ	<ul><li>▶焼き豆腐ドーナツ</li><li>牛乳</li><li>床気の外外物</li></ul>	網豆腐・豆乳 牛乳	************************************	小麦粉・片栗粉・砂糖・油	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·
			豚肉の炒め物マカロニサラダ	豚肉   大豆水煮	キャベツ・玉葱・しめじ・赤ピーマン 人参・きゅうり	ごま油 マカロニ・マヨネーズ	塩・濃口醤油
22	水	昼食	ごはん じゃが芋のみそ汁	あげ・味噌	玉葱・人参・青葱	米 じゃが芋	
		おやつ	フルーツ   ♪ケーキ   # 団	99・牛乳	パイン缶	小麦粉・油・砂糖	ベーキングパウダー
			牛乳   豆腐のきのこあんかけ	生乳 木綿豆腐	玉葱・えのき・しいたけ・きぬさや	砂糖・片栗粉	製口醤油
000	_	昼食	切干大根サラダ ごはん エファ プ	60	切干大根・人参・コーン・きゅうり・キャベツ	砂糖・油米	酢(米酢)
23	不		エ子スープフルーツ	99	玉葱・人参・青葱 オレンジ か声じょうかか	N/	ガラスープ・塩
		おやつ	♪わかめおにぎり 牛乳	牛乳	炊き込みわかめ	*	
			鶏の塩麹焼き 小松菜とちくわの炒め煮	鶏肉ちくわ	こまつ菜・キャベツ・人参	塩麹・油油・砂糖	濃口醤油
24	金	昼食	ごはん 南瓜のみそ汁	味噌	南瓜・玉葱・人参・青葱	*	
		おやつ	フルーツ ♪ツナポテトパイ	シーチキン		ギョーザの皮・じゃが芋・油	ケチャップ
			生乳   きざみみそ煮込みうどん	生乳 豚肉・あげ・ちくわ・赤だし味噌・かつおぶし	大根・人参・玉葱・昆布・青葱	うどん	ラどんつゆ・淡口醤油・みりん 
25	±	昼食	人参サラダ フルーツ	ウインナー	キャベツ・人参・きゅうり オレンジ	砂糖・油	酢(米酢)・濃口醤油
		おやつ	おやつ(サッポロポテト・ココナッツサプレ) 牛乳	牛乳		<b>サッポ ロポ テト・ココナッササブ レ</b>	
			アジの南蛮風 高野豆腐の卵とじ	アジ高野豆腐・卵	玉葱・人参・ビーマン 人参・キヌサヤ	片栗粉·油·砂糖 砂糖	塩・コショー・酢・濃口醤油 淡口醤油・みりん
27	月	昼食	ごはん キャベツのみそ汁	味噌	キャベツ・玉葱・人参・青葱	*	
		414-	フルーツ ♪焼きポテト		みかん缶	ナチュラルカットボテト・油	塩
		おやつ	牛乳   鶏肉の和風ピカタ	生乳 鶏肉・卵	青葱	小麦粉・油	塩・濃口醤油
		昼食	切干大根の炒め煮 ごはん	ちくわ	切干大根・人参・きぬさや	油·砂糖 米	濃口醤油
28	火	L	厚揚げのみそ汁 フルーツ	原揚げ・味噌	玉葱・人参・青葱 リンゴ		
ĺ		おやつ	♪菜めしおにぎり 牛乳	牛乳	菜めし	*	
			麻婆豆腐 ほうれん草の中華和え	豚肉・木綿豆腐・赤味噌	玉葱・人参・青葱・生姜 ほうれん草・緑豆もやし・キャベツ・人参	油・砂糖・片栗粉 ごま油・砂糖・白ごま	濃口醤油 淡口醤油
29	水	昼食	にはん わかめのスープ		わかめ・玉葱・人参・青葱	*	ガラスープ・塩
		apos sub-	70,000   70,000 	シーチキン・ミックスチーズ	バイン伝 玉葱・ピーマン	食パン	ケチャップ
		おやつ	A	生乳 豚肉	玉葱・人参・生姜	油	濃口醤油・みりん
		昼食	酢の物 ごはん		きゅうり・わかめ・コーン	養雨·砂糖 米	酢(米酢)・濃口醤油
30	木		玉子スープ フルーツ	99	玉葱・人参・青葱 オレンジ		ガラスープ・塩
L		おやつ	♪フルーツヨーグルト 牛乳	ヨーグルト 牛乳	みかん缶・パナナ・パイン缶・黄桃缶		
			ハロウィンハンバーグ ひじきサラダ	ハンバーグ かぼちゃ型 大豆水煮	ブロッコリー ひじき・キャベツ・人参・コーン		ケチャップ 焙煎胡麻ドレ
1	金	昼食	ピラフ 南瓜のシチュー		人参・ピーマン・玉葱 南瓜・玉葱・人参・しめじ・グリーンピース	米•油	塩 クリームシチュー
31		1	フルーツ		バナナ	小麦粉・砂糖	ベーキングパウダー
31		おやつ	♪蒸しパン  牛乳	牛乳			1

	10月後期食 ※菓子類については、アレルギー表記していません。						
日付	日曜日提供時間献立				主な材料と体内での働き		
付	В	近江四回		主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	調味料
1	水	昼食	白身魚の煮物 人参煮 全粥	タラ	人参・キャベツ	*	濃口醤油・だし汁 濃口醤油・だし汁
'	<i>/</i> /\	おかつ	まか    すまし汁風   ♪蒸しパン		玉葱	小麦粉・砂糖	濃口醤油・だし汁 ベーキングパウダー
				豚肉	   ブロッコリー・玉葱	- 200 200	濃口醤油・だし汁 濃口醤油・だし汁
2	木	昼食	全粥と対風	味噌	人参	*	だし汁
		おやつ	♪さつま芋マッシュ  ささみの煮物	ササミ	7.5	さつま芋	濃口醤油・だし汁
3	金	昼食	さつま芋煮		南瓜・キャベツ・人参・インゲン	さつま芋	濃口醤油・だし汁
	312	おやつ	みそ汁風 ♪バナナ	味噌	ほうれん草 バナナ		だし汁
			豆腐の煮物 チンゲン菜煮	絹豆腐	チンゲン菜・人参		濃口醤油・だし汁 濃口醤油・だし汁
4	土	昼食	全粥のみぞ汁風	味噌	玉葱	米	だし汁
		おやつ	おやつ(マンナビスケット・玉子ボーロ) 白身魚のやわらか煮	タラ		マンナビ、スケット・玉子木・一口	濃口醤油・だし汁
6	月	昼食	キャベツ煮 全粥		キャベツ・玉葱・ブロッコリー	*	濃口醤油・だし汁
		おやつ	すまし汁風 ♪さつま芋マッシュ		人参	さつま芋	濃口醤油・だし汁
			ささみの煮物 大根煮	ササミ	大根•人参		濃口醤油・だし汁 濃口醤油・だし汁
7	火	昼食	全粥   すまし汁風		玉葱	*	濃口醤油・だし汁
		おやつ	♪リンゴと人参のやわらか煮 豚肉の煮物	豚肉	リンゴ・人参		濃口醤油・だし汁
8	水	昼食	ブロッコリー煮 全粥		ブロッコリー・玉葱・人参	*	濃口醤油・だし汁
		おやつ	すまし汁風   ♪ じゃが芋マッシュ		キャベツ	<u></u>	濃口醤油・だし汁
		昼食	豆腐の煮物 さつま芋煮	絹豆腐	人参・玉葱・こまつ菜	さつま芋	濃口醤油・だし汁 濃口醤油・だし汁
9	木		全粥みそ汁風	味噌	白菜	*	だし汁
		おやつ	♪かぼちゃマッシュ 白身魚のやわらか煮	タラ	南瓜		濃口醤油・だし汁
10	金	昼食	じゃが芋煮 全粥		玉葱•人参	じゃが芋 米	濃口醤油・だし汁
		おやつ	すまし汁風	(n	キャベツ バナナ		濃口醤油・だし汁
		昼食	豆腐の煮物 ほうれん草煮	絹豆腐	ほうれん草・玉葱・人参・白菜		濃□醤油・だし汁 濃□醤油・だし汁
11	土		全粥 みそ汁風	味噌	大根	*	だし汁
		おやつ	おやつ(マンナピスケット・玉子ポ-ロ) 白身魚の煮物	タラ		マンナビ、スケット・玉子が一口	濃口醤油・だし汁
14	火	昼食	大根煮全粥		大根・人参・キャベツ	*	濃口醤油・だし汁
		おやつ	みそ汁風 ♪かぼちゃマッシュ蒸しパン	味噌	南瓜	じゃが芋 小麦粉・砂糖	だし汁 ベーキングパウダー
1,-	=1.4	昼食	豚肉の煮物 ほうれん草煮	豚肉	ほうれん草・玉葱	N/	濃口醤油・だし汁 濃口醤油・だし汁
15	水		全粥すまし汁風		人参	*	濃口醤油・だし汁
			♪リンゴとさつま芋のやわらか煮 白身魚の煮物	タラ	リンゴ	さつま芋	濃口醤油・だし汁
16	木	昼食	かぼちゃ煮 全粥	庄崎	南瓜・人参・インゲン	*	濃口醤油・だし汁 だし汁
		おやつ	みそ汁風 ♪じゃが芋マッシュ	味噌   ササミ	玉葱	じゃが芋	たし汁   濃口醤油・だし汁
17	金	昼食	ささみの煮物  玉ねぎ煮  全粥		玉葱・人参	*	にし汁 だし汁
	717	おかつ	主物   すまし汁風   ♪バナナ		キャベツ バナナ		濃□醤油・だし汁
			IPハフク 豚肉の煮物  プロッコリー煮	豚肉	ハノノ     ブロッコリー・キャベツ・人参		濃口醤油・だし汁 濃口醤油・だし汁
18	土	昼食	全粥	味噌	大葱	*	辰 山 香油・た し / 1 だし汁
		おやつ	おやつ(マンナピスケット・玉子ポーロ)  白身魚の煮物	タラ		マンナビ スケット・玉子ボーロ	濃口醤油・だし汁
20	月	昼食	さつま芋煮		人参・玉葱	さつま芋米	濃口醤油・だし汁
	. 3	おやつ	みそ汁風 ♪バナナ	味噌	チンゲン菜 バナナ		だし汁
			ささみのトマト煮白菜煮	ササミ	白菜・人参・玉葱	砂糖	ケチャップ 濃口醤油・だし汁
21	火	昼食	全粥すまし汁風		キャベツ	*	濃口醤油・だし汁
-		おやつ	♪リンゴと人参のやわらか煮 豚肉の煮物	豚肉	リンゴ・人参		濃口醤油・だし汁
22	水	昼食	じゃが芋煮全粥		人参・玉葱	じゃが芋 米	濃口醤油・だし汁
		<u>お</u> やつ	みそ汁風 ♪かぼちゃマッシュ	味噌	キャベツ南瓜		だし汁
		昼食	豆腐の煮物 玉ねぎ煮	絹豆腐	玉葱・キャベツ		濃□醤油・だし汁 濃□醤油・だし汁
23	木		全粥   すまし汁風		人参	*	濃口醤油・だし汁
		おやつ	♪さつま芋マッシュ  ささみの煮物	ササミ		きつま芋	濃口醤油・だし汁
24	金	昼食	小松菜煮 全粥		こまつ菜・キャベツ・人参・玉葱	*	濃□醤油・だし汁
			みそ汁風 ♪ じゃが芋マッシュ	味噌	南瓜	じゃが芋	だし汁
25	±	昼食	煮込みうどん 豚肉の煮物	豚肉		うどん	濃□醤油・だし汁 濃□醤油・だし汁
∠5	<u> </u>	おやつ	キャベツ煮   おやつ(マンナビスケット・玉子ボーロ)		キャベツ・人参・玉葱・大根	マンナビ スケット・ 玉子ボーロ	濃□醤油・だし汁
		昼食	白身魚の煮物 高野豆腐の含め煮	タラ 高野豆腐	人参		濃□醤油・だし汁 濃□醤油・だし汁
27	月		全粥みそ汁風	味噌	キャベツ	*	だし汁
		おやつ	♪ じゃが芋マッシュ ささみの煮物	ササミ		じゃが芋	濃口醤油・だし汁
28	火	昼食	人参煮 全粥		人参	*	濃□醤油・だし汁
		おやつ	みそ汁風 ♪リンゴと人参のやわらか煮	味噌	玉葱 リンゴ・人参		だし汁
		昼食	豚肉の煮物  ほうれん草煮	豚肉	ほうれん草・玉葱・人参		濃口醤油・だし汁 濃口醤油・だし汁
29	水		全粥 すまし汁風		キャベツ	*	濃□醤油・だし汁
		おやつ	<ul><li>♪かぼちゃマッシュ</li><li>豆腐の煮物</li></ul>	絹豆腐	南瓜		濃口醤油・だし汁
30	木	昼食	人参煮 全粥		人参	*	濃口醤油・だし汁
		おやつ	すまし汁風 ♪バナナ		玉葱 パナナ		濃口醤油・だし汁
	^	昼食	白身魚の煮物 かぼちゃ煮	タラ	南瓜・玉葱・キャベツ・ブロッコリー		濃口醤油・だし汁 濃口醤油・だし汁
31	金		全粥すまし汁風		人参	*	濃口醤油・だし汁
		おやつ	♪さつま芋マッシュ蒸しパン			小麦粉・砂糖・さつま芋	ベーキングパウダー

	10月中期食 ※菓子類については、アレルギー表記していません。							
В	日 曜 提供時間 献立		おって			- 体内での働き		
付				主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	調味料	
1	水	昼食	白身魚のやわらか煮人参煮	タラ	人参・キャベツ	N/	塩・だし汁塩・だし汁	
'	小	おわつ	全粥   すまし汁風   ♪ じゃが芋マッシュ		玉葱	米 じゃが芋	塩・だし汁	
			豆腐の煮込み プロッコリー煮	絹豆腐	     ブロッコリー・玉葱	0 0 0 3 3	塩・だし汁塩・だし汁	
2	木	昼食	全粥し汁風		人参	*	塩・だし汁	
		おやつ	♪さつま芋マッシュ ささみの煮物	ササミ		さつま芋	塩・だし汁	
3	金	昼食	さつま芋煮		南瓜・キャベツ・人参・インゲン	さつま芋	塩・だし汁	
		おやつ	すまし汁風 ♪バナナ		ほうれん草 バナナ		塩・だし汁	
		昼食	豆腐の煮込み チンゲン菜煮	絹豆腐	チンゲン菜・人参		塩・だし汁 塩・だし汁	
4	土		全粥 すまし汁風		玉葱	米 麩	塩・だし汁	
		おやつ	おやつ(マンナピスケット・玉子ポーロ) 白身魚のやわらか煮	タラ		マンナビ スケット・ 玉子ボ -ロ	塩・だし汁	
6	月	昼食	キャベツ煮 全粥		キャベツ・玉葱・ブロッコリー	*	塩・だし汁	
		おやつ	すまし汁風   ♪さつま芋マッシュ   ささみの煮物		人参	さつま芋	塩・だし汁	
7	火	昼食	人参煮全粥	995	大根・人参	*	塩・だし汁	
'	^	おやつ	すまし汁風   ♪リンゴと人参のやわらか煮		五葱リンゴ・人参		塩・だし汁	
			白身魚のやわらか煮 ブロッコリー煮	タラ	ブロッコリー・玉葱・人参		塩・だし汁塩・だし汁	
8	水	昼食	全粥」すまし汁風		キャベツ	米	塩・だし汁	
		おやつ	♪じゃが芋マッシュ 豆腐の煮込み	絹豆腐		じゃが芋	塩・だし汁	
9	木	昼食	さつま芋煮 全粥		人参・玉葱・こまつ菜	さつま芋 米	塩・だし汁	
		おやつ	すまし汁風 ♪かぼちゃマッシュ		南瓜		塩・だし汁	
	^	昼食	白身魚のやわらか煮じゃが芋煮	タラ	玉葱・人参	じゃが芋	塩・だし汁塩・だし汁	
10	金		全粥すまし汁風		キャベツ	*	塩・だし汁	
			♪バナナ 豆腐の煮込み ほうれん 芦素	絹豆腐	パナナ		塩・だし汁	
11	土	昼食	ほうれん草煮 全粥 すまし汁風		ほうれん草・玉葱・人参・白菜 大根	*	塩・だし汁塩・だし汁	
		おやつ	すました風   おやつ(マンナビスケット・玉子ボーロ)   白身魚のやわらか煮	タラ	八作	マンナビ・スケット・玉子ボーロ	塩・だし汁	
14	火	昼食	大根煮		大根・人参・キャベツ	   *	塩・だし汁	
	7	おやつ	すまし汁風 ♪かぼちゃマッシュ		南瓜	じゃが芋	塩・だし汁	
		-	豆腐の煮込みほうれん草煮	絹豆腐	ほうれん草・玉葱		塩・だし汁塩・だし汁	
15	水	昼食	全粥すまし汁風		人参	*	塩・だし汁	
		おやつ	♪リンゴとさつま芋のやわらか煮 白身魚のやわらか煮	タラ	リンゴ	さつま芋	塩・だし汁	
16	木	昼食	かぼちゃ煮 全粥		南瓜・人参・インゲン	*	塩・だし汁	
		おやつ	すまし汁風 ♪じゃが芋マッシュ		玉葱	じゃが芋	塩・だし汁	
1.7	^	昼食	ささみの煮物 玉ねぎ煮	ササミ	玉葱•人参		塩・だし汁塩・だし汁	
17	金		すまし汁風		キャベツ	*	塩・だし汁	
			♪バナナ   白身魚のやわらか煮   ブロッコリー煮	タラ	バナナ     ブロッコリー・キャベツ・人参		塩・だし汁塩・だし汁	
18	土	昼食	全粥		玉葱	*	塩・だし汁	
		おやつ	おやつ(マンフナビスクット・玉子ボ-ロ) 白身魚のやわらか煮	タラ		マンナビ・スケット・玉子ボーロ	塩・だし汁	
20	月	昼食	さつま芋煮全粥		人参・玉葱	さつま芋米	塩・だし汁	
		おやつ	すまし汁風 ♪パナナ		チンゲン菜 バナナ		塩・だし汁	
		昼食	ささみの煮物白菜煮	ササミ	白菜・人参・玉葱		塩・だし汁塩・だし汁	
21	火		全粥   すまし汁風		キャベツ	*	塩・だし汁	
			♪リンゴと人参のやわらか煮 白身魚のやわらか煮	タラ	リンゴ・人参	じゅが芋	塩・だし汁	
22	水	昼食	じゃが芋煮 全粥 すまし汁風		人参・玉葱     キャベツ	じゃが芋 米	塩・だし汁塩・だし汁	
		おやつ	すまし汁風   ♪かぼちゃマッシュ   豆腐の煮込み	絹豆腐	南瓜		塩・だし汁	
23	木	昼食	玉ねぎ煮 全粥	_·-	玉葱・キャベツ	*	塩・だし汁	
		おやつ	すまし汁風 ♪ さつま芋マッシュ		人参	さつま芋	塩・だし汁	
			ささみの煮物 小松菜煮	ササミ	こまつ菜・キャベツ・人参・玉葱		塩・だし汁塩・だし汁	
24	金		すまし汁風		南瓜	*	塩・だし汁	
			♪じゃが芋マッシュ 煮込みうどん	40 == rits		じゃが芋 うどん	塩・だし汁	
25	土		豆腐の煮込みキャベツ煮	絹豆腐	キャベツ・人参・玉葱・大根	note 7kul TZ4° -	塩・だし汁塩・だし汁	
			おやつ(マンナピストット・玉子ポ-ロ) 白身魚のやわらか煮 玉わぎ者	タラ	玉葱・人参	マソナビ、スケット・玉子ボーロ	塩・だし汁塩・だし汁	
27	月	昼食	玉ねぎ煮   全粥   すまし汁風		本窓・人参   キャベツ	*	塩・たし汁塩・だし汁	
		おやつ	すまし汁風   ♪ じゃが芋マッシュ   ささみの煮物	<u></u>		じゃが芋	塩・だし汁	
28	火	昼食	人参煮全粥		人参	*	塩・だし汁	
		おやつ	すまし汁風 ♪リンゴと人参のやわらか煮		玉葱 リンゴ・人参		塩・だし汁	
		昼食	白身魚のやわらか煮 ほうれん草煮	タラ	ほうれん草・玉葱・人参		塩・だし汁塩・だし汁	
29	水		全粥  すまし汁風		キャベツ	*	塩・だし汁	
		おやつ	♪かぼちゃマッシュ 豆腐の煮込み	絹豆腐	南瓜		塩・だし汁	
30	木	昼食	人参煮 全粥		人参	*	塩・だし汁	
		おやつ	すまし汁風	n=	玉葱 パナナ		塩・だし汁	
24	<b>~</b>	昼食	白身魚のやわらか煮 かぼちゃ煮 全曜	タラ	南瓜・玉葱・キャベツ・ブロッコリー	本	塩・だし汁塩・だし汁	
31	金		全粥   すまし汁風   トネつま芸フッシュ		人参	*	塩・だし汁	
		いらうし	♪さつま芋マッシュ		I	さつま芋		

		提供時間	O月初期食	※菓子類については、アレルギー表記していません。 				
日付	曜日		献立		主な材料と体		=mekuu	
הו			白身魚のやわらか煮	主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	調味料	
1	水	昼食	人参煮全粥		人参・キャベツ	*		
		おやつ	すまし汁風 ♪じゃが芋ペースト 豆腐の煮込み	絹豆腐	玉葱	じゃが芋		
2	木	昼食	玉ねぎ煮 全粥	77.32.79	玉葱	*		
		おやつ	すまし汁風 ♪さつま芋ペースト		人参	きつま芋		
3	金	昼食	白身魚のやわらか煮 さつま芋煮 全粥	タラ	南瓜・キャベツ・人参	さつま芋 米		
	312	おやつ	すまし汁風 ♪つぶしバナナ		ほうれん草 バナナ			
		昼食	豆腐の煮込みチンゲン菜煮	絹豆腐	チンゲン菜・人参			
4	土		全粥 すまし汁風 おやつ(ハイハイン)		玉葱	米 数 ハイハイン		
			白身魚のやわらか煮キャベツ煮	タラ	キャベツ・玉葱			
6	月	<b>心</b> 及	全粥 すまし汁風		人参	*		
			♪さつま芋ペースト 豆腐の煮込み 人参煮	絹豆腐	大根・人参	さつま芋		
7	火	昼食	全粥すまし汁風		五葱	*		
		おやつ	♪リンゴと人参のペースト 白身魚のやわらか煮	タラ	リンゴ・人参			
8	水	昼食	玉ねぎ煮 全粥 すまし汁風		玉葱・人参    キャベツ	* * 数		
		おやつ	♪じゃが芋ペースト 豆腐の煮込み	絹豆腐		じゃが芋		
9	木	昼食	さつま芋煮全粥		人参・玉葱・こまつ菜	さつま芋 米		
		おやつ	すまし汁風 ♪かぼちゃペースト 白身魚のやわらか煮	タラ	南瓜			
10	金	昼食	じゃが芋煮 全粥		玉葱・人参	じゃが芋 米		
		おやつ	すまし汁風 ♪つぶしバナナ	ΔΩ ≡ σ <sup>2</sup> τ	キャベツ バナナ			
11	土	昼食	豆腐の煮込み ほうれん草煮 全粥	絹豆腐	ほうれん草・玉葱・人参・白菜	*		
	_		すまし汁風 おやつ(ハイハイン)		大根	ハイハイン		
4.4	, Ja	昼食	白身魚のやわらか煮大根煮	タラ	大根・人参・キャベツ	W		
14	火		全粥 すまし汁風 ♪かぼちゃペースト		<b>瓜南</b>	米 じゃが芋		
		昼食	豆腐の煮込みほうれん草煮	絹豆腐	ほうれん草・玉葱			
15	水		全粥 すまし汁風 ♪リンゴとさつま芋のペースト		人参 リンゴ	*		
			白身魚のやわらか煮かぼちゃ煮	タラ	南瓜・人参	さつま芋		
16	木	昼食	全粥 すまし汁風		玉葱	*		
			<ul><li>♪じゃが芋ペースト</li><li>豆腐の煮込み</li><li>玉ねぎ煮</li></ul>	絹豆腐	玉葱・人参	じゃが芋		
17	金	昼食	1400 点   全粥   すまし汁風		キャベツ	*		
			♪つぶしバナナ 白身魚のやわらか煮	タラ	N/J/			
18	土	昼食	キャベツ煮 全粥 すまし汁風		キャベツ・人参         玉葱	*		
		おやつ	おやつ(ハイハイン) 白身魚のやわらか煮	タラ	- Marie Marie	ハイハイン		
20	月	昼食	さつま芋煮全粥		人参・玉葱	さつま芋米		
		おやつ	すまし汁風 ♪つぶしバナナ 豆腐の煮込み	絹豆腐	チンゲン菜 バナナ			
21	火	昼食	白菜煮 全粥		白菜・人参・玉葱	*		
		おやつ	すまし汁風 ♪リンゴと人参のペースト 白身魚のやわらか煮	タラ	リンゴ・人参			
22	水	昼食	じゃが芋煮 全粥	90	人参・玉葱	じゃが芋 米		
		おやつ	すまし汁風 ♪かぽちゃペースト	AD Total	キャベツ南瓜			
23	木	昼食	豆腐の煮込み 玉ねぎ煮 全粥	絹豆腐	玉葱・キャベツ	*		
	1	おやつ	すまし汁風 ♪さつま芋ペースト		人参	さつま芋		
6.1		同食	白身魚のやわらか煮 小松菜煮	タラ	こまつ菜・キャベツ・人参・玉葱	M/		
24	金		全粥 すまし汁風 ♪じゃが芋ペースト		南瓜	じゃが芋		
			豆腐の煮込み キャベツ煮	絹豆腐	キャベツ・人参・玉葱	112 -		
25	土		すまし汁風 全粥		大根	*		
			おやつ(ハイハイン) 白身魚のやわらか煮 玉ねぎ煮	タラ	玉葱・人参	ハイハイン		
27	月	昼食	全粥すまし汁風		キャベツ	*		
		おやつ	<ul><li>♪じゃが芋ペースト</li><li>豆腐の煮込み</li><li>↓ 参考</li></ul>	絹豆腐	人参	じゃが芋		
28	火	昼食	人参煮 全粥 すまし汁風		人参   玉葱	*		
		おやつ	♪リンゴと人参のペースト 白身魚のやわらか煮	タラ	リンゴ・人参			
29	水	昼食	ほうれん草煮 全粥 すまし汁風		ほうれん草・人参・玉葱 キャベツ	*		
		おやつ	9 まし汁風 ♪かぽちゃペースト 豆腐の煮込み	絹豆腐	南瓜			
30	木	昼食	人参煮 全粥		人参	*		
		おやつ	すまし汁風 ♪つぶしバナナ 白身魚のやわらか煮	タラ	玉葱   パナナ			
31	金	昼食	けんしょう かんしょう しょう かんしょう しんしょう しんしょう はんしょ しんしょ しんしょ しんしょ しんしょ しんしょ しんしょ しんしょ		南瓜・玉葱・キャベツ	*		
		おやつ	すまし汁風 ♪さつま芋ペースト		人参	さつま芋		