

	月	火	水	木	金
	5	6	7	8	9
昼食				【煮野菜5種】 にんじん、きゅうり こまつな、玉ねぎ、さつまいも 【たんぱく質】 さけ	【煮野菜5種】 チンゲンサイ、にんじん きゅうり、玉ねぎ、かぼちゃ 【たんぱく質】 鶏ひき肉
昼食	【煮野菜5種】 玉ねぎ、きゃべつ、人参 こまつな、じゃが芋 【たんぱく質】 豆腐	【煮野菜5種】 玉ねぎ、きゅうり、人参 キャベツ、じゃが芋 【たんぱく質】 たら	【煮野菜5種】 人参、きゅうり、玉ねぎ ブロッコリー、じゃがいも 【たんぱく質】 納豆	【煮野菜5種】 いんげん、人参、もやし ほうれん草、かぼちゃ 【たんぱく質】 鶏ひき肉	【煮野菜5種】 人参、きゅうり、いんげん こまつな、さつまいも 【たんぱく質】 さけ
昼食	振替休日	【煮野菜5種】 ほうれん草、人参 大根、きゅうり、さつまいも 【たんぱく質】 たら	【煮野菜5種】 玉ねぎ、かぼちゃ、大根 きゅうり、キャベツ 【たんぱく質】 鶏ひき肉	【煮野菜5種】 もやし、玉ねぎ、人参 じゃが芋、キャベツ 【たんぱく質】 豆腐	【煮野菜5種】 チンゲンサイ、人参、玉ねぎ きゅうり、さつまいも 【たんぱく質】 納豆
昼食	【煮野菜5種】 かぼちゃ、ブロッコリー 大根、人参、こまつな 【たんぱく質】 さけ	【煮野菜5種】 きゅうり、じゃが芋、人参 きゃべつ、いんげん 【たんぱく質】 豆腐	【煮野菜5種】 人参、きゅうり、もやし さつまいも、ほうれん草 【たんぱく質】 納豆	【煮野菜5種】 玉ねぎ、人参、もやし ほうれん草、大根 【たんぱく質】 たら	【煮野菜5種】 玉ねぎ、人参、きゃべつ きゅうり、もやし 【たんぱく質】 鶏ささみ肉
昼食	【煮野菜5種】 人参、玉ねぎ、いんげん こまつな、かぼちゃ 【たんぱく質】 納豆	【煮野菜5種】 玉ねぎ、きゅうり、きゃべつ ブロッコリー、人参 【たんぱく質】 さけ	【煮野菜5種】 玉ねぎ、人参、もやし きゅうり、チンゲン菜 【たんぱく質】 鶏ひき肉	【煮野菜5種】 玉ねぎ、人参、いんげん ほうれん草、さつまいも 【たんぱく質】 たら	【煮野菜5種】 玉ねぎ、人参、もやし きゃべつ、かぼちゃ 【たんぱく質】 納豆

※献立表には、おかずの使用食材を示しています。味付けはせず、昆布だしのみ使用します。
 ※おかずの他に、主食（重湯や分粥、軟飯）と野菜スープを提供します。
 ※食材の形態については、月齢を目安に個別対応します。
 ※たんぱく質は、中期（月齢8～9か月頃）からの付加となります。

