

	月	火	水	木	金
	2	3	4	5	6
昼食	【煮野菜5種】 人参、きゅうり、さつまいも ほうれん草、ブロッコリー 【たんぱく質】 鶏ひき肉	【煮野菜5種】 にんじん、きゅうり、もやし かぼちゃ、玉ねぎ 【たんぱく質】 豆腐	【煮野菜5種】 にんじん、ほうれん草 じゃが芋、大根、もやし 【たんぱく質】 納豆	【煮野菜5種】 にんじん、きゅうり、玉ねぎ ブロッコリー、じゃが芋 【たんぱく質】 さけ	【煮野菜5種】 こまつな、にんじん きゅうり、玉ねぎ、かぼちゃ 【たんぱく質】 たら
	9	10	11	12	13
昼食	【煮野菜5種】 玉ねぎ、きゅうり、人参 ブロッコリー、かぼちゃ 【たんぱく質】 納豆	【煮野菜5種】 玉ねぎ、ほうれん草、人参 キャベツ、じゃが芋 【たんぱく質】 鶏ひき肉	【煮野菜5種】 人参、きゅうり、大根 こまつな、さつまいも 【たんぱく質】 さけ	【煮野菜5種】 大根、人参、玉ねぎ 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、ほうれん草 【たんぱく質】 豆腐
	16	17	18	19	20
昼食	敬老の日	【煮野菜5種】 玉ねぎ、人参、きゅうり チンゲン菜、かぼちゃ 【たんぱく質】 鶏ひき肉	【煮野菜5種】 玉ねぎ、じゃが芋、人参 きゅうり、キャベツ 【たんぱく質】 さけ	【煮野菜5種】 大根、玉ねぎ、人参 ほうれん草、キャベツ 【たんぱく質】 納豆	【煮野菜5種】 玉ねぎ、ほうれん草、大根 きゅうり、さつまいも 【たんぱく質】 たら
	23	24	25	26	27
昼食	振替休日	【煮野菜5種】 きゅうり、じゃが芋、人参 キャベツ、玉ねぎ 【たんぱく質】 納豆	【煮野菜5種】 人参、きゅうり、大根 じゃが芋、こまつな 【たんぱく質】 たら	【煮野菜5種】 玉ねぎ、人参、きゅうり ほうれん草、さつまいも 【たんぱく質】 鶏ひき肉	【煮野菜5種】 玉ねぎ、人参、キャベツ きゅうり、じゃが芋 【たんぱく質】 さけ
	30				
昼食	【煮野菜5種】 キャベツ、こまつな 人参、大根、かぼちゃ 【たんぱく質】 たら				

※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。

