

	月	火	水	木	金
	2	3	4	5	6
昼食	【煮野菜5種】 じゃが芋、人参、玉ねぎ きゅうり、ブロッコリー 【たんぱく質】 鶏ひき肉	【煮野菜5種】 かぼちゃ、人参、きゅうり こまつな、きゃべつ 【たんぱく質】 豆腐	【煮野菜5種】 きゅうり、かぼちゃ 人参、かぶ、ほうれん草 【たんぱく質】 たら	【煮野菜5種】 さつまいも、人参 もやし、だいこん、きゃべつ 【たんぱく質】 納豆	【煮野菜5種】 じゃが芋、人参 もやし、玉ねぎ、白菜 【たんぱく質】 さけ
	9	10	11	12	13
昼食	【煮野菜5種】 もやし、白菜、人参 玉ねぎ、だいこん 【たんぱく質】 たら	【煮野菜5種】 玉ねぎ、ほうれん草、人参 だいこん、さつまいも 【たんぱく質】 納豆	【煮野菜5種】 人参、白菜、玉ねぎ こまつな、かぼちゃ 【たんぱく質】 鶏ひき肉	【煮野菜5種】 人参、大根、里芋 きゃべつ、さつまいも 【たんぱく質】 豆腐	【煮野菜5種】 人参、きゅうり、玉ねぎ こまつな、じゃが芋 【たんぱく質】 さけ
	16	17	18	19	20
昼食	【煮野菜5種】 きゅうり、チンゲン菜、人参 だいこん、さつまいも 【たんぱく質】 豆腐	【煮野菜5種】 チンゲン菜、人参、きゅうり 玉ねぎ、じゃが芋 【たんぱく質】 鶏ひき肉	【煮野菜5種】 きゅうり、だいこん 人参、きゃべつ、里芋 【たんぱく質】 たら	【煮野菜5種】 玉ねぎ、きゅうり、人参 白菜、じゃが芋 【たんぱく質】 納豆	【煮野菜5種】 玉ねぎ、人参、白菜 きゅうり、かぼちゃ 【たんぱく質】 さけ
	23	24	25	26	27
昼食	【煮野菜5種】 もやし、さつまいも、人参 チンゲン菜、玉ねぎ 【たんぱく質】 たら	【煮野菜5種】 ブロッコリー、人参 きゅうり、玉ねぎ、じゃが芋 【たんぱく質】 納豆	【煮野菜5種】 きゅうり、きゃべつ、人参 だいこん、かぼちゃ 【たんぱく質】 鶏ひき肉	【煮野菜5種】 玉ねぎ、人参、もやし こまつな、じゃが芋 【たんぱく質】 さけ	【煮野菜5種】 白菜、玉ねぎ、人参 きゅうり、さつまいも 【たんぱく質】 豆腐
	30	31			
昼食	お休み	お休み			

※土曜日の献立は、じゃが芋・人参・玉ねぎ・たんぱく質(鮭・たら・納豆・鶏ひき肉)とさせていただきます。

※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。