

| 日 | 曜日 | メニュー | 主な材料 |
|----|----|------------------------------------|--|
| 1 | 金 | ごはん/鶏肉のケチャップ煮/粉ふき芋/小松菜とコーンの和え物/みそ汁 | 米/鶏肉/じゃがいも・あおのり/こまつな・にんじん・コーン/だいこん・にんじん・ごぼう・いんげん |
| 2 | 土 | ごはん/野菜と鶏肉の五目煮/だいこんときゅうりの和え物/みそ汁 | 米/鶏肉・キャベツ・たまねぎ・もやし・にんじん・しょうが/だいこん・きゅうり/じゃがいも・にんじん・豆腐 |
| 3 | 日 | | |
| 4 | 月 | | |
| 5 | 火 | 肉みそスパゲッティ/じゃが芋とツナの煮物/えのきとチンゲン菜のスープ | スパゲティ・豚ひき肉・にんじん・たけのこ・しいたけ/じゃがいも・ツナ缶・にんじん・いんげん/チンゲンサイ・たまねぎ・えのきだけ |
| 6 | 水 | ごはん/鶏肉と野菜の煮物/キャベツと人参の和え物 | 米/鶏肉・じゃがいも・たまねぎ・にんじん・しめじ・しいたけ・エリンギ/キャベツ・にんじん |
| 7 | 木 | ごはん/さわらの煮つけ/きんぴらごぼう/蒸しかぼちゃ/みそ汁 | 米/さわら/ごぼう・にんじん・豚ひき肉・いんげん/かぼちゃ/キャベツ・わかめ・たまねぎ |
| 8 | 金 | ごはん/筑前煮/白菜とツナのごま和え/みそ汁 | 米/鶏肉・れんこん・ごぼう・にんじん・たけのこ・こんにゃく・いんげん/はくさい・ツナ缶・にんじん・ごま/たまねぎ・もやし・わかめ |
| 9 | 土 | あんかけうどん/スティックきゅうり/みそ汁 | うどん・豚肉・はくさい・にんじん・しめじ/きゅうり/じゃがいも・にんじん・ごぼう・いんげん |
| 10 | 日 | | |
| 11 | 月 | ロールパン/野菜と豚肉のスープ煮/ブロッコリーのソテー | ロールパン/豚肉・たまねぎ・にんじん・じゃがいも・しめじ/ブロッコリー |
| 12 | 火 | ごはん/たらきのこみそ焼き/さつま芋の甘煮/みそ汁 | 米/たら・えのきだけ・はくさい/さつまいも/切り干しだいこん・たまねぎ・豆腐・わかめ |
| 13 | 水 | ごはん/納豆/炒り鶏/小松菜とコーンの和え物/みそ汁 | 米/納豆/鶏肉/こまつな・にんじん・コーン/えのきだけ・しめじ・たまねぎ・にんじん |
| 14 | 木 | ごはん/さわらの幽庵焼き/ほうれん草の白あえ/五目みそ汁/みかん | 米/さわら/ほうれんそう・にんじん・豆腐/かぼちゃ・たまねぎ・ごぼう・ねぎ/みかん |
| 15 | 金 | ごはん/さつまいもと豚肉の甘辛炒め/キャベツの磯あえ/みそ汁 | 米/さつまいも・豚肉/キャベツ・にんじん・あおのり/たまねぎ・だいこん・にんじん |

| 日 | 曜日 | メニュー | 主な材料(昼食) |
|----|----|--|--|
| 16 | 土 | 三色そぼろ丼/切干大根と小松菜のソテー/みそ汁/みかん | 米・鶏ひき肉・にんじん・ほうれんそう/切り干しだいこん・えのきだけ・こまつな/豆腐・なめこ・ねぎ |
| 17 | 日 | | |
| 18 | 月 | ごはん/さけ大根/小松菜の煮浸し/粉ふき芋/みそ汁 | 米/さけ・だいこん/こまつな・にんじん/じゃがいも・あおのり/豆腐・なめこ・ねぎ |
| 19 | 火 | 五目うどん/ポイルブロッコリー | うどん・豚肉・たまねぎ・にんじん・ちくわ/ブロッコリー |
| 20 | 水 | ごはん/れんこん肉団子/白菜とほうれん草の和え物/にんじんのシリシリ/みそ汁 | 米/豚ひき肉・鶏ひき肉・たまねぎ・れんこん/はくさい・ほうれんそう/にんじん・コーン/じゃがいも・ねぎ・わかめ |
| 21 | 木 | ロールパン/ポークビーンズ/ブロッコリーのおかか和え/コーンスープ | ロールパン/大豆・豚肉・にんじん・たまねぎ・じゃがいも/ブロッコリー・かつお節/コーン・クリームコーン・たまねぎ |
| 22 | 金 | ごはん/さばの煮つけ/さつま芋のきんぴら/スティックきゅうり/みそ汁 | 米/さば/さつまいも・にんじん/きゅうり/かぶ・かぶの葉 |
| 23 | 土 | | |
| 24 | 日 | | |
| 25 | 月 | ごはん/コーン入りハンバーグ/だいこんの煮物/茹でブロッコリー/みそ汁 | 米/豚ひき肉・コーン・ねぎ/だいこん/ブロッコリー/たまねぎ・にんじん・わかめ |
| 26 | 火 | ごはん/鮭のちゃんちゃん焼き/焼きかぼちゃ/みそ汁 | 米/さけ・キャベツ・にんじん・しめじ/かぼちゃ/もやし・だいこん・わかめ |
| 27 | 日 |  お誕生日会 | |
| 28 | 木 | ごはん/鶏つくねのあんかけ/ごぼうの煮物/小松菜の和え物/みそ汁 | 米/鶏ひき肉・れんこん・ねぎ/ごぼう/こまつな・にんじん・コーン/もやし・にんじん・わかめ |
| 29 | 金 | ごはん/豚そぼろ炒め/れんこんサラダ | 米・豚ひき肉・たまねぎ・にんじん・ピーマン・トマトピューレ/れんこん・きゅうり・キャベツ・にんじん・コーン |
| 30 | 土 | ごはん/豚肉の味噌煮/ほうれん草の白あえ/みそ汁 | 米/豚肉・パプリカ・チンゲンサイ・たまねぎ/ほうれんそう・にんじん・豆腐/だいこん・わかめ |

※午前・午後におやつ(赤ちゃんせんべい等)を提供しています。

※材料調達都合で変更する場合があります。

※このメニューは基本的な食材が記載されており、食材摂食状況に応じて使用する食材を変更し提供しています。