



日	曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
2	月	トマト粥 じゃが芋と玉ねぎ豆乳煮 にんじんとブロッコリー煮	くずもち 菜めし粥	豆乳	精白米・じゃが芋・砂糖・片栗粉	トマト缶・玉ねぎ・にんじん・ブロッコリー・菜めしの素
3	火	にんじん粥 キャベツと玉ねぎ豆乳煮 りんご甘煮	きな粉くずもち フルーツパン粥	豆乳・きな粉	精白米・砂糖・片栗粉・パン粉	にんじん・キャベツ・玉ねぎ・りんご・フルーツカクテル缶
4	水	お粥 高野とうふとだいこん煮 にんじんと麩のくたくた煮	みかんヨーグルト 豆乳パン粥	高野とうふ・ヨーグルト・豆乳	精白米・麩・砂糖・パン粉	だいこん・にんじん・みかん缶
5	木	おかか粥 とうふとにんじん煮 玉ねぎ豆乳煮	りんごゼリー きな粉パン粥	かつお節・とうふ・豆乳・きな粉	精白米・砂糖・パン粉	にんじん・玉ねぎ・りんごジュース・アガー
6	金	じゃが芋豆乳パン粥 磯とうふ にんじん甘煮	さつま芋くずもち 青のり粥	豆乳・とうふ	精白米・じゃが芋・パン粉・砂糖・さつま芋・片栗粉	青のり・にんじん
7	土	お粥 春雨とコーン豆乳煮 おかかじゃが芋	きな粉バナナ 豆乳いちごパン粥	豆乳・かつお節・きな粉	精白米・春雨・じゃが芋・砂糖・パン粉	コーン缶・バナナ・いちごジャム
9	月	豆乳粥 にんじんと麩のくたくた煮 みかんくずもち	くずもち コーン粥	豆乳	精白米・麩・砂糖・片栗粉	にんじん・みかん缶・コーン缶
10	火	お粥 磯とうふ にんじん甘煮	キャロットヨーグルト 豆乳バナナパン粥	とうふ・ヨーグルト・豆乳	精白米・砂糖・パン粉	青のり・にんじん・バナナ
11	水	トマトパン粥 だいこんとにんじん豆乳煮 パインくずもち	きな粉くずもち フルーツパン粥	豆乳・きな粉	パン粉・砂糖・片栗粉	トマト缶・だいこん・にんじん・みかん缶・パイン缶
12	木	コーン粥 白菜とにんじん豆乳煮 キャベツと麩煮	豆乳くずもち 青のりポテト	豆乳	精白米・麩・砂糖・片栗粉・じゃが芋	コーン缶・白菜・にんじん・キャベツ・青のり
13	金	コーン粥 ほうれん草と麩の煮物 にんじん豆乳煮	さつま芋甘煮 豆乳パン粥	豆乳	精白米・麩・さつま芋・砂糖・パン粉	コーン缶・ほうれん草・にんじん
14	土	お粥 高野とうふくず煮 麩とコーン煮	くずもち きな粉粥	高野とうふ・きな粉	精白米・砂糖・片栗粉・麩	コーン缶
16	月	青のり粥 キャベツとコーン豆乳煮 みかんくずもち	にんじんくず煮 おかか粥	豆乳・かつお節	精白米・砂糖・片栗粉	青のり・キャベツ・みかん缶・にんじん



日	曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
17	火	にんじん粥 じゃが芋磯煮 玉ねぎとコーン豆乳煮	きな粉くずもち 豆乳パン粥	豆乳・きな粉	精白米・じゃが芋・砂糖・片栗粉 粉・パン粉	にんじん・青のり・玉ねぎ・コーン 缶
18	水	お粥 だいこんと麩煮 にんじん豆乳煮	豆乳くずもち きな粉パン粥	豆乳・きな粉	精白米・麩・砂糖・片栗粉・パ ン粉	だいこん・にんじん
19	木	にんじん粥 おかかじゃが芋 ほうれん草と麩の煮物	くずもち フルーツヨーグルト	かつお節・ヨーグルト	精白米・じゃが芋・麩・砂糖・ 片栗粉	にんじん・ほうれん草・バナナ・み かん缶
20	金	豆乳パン粥 玉ねぎとコーン豆乳煮 キャベツと麩煮	じゃが芋の豆乳煮 おかか粥	豆乳・かつお節	精白米・麩・じゃが芋・砂糖・ パン粉	玉ねぎ・コーン缶・キャベツ
21	土	青のり粥 にんじんと麩のくたくた煮 だいこん豆乳煮	くずもち 豆乳いちごパン粥	豆乳	精白米・麩・砂糖・片栗粉・パ ン粉	青のり・にんじん・だいこん・いち ごジャム
23	月	かぼちゃ粥 かぶとブロッコリーの甘煮 にんじんと玉ねぎ豆乳煮	ヨーグルト 2色いちごパン粥	豆乳・ヨーグルト	精白米・砂糖・パン粉	かぼちゃ・かぶ・ブロッコリー・に んじん・玉ねぎ・いちごジャム
24	火	お粥 白菜と麩の豆乳煮 にんじんと玉ねぎ煮	オレンジゼリー じゃが芋磯煮	豆乳	精白米・麩・砂糖・じゃが芋	白菜・にんじん・玉ねぎ・オレンジ ジュース・アガー
25	水	トマト粥 ブロッコリーの豆乳煮 キャベツとコーン煮	かぼちゃの甘煮 青のり粥	豆乳	精白米・砂糖	トマト缶・ブロッコリー・キャベ ツ・コーン缶・かぼちゃ・青のり
26	木	お粥 麩のきな粉くず煮 キャベツ煮	ジャムヨーグルト 豆乳パン粥	きな粉・ヨーグルト・豆乳	精白米・麩・砂糖・片栗粉・パ ン粉	キャベツ・いちごジャム
27	金	豆乳粥 おかかじゃが芋 かぼちゃの甘煮	じゃが芋きな粉 フルーツゼリー	豆乳・かつお節・きな粉	精白米・じゃが芋・砂糖	かぼちゃ・黄桃缶・みかん缶・りん ごジュース・アガー
28	土	午前保育のみ 給食・午後おやつ無し	くずもち		砂糖・片栗粉	

※ 食材の入荷の都合上、献立が変更になる場合があります。ご了承ください。