日	完了	後期	中期	初期
2月	軟飯 米28.0g ささみと野菜の煮物 じゃがいも30.0g、にんじん10.0g、鶏ささみ25.0g しょうゆ1.0g、砂糖0.5g きゃべつのみそ汁 キヤベツ10.0g、みそ2.0g	粥 米14.0g ささみと野菜の煮物 じゃがいも30.0g、にんじん10.0g、鶏ささみ20.0g しょうゆ1.0g、砂糖0.5g きゃべつのみそ汁 キヤベツ10.0g、みそ2.0g	粥 米11.0g ささみと野菜の煮物 じゃがいも24.0g、にんじん8.0g 鶏ささみ16.0g、しょうゆ0.8g、砂糖0.4g きゃべつのみそ汁 キヤベツ8.0g、みそ1.6g	粥 米4.0g じゃがいも じゃがいも10.0g きゃべつのスープ キヤベツ10.0g
	チーズおやき 米28.0g、あおのり0.0g、粉チーズ0.2g、砂糖1.0g、しょうゆ2.0g かぶの煮物 かぶ30.0g ブロッコリー ブロッコリー15.0g	チーズおじや 米14.0g、あおのり0.0g、粉チーズ0.2g、しょうゆ2.0g かぶの煮物 かぶ30.0g ブロッコリー ブロッコリー15.0g	チーズおじや 米11.0g、粉チーズ0.2g、しょうゆ1.6g かぶの煮物 かぶ24.0g ブロッコリー ブロッコリー12.0g	
3日	そばろのあんかけうどん ゆでうどん80.0g、しょうゆ0.5g、鶏むねひき肉20.0g、たまねぎ3.0g しょうゆ2.0g、砂糖1.5g、片栗粉1.0g 大根の煮物 だいこん30.0g にんじんスティック にんじん20.0g	そばろのあんかけうどん ゆでうどん80.0g、しょうゆ0.5g、鶏むねひき肉20.0g、たまねぎ3.0g しょうゆ2.0g、砂糖1.5g、片栗粉1.0g 大根の煮物 だいこん30.0g にんじんスティック にんじん20.0g	そばろのあんかけうどん ゆでうどん60.0g、しょうゆ0.4g、鶏むねひき肉16.0g たまねぎ2.4g、しょうゆ1.6g、砂糖1.2g、片栗粉0.8g 大根の煮物 だいこん24.0g にんじんスティック にんじん16.0g	粥 米4.0g にんじん にんじん10.0g 大根のスープ だいこん10.0g
	二色ごはん 米28.0g、しらす干し10.0g、にんじん5.0g かぼちゃの煮物 かぼちゃ30.0g	二色粥 米14.0g、しらす干し10.0g、にんじん5.0g かぼちゃの煮物 かぼちゃ30.0g	二色粥 米11.0g、しらす干し8.0g、にんじん4.0g かぼちゃの煮物 かぼちゃ24.0g	
4日	軟飯 米28.0g 豆腐野菜あんかけ 絹ごし豆腐40.0g、にんじん3.0g、はくさい7.0g しょうゆ0.2g、片栗粉1.0g 茹ブロッコリー ブロッコリー15.0g 玉葱のみそ汁 たまねぎ10.0g、みそ3.0g	粥 米14.0g 豆腐野菜あんかけ 絹ごし豆腐30.0g、にんじん3.0g、はくさい7.0g しょうゆ0.2g、片栗粉1.0g 茹ブロッコリー ブロッコリー15.0g 玉葱のみそ汁 たまねぎ10.0g、みそ3.0g	粥 米11.0g 豆腐野菜あんかけ 絹ごし豆腐24.0g、にんじん2.4g、はくさい5.6g、しょうゆ0.2g、片栗粉0.8g 茹ブロッコリー ブロッコリー12.0g 玉葱のみそ汁 たまねぎ8.0g、みそ2.4g	粥 米4.0g 豆腐 絹ごし豆腐10.0g はくさいのスープ はくさい10.0g
	たらたきこみごはん 米28.0g、たら10.0g、いんげん1.0g、みそ0.5g じゃがいもと人参の煮物 じゃがいも30.0g、にんじん10.0g、しょうゆ1.0g、砂糖0.5g	たらと野菜のお粥 米14.0g、たら10.0g、いんげん1.0g、みそ0.5g じゃがいもと人参の煮物 じゃがいも30.0g、にんじん10.0g、しょうゆ1.0g、砂糖0.5g	たらと野菜のお粥 米11.0g、たら8.0g、いんげん0.8g、みそ0.4g じゃがいもと人参の煮物 じゃがいも24.0g、にんじん8.0g、しょうゆ0.8g、砂糖0.4g	
5日	食パン 食パン40.0g 鶏団子と野菜のスープ 鶏むねひき肉25.0g、たまねぎ15.0g、片栗粉6.0g キヤベツ20.0g、にんじん10.0g、しょうゆ1.0g さつま芋の煮物 さつまいも30.0g	パン粥 食パン30.0g、育児用ミルク3.0g 鶏団子と野菜のスープ 鶏むねひき肉20.0g、たまねぎ12.0g、片栗粉5.0g キヤベツ20.0g、にんじん10.0g、しょうゆ1.0g さつま芋の煮物 さつまいも30.0g	パン粥 食パン24.0g、育児用ミルク3.0g 鶏と野菜のスープ 鶏むねひき肉16.0g、たまねぎ10.0g、片栗粉4.0g、 キヤベツ16.0g、にんじん8.0g、しょうゆ0.8g さつま芋の煮物 さつまいも24.0g	粥 米4.0g さつま芋 さつまいも10.0g きゃべつのスープ キヤベツ10.0g
	きな粉おはぎ 米28.0g、きな粉5.0g、砂糖5.0g 大根の煮物 だいこん30.0g	きな粉粥 米14.0g、きな粉5.0g、砂糖5.0g 大根の煮物 だいこん30.0g	きな粉粥 米11.0g、きな粉4.0g、砂糖4.0g 大根の煮物 だいこん24.0g	
6日	軟飯 米28.0g 煮魚 かれい30.0g、しょうゆ1.0g、砂糖0.5g、片栗粉1.0g かぼちゃの煮物 かぼちゃ30.0g かぶのみそ汁 かぶ10.0g、みそ2.0g	粥 米14.0g 煮魚 かれい20.0g、しょうゆ1.0g、砂糖0.5g、片栗粉1.0g かぼちゃの煮物 かぼちゃ30.0g かぶのみそ汁 かぶ10.0g、みそ2.0g	粥 米11.0g 煮魚 かれい16.0g、しょうゆ0.8g、砂糖0.4g、 片栗粉0.8g かぼちゃの煮物 かぼちゃ24.0g かぶのみそ汁 かぶ8.0g、みそ1.6g	粥 米4.0g かぼちゃ かぼちゃ10.0g かぶのスープ かぶ10.0g
	食パン 食パン40.0g にんじんスティック にんじん20.0g ささみと白菜の和え物 鶏ささみ10.0g、はくさい20.0g、しょうゆ0.5g	パン粥 食パン30.0g、育児用ミルク3.0g にんじんスティック にんじん20.0g ささみと白菜の和え物 鶏ささみ10.0g、はくさい20.0g、しょうゆ0.5g	パン粥 食パン20.0g、育児用ミルク2.4g にんじんスティック にんじん16.0g ささみと白菜の和え物 鶏ささみ8.0g、はくさい16.0g、しょうゆ0.4g	
7日	野菜おじや 米28.0g、にんじん2.0g、たまねぎ2.0g、はくさい7.0g、しょうゆ0.5g トマト トマト20.0g わかめのみそ汁 わかめ0.2g、みそ2.0g	野菜おじや 米14.0g、にんじん2.0g、たまねぎ2.0g、はくさい7.0g しょうゆ0.5g トマト トマト20.0g わかめのみそ汁 わかめ0.2g、みそ2.0g	野菜おじや 米11.0g、にんじん1.6g、たまねぎ1.6g はくさい5.6g、しょうゆ0.4g トマト トマト16.0g わかめのみそ汁 わかめ0.2g、みそ1.6g	粥 米4.0g にんじん にんじん10.0g 白菜のスープ はくさい10.0g
	ささみたきこみごはん 米28.0g、鶏ささみ10.0g、いんげん1.0g、しょうゆ0.5g じゃがいもの煮物 じゃがいも30.0g、しょうゆ1.0g、砂糖0.5g	ささみといんげんのお粥 米14.0g、鶏ささみ10.0g、いんげん1.0g、しょうゆ0.5g じゃがいもの煮物 じゃがいも30.0g、しょうゆ1.0g、砂糖0.5g	ささみといんげんのお粥 米11.0g、鶏ささみ8.0g、いんげん0.8g、しょうゆ0.4g じゃがいもの煮物 じゃがいも24.0g、しょうゆ0.8g、砂糖0.4g	

9日	月	昼食	軟飯 米28.0g じゃがいものそばろあんかけ じゃがいも30.0g、鶏むねひき肉25.0g、たまねぎ10.0g、砂糖0.4g、しょうゆ0.8g、片栗粉2.0g にんじんの甘煮 にんじん20.0g 小松菜の味噌汁 こまつな10.0g、みそ2.0g	粥	米14.0g じゃがいものそばろあんかけ じゃがいも30.0g、鶏むねひき肉20.0g、たまねぎ8.0g、砂糖0.4g、しょうゆ0.8g、片栗粉2.0g にんじんの甘煮 にんじん20.0g 小松菜の味噌汁 こまつな10.0g、みそ2.0g	粥	米11.0g じゃがいものそばろあんかけ じゃがいも24.0g、鶏むねひき肉16.0g、たまねぎ6.0g、砂糖0.3g、しょうゆ0.6g、片栗粉1.6g にんじんの甘煮 にんじん16.0g 小松菜の味噌汁 こまつな8.0g、みそ1.6g	粥	米4.0g じゃがいも じゃがいも10.0g にんじんのスープ にんじん10.0g
		午後	きな粉サンド 食パン40.0g、きな粉3.0g、砂糖1.0g、片栗粉1.0g かぶのグラッセ かぶ30.0g、バター0.2g 茹ブロッコリー ブロッコリー15.0g	きな粉サンド 食パン30.0g、きな粉3.0g、砂糖1.0g、片栗粉1.0g かぶのグラッセ かぶ30.0g、バター0.2g 茹ブロッコリー ブロッコリー15.0g	きな粉サンド 食パン24.0g、きな粉2.4g、砂糖0.8g、片栗粉0.8g かぶのグラッセ かぶ24.0g、バター0.2g 茹ブロッコリー ブロッコリー12.0g				
10日	火	昼食	軟飯 米28.0g 鶏団子と野菜の煮物 鶏むねひき肉25.0g、たまねぎ15.0g、片栗粉6.0g、だいこん30.0g、にんじん10.0g、砂糖0.5g、しょうゆ1.0g きゃべつのみそ汁 キャベツ10.0g、みそ2.0g	粥	米14.0g 鶏団子と野菜の煮物 鶏むねひき肉20.0g、たまねぎ12.0g、片栗粉5.0g、だいこん30.0g、にんじん10.0g、砂糖0.5g、しょうゆ1.0g きゃべつのみそ汁 キャベツ10.0g、みそ2.0g	粥	米11.0g 鶏団子と野菜の煮物 鶏むねひき肉16.0g、たまねぎ10.0g、片栗粉4.0g、だいこん24.0g、にんじん8.0g、砂糖0.4g、しょうゆ0.8g きゃべつのみそ汁 キャベツ8.0g、みそ1.6g	粥	米11.0g だいこん だいこん10.0g きゃべつのスープ キャベツ10.0g
		午後	かぼちゃごはん かぼちゃ10.0g、米28.0g 豆腐と野菜のみそ煮 絹ごし豆腐30.0g、たまねぎ3.0g、はくさい7.0g、みそ1.0g	かぼちゃ粥 かぼちゃ10.0g、米14.0g 豆腐と野菜のみそ煮 絹ごし豆腐30.0g、たまねぎ3.0g、はくさい7.0g、みそ1.0g	かぼちゃ粥 かぼちゃ8.0g、米11.0g 豆腐と野菜のみそ煮 絹ごし豆腐24.0g、たまねぎ2.4g、はくさい5.6g、みそ0.8g				
11日	水	昼食	野菜うどん ゆでうどん80.0g、はくさい10.0g、にんじん2.0g、しょうゆ0.5g さつま芋の煮物 さつまいも30.0g 茹ブロッコリー ブロッコリー15.0g	野菜うどん ゆでうどん80.0g、はくさい10.0g、にんじん2.0g、しょうゆ0.5g さつま芋の煮物 さつまいも30.0g 茹ブロッコリー ブロッコリー15.0g	野菜うどん ゆでうどん60.0g、はくさい1.6g、にんじん2.0g、しょうゆ0.4g さつま芋の煮物 さつまいも24.0g 茹ブロッコリー ブロッコリー12.0g	粥	米4.0g さつま芋 さつまいも10.0g 白菜のスープ はくさい10.0g		
		午後	ささみのピラフ 米28.0g、鶏ささみ10.0g、にんじん2.0g、たまねぎ3.0g、バター1.0g ほうれん草お浸し ほうれん草20.0g、しょうゆ0.5g	ささみのリゾット 米14.0g、鶏ささみ10.0g、にんじん2.0g、たまねぎ3.0g、バター1.0g ほうれん草お浸し ほうれん草15.0g、しょうゆ0.5g	ささみのリゾット 米11.0g、鶏ささみ8.0g、にんじん1.6g、たまねぎ2.4g、バター0.8g ほうれん草お浸し ほうれん草12.0g、しょうゆ0.4g				
12日	木	昼食	軟飯 米28.0g 魚の野菜蒸し かれい30.0g、しょうゆ1.0g、にんじん3.0g、たまねぎ3.0g かぼちゃの煮物 かぼちゃ30.0g 大根のみそ汁 だいこん10.0g、みそ2.0g	粥	米14.0g 魚の野菜蒸し かれい20.0g、しょうゆ1.0g、にんじん3.0g、たまねぎ3.0g かぼちゃの煮物 かぼちゃ30.0g 大根のみそ汁 だいこん10.0g、みそ2.0g	粥	米11.0g 魚の野菜蒸し かれい16.0g、しょうゆ0.8g、にんじん2.4g、たまねぎ2.4g かぼちゃの煮物 かぼちゃ24.0g 大根のみそ汁 だいこん8.0g、みそ1.6g	粥	米4.0g 白身魚 かれい10.0g かぼちゃのスープ かぼちゃ10.0g
		午後	野菜おやき 米28.0g、にんじん3.0g、いんげん1.0g、砂糖1.0g、しょうゆ1.0g キャベツのお浸し キャベツ15.0g	野菜おじや 米14.0g、にんじん3.0g、いんげん1.0g、しょうゆ1.0g キャベツのお浸し キャベツ15.0g	野菜おじや 米11.0g、にんじん2.4g、いんげん0.8g、しょうゆ0.8g キャベツのお浸し キャベツ12.0g				
13日	金	昼食	軟飯 米28.0g 豆腐ボール 絹ごし豆腐40.0g、にんじん1.0g、パン粉2.0g、砂糖0.5g、しょうゆ1.0g かぶの煮物 かぶ30.0g 白菜のみそ汁 はくさい10.0g、みそ2.0g	粥	米14.0g 豆腐ボール 絹ごし豆腐30.0g、にんじん1.0g、パン粉2.0g、砂糖0.5g、しょうゆ1.0g かぶの煮物 かぶ30.0g 白菜のみそ汁 はくさい10.0g、みそ2.0g	粥	米11.0g 豆腐の人参ソースかけ 絹ごし豆腐24.0g、にんじん10.0g、しょうゆ0.2g かぶの煮物 かぶ24.0g 白菜のみそ汁 はくさい8.0g、みそ1.6g	粥	米4.0g 豆腐 絹ごし豆腐10.0g 白菜のスープ はくさい10.0g
		午後	しらすわかめごはん 米28.0g、しらす干し10.0g、わかめ0.3g じゃがいもの煮物 じゃがいも30.0g、しょうゆ1.0g、砂糖0.5g 小松菜のお浸し こまつな15.0g、しょうゆ0.5g	しらすわかめ粥 米14.0g、しらす干し10.0g、わかめ0.3g じゃがいもの煮物 じゃがいも30.0g、しょうゆ1.0g、砂糖0.5g 小松菜のお浸し こまつな15.0g、しょうゆ0.5g	しらすわかめ粥 米11.0g、しらす干し8.0g、わかめ0.2g じゃがいもの煮物 じゃがいも24.0g、しょうゆ0.8g、砂糖0.4g 小松菜のお浸し こまつな12.0g、しょうゆ0.4g				
14日	土	昼食	あんかけ御飯 米28.0g、鶏ささみ10.0g、にんじん3.0g、ほうれん草5.0g、しょうゆ0.5g、片栗粉5.0g じゃがいもの煮物 じゃがいも30.0g、しょうゆ1.0g、砂糖0.5g 玉葱のみそ汁 たまねぎ10.0g、みそ2.0g	あんかけ粥 米14.0g、鶏ささみ10.0g、にんじん3.0g、ほうれん草5.0g、しょうゆ0.5g、片栗粉5.0g じゃがいもの煮物 じゃがいも30.0g、しょうゆ1.0g、砂糖0.5g 玉葱のみそ汁 たまねぎ10.0g、みそ2.0g	あんかけ粥 米11.0g、鶏ささみ8.0g、にんじん2.4g、ほうれん草4.0g、しょうゆ0.4g、片栗粉4.0g じゃがいもの煮物 じゃがいも24.0g、しょうゆ0.8g、砂糖0.4g 玉葱のみそ汁 たまねぎ8.0g、みそ1.6g	粥	米4.0g じゃがいも じゃがいも10.0g にんじんのスープ にんじん10.0g		
		午後	野菜おじや 米28.0g、にんじん2.0g、たまねぎ2.0g、かぶ10.0g、しょうゆ1.5g キャベツのお浸し キャベツ15.0g	野菜おじや 米14.0g、にんじん2.0g、たまねぎ2.0g、かぶ10.0g、しょうゆ1.5g キャベツのお浸し キャベツ15.0g	野菜おじや 米11.0g、にんじん1.6g、たまねぎ1.6g、かぶ8.0g、しょうゆ1.2g キャベツのお浸し キャベツ12.0g				

17日	火	昼食	軟飯 米28.0g 肉団子のトマト煮 鶏むねひき肉25.0g、たまねぎ12.0g、片栗粉6.0g、トマト20.0g ケチャップ2.0g かぼちやの煮物 かぼちや30.0g かぶのみそ汁 かぶ10.0g、みそ2.0g	粥 米14.0g 肉団子のトマト煮 鶏むねひき肉20.0g、たまねぎ10.0g、片栗粉5.0g、トマト20.0g ケチャップ2.0g かぼちやの煮物 かぼちや30.0g かぶのみそ汁 かぶ10.0g、みそ2.0g	粥 米11.0g トマトそばろ煮 トマト24.0g、鶏むねひき肉16.0g たまねぎ10.0g、片栗粉4.0g かぼちやの煮物 かぼちや24.0g かぶのみそ汁 かぶ8.0g、みそ1.6g	粥 米4.0g かぼちや かぼちや10.0g かぶのスープ かぶ10.0g
		午後	にんじん御飯 米28.0g、にんじん10.0g 白菜とほうれんそうの煮浸し はくさい15.0g、ほうれんそう5.0g、しょうゆ0.5g	にんじん粥 米14.0g、にんじん10.0g 白菜とほうれんそうの煮浸し はくさい15.0g、ほうれんそう5.0g、しょうゆ0.5g	にんじん粥 米11.0g、にんじん8.0g 白菜とほうれんそうの煮浸し はくさい12.0g、ほうれんそう4.0g、しょうゆ0.4g	
18日	水	昼食	そばろのあんかけうどん ゆでうどん80.0g、しょうゆ0.5g、鶏むねひき肉20.0g、たまねぎ3.0g しょうゆ2.8g、砂糖1.5g、片栗粉1.0g 大根のみそ煮 だいこん30.0g、みそ1.0g、砂糖0.2g 人参の甘煮 にんじん30.0g	そばろのあんかけうどん ゆでうどん80.0g、しょうゆ0.5g、鶏むねひき肉20.0g、たまねぎ3.0g しょうゆ2.8g、砂糖1.5g、片栗粉1.0g 大根のみそ煮 だいこん30.0g、みそ1.0g、砂糖0.2g 人参の甘煮 にんじん30.0g	そばろのあんかけうどん ゆでうどん60.0g、しょうゆ0.4g、鶏むねひき肉16.0g、 たまねぎ2.4g、しょうゆ2.6g、砂糖1.2g、片栗粉0.8g 大根のみそ煮 だいこん28.0g、みそ0.8g、砂糖0.2g 人参の甘煮 にんじん24.0g	粥 米4.0g だいこん だいこん10.0g 人参のスープ にんじん10.0g
		午後	五平もち 米28.0g、米みそ(淡色辛みそ)2.0g、砂糖1.0g、片栗粉1.0g さつま芋の煮物 さつまいも30.0g キャベツのお浸し キャベツ15.0g	みそおじや 米14.0g、にんじん2.0g、たまねぎ3.0g、みそ1.5g さつま芋の煮物 さつまいも30.0g キャベツのお浸し キャベツ15.0g	みそおじや 米11.0g、にんじん1.6g、たまねぎ2.4g、みそ1.2g さつま芋の煮物 さつまいも24.0g キャベツのお浸し キャベツ12.0g	
19日	木	昼食	軟飯 米28.0g ささみの野菜あんかけ 鶏ささみ25.0g、にんじん2.0g、たまねぎ3.0g、しょうゆ0.5g、片栗粉1.0g かぶの煮物 かぶ30.0g ほうれんそうのみそ汁 ほうれんそう10.0g、みそ2.0g	粥 米14.0g ささみの野菜あんかけ 鶏ささみ20.0g、にんじん2.0g、たまねぎ3.0g、しょうゆ0.5g、片栗粉1.0g かぶの煮物 かぶ30.0g ほうれんそうのみそ汁 ほうれんそう10.0g、みそ2.0g	粥 米11.0g ささみの野菜あんかけ 鶏ささみ16.0g、にんじん1.6g、たまねぎ2.4g、しょうゆ0.4g、片栗粉0.8g かぶの煮物 かぶ24.0g ほうれんそうのみそ汁 ほうれんそう8.0g、みそ1.6g	粥 米4.0g かぶ かぶ10.0g ほうれんそうのスープ ほうれんそう10.0g
		午後	かぼちやサンド 食パン40.0g、かぼちや10.0g ブロッコリーとトマトのサラダ ブロッコリー15.0g、トマト10.0g、しょうゆ0.5g	かぼちやパン粥 食パン32.0g、育児用ミルク3.0g、かぼちや10.0g ブロッコリーとトマトのサラダ ブロッコリー15.0g、トマト10.0g、しょうゆ0.5g	かぼちやパン粥 食パン24.0g、育児用ミルク2.4g、かぼちや8.0g ブロッコリーとトマトのサラダ ブロッコリー12.0g、トマト8.0g、しょうゆ0.4g	
20日	金	昼食	軟飯 米28.0g 魚のみそ煮 たら30.0g、砂糖0.3g、みそ1.0g、片栗粉1.0g さつま芋の煮物 さつまいも30.0g 豆腐とわかめのみそ汁 絹ごし豆腐10.0g、わかめ0.2g、みそ2.0g	粥 米14.0g 魚のみそ煮 たら20.0g、砂糖0.3g、みそ1.0g、片栗粉1.0g さつま芋の煮物 さつまいも30.0g 豆腐とわかめのみそ汁 絹ごし豆腐10.0g、わかめ0.2g、みそ2.0g	粥 米11.0g 魚のみそ煮 たら16.0g、砂糖0.2g、みそ0.8g 片栗粉0.8g さつま芋の煮物 さつまいも24.0g 豆腐とわかめのみそ汁 絹ごし豆腐8.0g、わかめ0.2g、みそ1.6g	粥 米4.0g 豆腐 絹ごし豆腐10.0g さつま芋のスープ さつまいも10.0g
		午後	野菜ピラフ 米28.0g、にんじん2.0g、たまねぎ3.0g、キャベツ7.0g バター1.0g 大根の煮物 だいこん30.0g	野菜リゾット 米14.0g、にんじん2.0g、たまねぎ3.0g、キャベツ7.0g バター1.0g 大根の煮物 だいこん30.0g	野菜リゾット 米11.0g、にんじん1.6g、たまねぎ2.4g、 キャベツ5.6g、バター0.8g 大根の煮物 だいこん24.0g	
21日	土	昼食	鶏とトマトのそばろごはん 米28.0g、鶏むねひき肉20.0g、しょうゆ2.8g、砂糖1.5g 片栗粉1.0g、トマト10.0g じゃがいもの煮物 じゃがいも30.0g、しょうゆ1.0g、砂糖0.5g かぶのみそ汁 かぶ10.0g、みそ2.0g	鶏とトマトのそばろ粥 米14.0g、鶏むねひき肉20.0g、しょうゆ2.8g 砂糖1.5g、片栗粉1.0g、トマト10.0g じゃがいもの煮物 じゃがいも30.0g、しょうゆ1.0g、砂糖0.5g かぶのみそ汁 かぶ10.0g、みそ2.0g	鶏とトマトのそばろ粥 米11.0g、鶏むねひき肉16.0g、しょうゆ2.6g 砂糖1.2g、片栗粉0.8g、トマト8.0g じゃがいもの煮物 じゃがいも24.0g、しょうゆ0.8g、砂糖0.4g かぶのみそ汁 かぶ8.0g、みそ1.6g	粥 米4.0g じゃがいも じゃがいも10.0g かぶのスープ かぶ10.0g
		午後	野菜おじや 米28.0g、にんじん2.0g、たまねぎ2.0g わかめ0.2g、しょうゆ1.5g キャベツチーズあえ キャベツ15.0g、粉チーズ0.2g	野菜おじや 米14.0g、にんじん2.0g、たまねぎ2.0g わかめ0.2g、しょうゆ1.5g キャベツチーズあえ キャベツ15.0g、粉チーズ0.2g	野菜おじや 米11.0g、にんじん1.6g、たまねぎ1.6g わかめ0.2g、しょうゆ1.2g キャベツチーズあえ キャベツ12.0g、粉チーズ0.2g	

24日	火	昼食	軟飯 米28.0g 鶏団子と野菜の煮物 鶏むねひき肉25.0g、たまねぎ15.0g、片栗粉6.0g、じゃがいも30.0g、にんじん10.0g、砂糖0.5g、しょうゆ1.0g きゃべつのみそ汁 キャベツ10.0g、みそ2.0g	粥 米14.0g 鶏団子と野菜の煮物 鶏むねひき肉20.0g、たまねぎ12.0g、片栗粉5.0g じゃがいも30.0g、にんじん10.0g、砂糖0.5g、しょうゆ1.0g きゃべつのみそ汁 キャベツ10.0g、みそ2.0g	粥 米11.0g 鶏団子と野菜の煮物 鶏むねひき肉16.0g、たまねぎ10.0g、片栗粉4.0g、じゃがいも24.0g、人参8.0g、砂糖0.4g、しょうゆ0.8g きゃべつのみそ汁 キャベツ8.0g、みそ1.6g	粥 米4.0g じゃがいも じゃがいも10.0g きゃべつのスープ キャベツ10.0g
		午後	たらのあんかけ御飯 米28.0g、たら15.0g、にんじん3.0g、はくさい7.0g しょうゆ1.0g、片栗粉5.0g かぶの煮物 かぶ30.0g	たらのあんかけ粥 米14.0g、たら15.0g、にんじん3.0g、はくさい7.0g しょうゆ1.0g、片栗粉5.0g かぶの煮物 かぶ30.0g	たらのあんかけ粥 米11.0g、たら12.0g、にんじん2.4g はくさい5.6g、しょうゆ0.8g、片栗粉4.0g かぶの煮物 かぶ24.0g	
25日	水	昼食	みそうどん ゆでうどん80.0g、鶏ささみ20.0g、ほうれんそう3.0g たまねぎ3.0g、みそ2.0g さつま芋の煮物 さつまいも30.0g 茹ブロッコリー ブロッコリー15.0g	みそうどん ゆでうどん80.0g、鶏ささみ20.0g、ほうれんそう3.0g たまねぎ3.0g、みそ2.0g さつま芋の煮物 さつまいも30.0g 茹ブロッコリー ブロッコリー15.0g	みそうどん ゆでうどん60.0g、鶏ささみ16.0g ほうれんそう2.4g、たまねぎ2.4g、みそ1.6g さつま芋の煮物 さつまいも24.0g 茹ブロッコリー ブロッコリー12.0g	粥 米4.0g さつまいも さつまいも10.0g ほうれんそうのスープ ほうれんそう10.0g
		午後	しらすごはん 米28.0g、しらす干し10.0g 大根と人参の煮物 だいこん30.0g、にんじん20.0g、しょうゆ0.5g	しらす粥 米14.0g、しらす干し10.0g 大根と人参の煮物 だいこん30.0g、にんじん20.0g、しょうゆ0.5g	しらす粥 米11.0g、しらす干し8.0g 大根と人参の煮物 だいこん24.0g、にんじん16.0g、しょうゆ0.4g	
26日	木	昼食	軟飯 米28.0g 煮魚 かれい30.0g、しょうゆ1.0g、砂糖0.5g、片栗粉1.0g かぼちゃの煮物 かぼちゃ30.0g かぶのみそ汁 かぶ10.0g、みそ2.0g	粥 米14.0g 煮魚 かれい20.0g、しょうゆ1.0g、砂糖0.5g、片栗粉1.0g かぼちゃの煮物 かぼちゃ30.0g かぶのみそ汁 かぶ10.0g、みそ2.0g	粥 米11.0g 煮魚 かれい16.0g、しょうゆ0.8g、砂糖0.4g、片栗粉0.8g かぼちゃの煮物 かぼちゃ24.0g かぶのみそ汁 かぶ8.0g、みそ1.6g	粥 米4.0g 煮魚 かれい10.0g、片栗粉1.0g かぼちゃのスープ かぼちゃ10.0g
		午後	わかめごはん 米28.0g、わかめ0.2g、しょうゆ1.0g じゃがいものそばろ煮 じゃがいも30.0g、鶏むねひき肉20.0g、にんじん3.0g 砂糖0.4g、しょうゆ0.8g、片栗粉1.0g	わかめ粥 米14.0g、わかめ0.2g、しょうゆ1.0g じゃがいものそばろ煮 じゃがいも30.0g、鶏むねひき肉20.0g、にんじん3.0g 砂糖0.4g、しょうゆ0.8g、片栗粉1.0g	わかめ粥 米11.0g、わかめ0.2g、しょうゆ0.8g じゃがいものそばろ煮 じゃがいも24.0g、鶏むねひき肉16.0g、にんじん2.4g 砂糖0.3g、しょうゆ0.6g、片栗粉0.8g	
27日	金	昼食	軟飯 米28.0g 豆腐野菜あんかけ 絹ごし豆腐30.0g、にんじん3.0g、はくさい7.0g、しょうゆ0.5g 片栗粉1.0g 大根の煮物 だいこん30.0g 玉葱のみそ汁 たまねぎ10.0g、みそ2.0g	粥 米14.0g 豆腐野菜あんかけ 絹ごし豆腐30.0g、にんじん3.0g、はくさい7.0g、しょうゆ0.5g 片栗粉1.0g 大根の煮物 だいこん30.0g 玉葱のみそ汁 たまねぎ10.0g、みそ2.0g	粥 米11.0g 豆腐野菜あんかけ 絹ごし豆腐24.0g、にんじん2.4g、はくさい5.6g、しょうゆ0.4g、片栗粉0.8g 大根の煮物 だいこん24.0g 玉葱のみそ汁 たまねぎ8.0g、みそ1.6g	粥 米4.0g 豆腐 絹ごし豆腐10.0g にんじんスープ にんじん10.0g
		午後	さつま芋ごはん 米28.0g、さつまいも20.0g ささみとほうれんそうのあえもの 鶏ささみ10.0g、ほうれんそう20.0g、しょうゆ1.0g	さつま芋粥 米14.0g、さつまいも20.0g ささみとほうれんそうのあえもの 鶏ささみ10.0g、ほうれんそう20.0g、しょうゆ1.0g	さつま芋粥 米11.0g、さつまいも16.0g ささみとほうれんそうのあえもの 鶏ささみ8.0g、ほうれんそう16.0g、しょうゆ0.8g	
28日	土	昼食	赤ちゃんピピンバ 米28.0g、鶏ひき肉15.0g、しょうゆ2.0g、砂糖1.0g にんじん3.0g、はくさい5.0g、しょうゆ2.4g かぶの煮物 かぶ30.0g ほうれんそうのみそ汁 ほうれんそう10.0g、みそ2.0g	鶏と野菜のお粥 米14.0g、鶏むねひき肉15.0g、しょうゆ2.0g、砂糖1.0g にんじん3.0g、はくさい5.0g、しょうゆ2.4g かぶの煮物 かぶ30.0g ほうれんそうのみそ汁 ほうれんそう10.0g、みそ2.0g	鶏と野菜のお粥 米11.0g、鶏ひき肉12.0g、しょうゆ1.6g、砂糖0.8g にんじん2.4g、はくさい4.0g、しょうゆ2.0g かぶの煮物 かぶ24.0g ほうれんそうのみそ汁 ほうれんそう8.0g、みそ1.6g	粥 米4.0g かぶ かぶ10.0g 白菜のスープ 白菜10.0g
		午後	みそおじや 米28.0g、にんじん2.0g、たまねぎ3.0g だいこん5.0g、みそ1.5g ブロッコリーのりあえ ブロッコリー15.0g、刻みのり0.2g、しょうゆ0.5g	みそおじや 米14.0g、にんじん2.0g、たまねぎ3.0g だいこん5.0g、みそ1.5g ブロッコリーお浸し ブロッコリー15.0g、しょうゆ0.5g	みそおじや 米11.0g、にんじん1.6g、たまねぎ2.4g だいこん4.0g、みそ1.2g ブロッコリーお浸し ブロッコリー12.0g、しょうゆ0.4g	

30日	月	昼食	軟飯 米28.0g ささみの味噌野菜蒸し 鶏ささみ20.0g、みそ1.0g、砂糖1.0g、にんじん3.0g、キャベツ5.0g じゃがいもの煮物 じゃがいも30.0g、しょうゆ1.0g、砂糖0.5g わかめのみそ汁 わかめ0.2g、みそ2.0g	粥 米14.0g ささみの味噌野菜蒸し 鶏ささみ20.0g、みそ1.0g、砂糖1.0g、にんじん3.0g、キャベツ5.0g じゃがいもの煮物 じゃがいも30.0g、しょうゆ1.0g、砂糖0.5g わかめのみそ汁 わかめ0.2g、みそ2.0g	粥 米11.0g ささみの味噌野菜蒸し 鶏ささみ16.0g、みそ0.8g、砂糖0.8g、にんじん2.4g、キャベツ4.0g じゃがいもの煮物 じゃがいも24.0g、しょうゆ0.8g、砂糖0.4g わかめのみそ汁 わかめ0.2g、みそ1.6g	粥 米4.0g じゃがいも じゃがいも10.0g キャベツのスープ キャベツ10.0g
		午後	チーズサンド 食パン40.0g、チーズ7.0g 温野菜 かぼちゃ30.0g、かぶ30.0g	チーズパン粥 食パン30.0g、育児用ミルク3.0g、粉チーズ0.3g 温野菜 かぼちゃ30.0g、かぶ30.0g	チーズパン粥 食パン24.0g、育児用ミルク2.4g、粉チーズ0.2g 温野菜 かぼちゃ24.0g、かぶ24.0g	