



Main table with columns: 日付, 曜日, 昼食, 主材料と体内での製造, 主にからだをつくるもの, 主にからだの調子を整えるもの, 主に熱や力のもとになるもの, その他, 献立, 材料. Rows include various meals like 'ごはん 魚のつくね', 'ごはん 鶏肉と野菜の味噌炒め', etc.

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承ください。



日付	曜日	昼食	献立			おやつ(午後)	
			完了期 (ばくばく期)	後期 (かみかみ期)	中期 (ちぐちぐ期)	献立	完了期・後期おやつ
1	火	ごはん 魚のコーンマヨネーズ焼き 白菜のおかか和え みかん缶 みそ汁	ごはん 魚のコーンマヨネーズ焼き 白菜のおかか和え みかん缶 みそ汁	お粥 魚と白菜の煮物 ほうれん草の煮物 フルーツ 野菜スープ	お粥 魚と白菜の煮物 ほうれん草の煮物 フルーツ 野菜スープ	麺のシュಾಗースナック 牛乳	マカロニきねこ
2	水	ごはん 鶏肉ときのこの甘酢炒め 胡瓜の中華和え バナナ かき玉汁	ごはん 鶏肉ときのこの甘酢炒め 胡瓜の中華和え バナナ かき玉汁	お粥 ササミと野菜の味噌煮 キャベツの煮物 バナナ 野菜スープ	お粥 ササミと野菜の味噌煮 キャベツの煮物 バナナ 野菜スープ	ココア揚げハン 牛乳	食パン
3	木	ごはん 魚のムニエル クープアブリチー オレンジ みそ汁	ごはん 魚のムニエル クープアブリチー オレンジ みそ汁	お粥 魚と白菜のとろみ煮 じゃが芋の煮物 オレンジ 野菜スープ	お粥 魚と白菜のとろみ煮 じゃが芋の煮物 オレンジ 野菜スープ	ヨーグルトマフィン 牛乳	ヨーグルト
4	金	辛くはないジャージャー種 はんぺんのマヨネーズ焼き 茹で野菜 ハイン缶	味噌煮込みうどん ブロックリーのそぼろ煮 ハイン缶	味噌煮込みうどん ブロックリーのそぼろ煮 フルーツ	味噌煮込みうどん ブロックリーのそぼろ煮 フルーツ	ゲチャップライスおにぎり お茶	人参お粥
5	土	肉豆腐丼 オクラのサラダ オレンジ すまし汁	肉豆腐丼 オクラのサラダ オレンジ すまし汁	お粥 豆腐と白菜の煮物 オクラの煮物 オレンジ 野菜スープ	お粥 豆腐と白菜の煮物 オクラの煮物 オレンジ 野菜スープ	豆乳ウエハース 牛乳	離乳食用おやつ
7	月	ごはん 魚の天ぷら 切干大根の煮物 黄桃缶 みそ汁	ごはん 白身魚の唐揚げ 切干大根の煮物 黄桃缶 みそ汁	お粥 魚とほうれん草の煮物 蒸し手 フルーツ 野菜スープ	お粥 魚とほうれん草の煮物 蒸し手 フルーツ 野菜スープ	スコーン 牛乳	きなこ豆腐
8	火	ごはん 豚肉と野菜の味噌炒め ブロックリーのごまサラダ オレンジ 中華スープ	ごはん 豚肉と野菜の味噌炒め ブロックリーのごまサラダ オレンジ 中華スープ	お粥 野菜のそぼろ煮 ブロックリーの煮物 フルーツ 野菜スープ	お粥 野菜のそぼろ煮 ブロックリーの煮物 フルーツ 野菜スープ	スイートパンフキン 牛乳	蒸し南瓜
9	水	【お弁当の日】				きなこトーフ 牛乳	粉吹き手
10	木	ごはん 厚揚げ豆腐と鶏肉の卵とし はんぺんの揚げ揚げ バナナ みそ汁	ごはん 厚揚げ豆腐と鶏肉の卵とし 粉吹き手 バナナ みそ汁	お粥 豆腐と小松菜の煮物 粉吹き手 オレンジ 野菜スープ	お粥 豆腐と小松菜の煮物 粉吹き手 オレンジ 野菜スープ	ツナサンド 牛乳	食パン
11	金	チキンと茄子のスパゲティ 白桃缶 野菜たっぷりスープ	チキンと茄子のスパゲティ 白桃缶 野菜たっぷりスープ	煮込みうどん 茄子のそぼろ煮 フルーツ	煮込みうどん 茄子のそぼろ煮 フルーツ	味噌おにぎり お茶	ほうれん草お粥
12	土	【運動会】					
15	火	ごはん 魚の花巻焼き ジャーマンポテト みかん缶 みそ汁	ごはん 魚の花巻焼き ジャーマンポテト みかん缶 みそ汁	お粥 魚と野菜の煮物 じゃが芋の煮物 フルーツ 野菜スープ	お粥 魚と野菜の煮物 じゃが芋の煮物 フルーツ 野菜スープ	プリン 牛乳	フルーツ
16	水	ごはん 鶏肉の照り焼き 洋三線 ハイン缶 野菜スープ	ごはん 鶏肉の照り焼き 洋三線 ハイン缶 野菜スープ	お粥 ササミとじゃが芋の煮物 ほうれん草の煮物 バナナ 野菜スープ	お粥 ササミとじゃが芋の煮物 ほうれん草の煮物 バナナ 野菜スープ	フルーツヨーグルト 牛乳	ヨーグルト
17	木	ごはん 魚の焼肉巻 キャベツの和風サラダ オレンジ みそ汁	ごはん 白身魚の焼肉巻 キャベツの和風サラダ オレンジ みそ汁	お粥 大根のそぼろ煮 キャベツの煮物 オレンジ 野菜スープ	お粥 大根のそぼろ煮 キャベツの煮物 オレンジ 野菜スープ	大芋手 牛乳	蒸し手
18	金	ハヤシライス ひじきのサラダ バナナ	ごはん ササミと野菜の煮物 ひじきのサラダ バナナ 野菜スープ	お粥 ササミと野菜の煮物 ほうれん草の煮物 バナナ 野菜スープ	お粥 ササミと野菜の煮物 ほうれん草の煮物 バナナ 野菜スープ	フレンチトースト 牛乳	食パン
19	土	豚丼 ササミと大根のごま和え オレンジ みそ汁	豚丼 ササミと大根のごま和え オレンジ みそ汁	お粥 ササミと大根の煮物 小松菜の煮物 オレンジ 野菜スープ	お粥 ササミと大根の煮物 小松菜の煮物 オレンジ 野菜スープ	ソフトサラダ 牛乳	離乳食用おやつ
21	月	他人丼 ソーセージとオクラのサラダ 黄桃缶 みそ汁	他人丼 ソーセージとオクラのサラダ 黄桃缶 みそ汁	お粥 豆腐とオクラの煮物 キャベツの煮物 フルーツ 野菜スープ	お粥 豆腐とオクラの煮物 キャベツの煮物 フルーツ 野菜スープ	フライドポテト 牛乳	粉吹き手
22	火	ごはん 魚の煮付け 豚肉と野菜の黒糖生煮め みかん缶 みそ汁	ごはん 魚の煮付け 豚肉と野菜の黒糖生煮め みかん缶 みそ汁	お粥 魚のほうれん草の煮物 キャベツの煮物 フルーツ 野菜スープ	お粥 魚のほうれん草の煮物 キャベツの煮物 フルーツ 野菜スープ	ちすくのひらやーちー 牛乳	マカロニきねこ
23	水	ごはん 鶏肉の香揚げ ブロックリーの和え物 バナナ みそ汁	ごはん チキンソテー ブロックリーの和え物 バナナ みそ汁	お粥 ブロックリーのそぼろ煮 ほうれん草の煮物 バナナ 野菜スープ	お粥 ブロックリーのそぼろ煮 ほうれん草の煮物 バナナ 野菜スープ	彩りフルーツポンチ 牛乳	フルーツ
24	木	冷やし中華 豆腐と白菜のサラダ オレンジ	冷やし中華 豆腐と白菜のサラダ オレンジ	煮込みうどん 豆腐と白菜の煮物 オレンジ	煮込みうどん 豆腐と白菜の煮物 オレンジ	コーンおにぎり お茶	人参お粥
25	金	【お誕生会】 牛肉とコーンのヘッパライス風 ミニマーレードチキン 茹で野菜 お楽しみデザート すまし汁	【お誕生会】 牛肉とコーンのヘッパライス風 ミニマーレードチキン 茹で野菜 お楽しみデザート すまし汁	お粥 ササミと白菜の煮物 ブロックリーの煮物 フルーツ 野菜スープ	お粥 ササミと白菜の煮物 ブロックリーの煮物 フルーツ 野菜スープ	きなこトースト 牛乳	食パン
26	土	ちすく丼 大根のおかか和え オレンジ みそ汁	ちすく丼 大根のおかか和え オレンジ みそ汁	お粥 大根のそぼろ煮 ほうれん草の煮物 オレンジ 野菜スープ	お粥 大根のそぼろ煮 ほうれん草の煮物 オレンジ 野菜スープ	蜜だばよ 牛乳	離乳食用おやつ
28	月	ごはん 魚の黒糖味噌焼き ひじきの煮物 白桃缶 すまし汁	ごはん 魚の黒糖味噌焼き ひじきの煮物 白桃缶 すまし汁	お粥 魚と大根の煮物 蒸し手 フルーツ 野菜スープ	お粥 魚と大根の煮物 蒸し手 フルーツ 野菜スープ	ぶどうゼリー 牛乳	フルーツ
29	火	中華丼 三色ナムル ハイン缶 みそ汁	中華丼 三色ナムル ハイン缶 みそ汁	お粥 豆腐と白菜の煮物 キャベツの煮物 フルーツ 野菜スープ	お粥 豆腐と白菜の煮物 キャベツの煮物 フルーツ 野菜スープ	揚げじゃがのり塩味 牛乳	粉吹き手
30	水	沖縄野菜そば ササミとオクラの塩昆布和え バナナ	煮込みうどん ササミとオクラの塩昆布和え バナナ	煮込みうどん ササミとオクラの煮物 バナナ	煮込みうどん ササミとオクラの煮物 バナナ	切干大根のおにぎり 牛乳	ほうれん草お粥
31	木	【ハロウィンお楽しみメニュー】 カレーピラフ ミニローストチキン 白菜の彩りサラダ オレンジ ハンパンクリームスープ	【ハロウィンお楽しみメニュー】 カレーピラフ ミニローストチキン 白菜の彩りサラダ オレンジ 野菜スープ	お粥 南瓜のそぼろ煮 白菜の煮物 オレンジ 野菜スープ	お粥 南瓜のそぼろ煮 白菜の煮物 オレンジ 野菜スープ	お楽しみクッキー 牛乳	人参お粥