



毎月1日は野菜の日・19日は食育の日です。(9~11ヶ月食)

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
							1		2		3	
昼食							軟飯 味噌汁(じゃが芋・人参) 豚肉ごま焼き ほうれん草中華和え 果物		軟飯 味噌汁(白菜・豆腐) ほっけのチーズ焼き 春雨サラダ 果物		わかめうどん 青のりポテト 果物	
午後おやつ							トースト・スープ(ほうれん草) 豚肉じゃが芋人参煮・果物		軟飯・すまし汁(もやし) ほっけ白菜あんかけ煮・果物		バターロール・麦茶 チーズ・果物	
	5		6		7		8		9		10	
昼食	軟飯 味噌汁(白菜・ふのり) 鶏肉の松風焼き 小松菜納豆和え 果物		バターロール 南瓜ポタージュ 豚肉の香味焼き キャベツと人参のサラダ 果物		軟飯 味噌汁(豆腐・ほうれん草) かれい味噌マヨネーズ焼き 南瓜のグラッセ風 果物		軟飯 味噌汁(もやし・わかめ) 炒め納豆 チンゲン菜お浸し 果物		軟飯 味噌汁(南瓜) 鮭のムニエル風 小松菜しらす和え 果物		味噌うどん キャベツときゅうりのツナ和え 果物	
午後おやつ	軟飯・味噌汁(玉ねぎ) 鶏挽肉小松菜あんかけ煮・果物		雑炊(豚肉・キャベツ) 玉ねぎ人参煮・果物		軟飯・すまし汁(南瓜) かれいほうれん草あんかけ煮・果物		トースト・スープ(玉ねぎ) 豚挽肉人参炒め煮・果物		軟飯・味噌汁(小松菜) 鮭南瓜含め煮・果物		バターロール・麦茶 チーズ・果物	
	12		13		14		15		16		17	
昼食	軟飯 味噌汁(水菜・玉ねぎ) チキンカツ湯通し 大根炒め煮 果物		軟飯 麦茶 シーフードシチュー 大根コーンと和え 果物		軟飯 味噌汁(小松菜・大根) 鶏肉のから揚げ湯通し ブロッコリーごま和え 果物		軟飯 味噌汁(じゃが芋・人参) 豚肉ごま焼き ほうれん草中華和え 果物		軟飯 味噌汁(白菜・豆腐) ほっけのチーズ焼き 春雨サラダ 果物		わかめうどん 青のりポテト 果物	
午後おやつ	軟飯・スープ(人参) 鶏挽肉大根玉ねぎあんかけ煮・果物		軟飯・すまし汁(大根) 豚挽肉人参あんかけ煮・果物		軟飯・スープ(ブロッコリー) 鶏肉小松菜含め煮・果物		トースト・スープ(ほうれん草) 豚肉じゃが芋人参煮・果物		軟飯・すまし汁(もやし) ほっけ白菜あんかけ煮・果物		バターロール・麦茶 チーズ・果物	
	19		20		21		22		23		24	
昼食	お休み 		バターロール 南瓜ポタージュ 豚肉の香味焼き キャベツと人参のサラダ 果物		軟飯 麦茶 ボークシチュー 南瓜のグラッセ風 果物		軟飯 味噌汁(もやし・わかめ) 炒め納豆 チンゲン菜お浸し 果物		お休み 		味噌うどん キャベツときゅうりのツナ和え 果物	
午後おやつ			雑炊(豚肉・キャベツ) 玉ねぎ人参煮・果物		軟飯・すまし汁(南瓜) 豚肉人参あんかけ煮・果物		トースト・スープ(玉ねぎ) 豚挽肉人参炒め煮・果物					
	26		27		28		29		30			
昼食	軟飯 味噌汁(水菜・玉ねぎ) チキンカツ湯通し 大根炒め煮 果物		軟飯 麦茶 シーフードシチュー 大根コーンと和え 果物		軟飯 味噌汁(小松菜・大根) 鶏肉のから揚げ湯通し ブロッコリーごま和え 果物		軟飯 味噌汁(もやし・わかめ) 炒め納豆 チンゲン菜お浸し 果物		軟飯 味噌汁(南瓜) 鮭のムニエル風 小松菜しらす和え 果物			
午後おやつ	軟飯・スープ(人参) 鶏挽肉大根玉ねぎあんかけ煮・果物		軟飯・すまし汁(大根) 豚挽肉人参あんかけ煮・果物		軟飯・スープ(ブロッコリー) 鶏肉小松菜含め煮・果物		トースト・スープ(玉ねぎ) 豚挽肉人参炒め煮・果物		軟飯・味噌汁(小松菜) 鮭南瓜含め煮・果物			