

# 令和4年9月 献立表

3歳以上児

門田報徳保育園

日 曜	献立名		あか	黄	みどり	栄養価	食塩相当量	備考
	昼食	昼間	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える			
1 木	じゃがいものひき肉煮 スクランブルエッグ 牛乳 梨	パフェ(★)	鶏ひき 鶏卵 牛乳	じゃがいも 車糖 でん粉 油 ラクトアイス コーンフレーク	にんじん たまねぎ グリンピース ブロッコリー 日本なし パナナ オレンジ ぶどう	エネルギー: 463kcal タンパク: 16.5g 脂質: 20.3g	食塩相当量: 1.1g	プール 活動 表彰式
2 金	焼きそば 鶏肉のさっぱり煮 ころころスープ オレンジ	牛乳 りんごの蒸しパン(★)	ぶたかた 鶏手羽 ベーコン 牛乳	中華めん ごま油 じゃがいも プレミックス粉	もやし 青ピーマン にんじん キャベツ たまねぎ にんにく オレンジ りんご	エネルギー: 426kcal タンパク: 20.5g 脂質: 17.5g	食塩相当量: 0.9g	金魚すくい
3 土	ジャムサンド ミートソースグラタン 牛乳 ぶどう	野菜生活 揚げせんべい	ぶたひき プロセステーズ 牛乳	食パン ジャム マカロニ 米菓	たまねぎ にんじん ぶどう	エネルギー: 569kcal タンパク: 20.9g 脂質: 15.5g	食塩相当量: 1.6g	
4 日								
5 月	米粉のきのこシチュー 竹輪と厚揚げの煮物 牛乳 りんご	フルーツヨーグルト (★) ビスケット	鶏もも 焼き竹輪 生揚げ 牛乳 ヨーグルト	じゃがいも 有塩バター 米粉 車糖 ビスケット	たまねぎ にんじん キャベツ コーン缶 ぶなしめじ りんご みかん缶 もも缶 パナナ	エネルギー: 414kcal タンパク: 18.4g 脂質: 16.2g	食塩相当量: 1.1g	
6 火	鶏のから揚げ 三色和え 牛乳 梨	牛乳 芋けんぴ(★)	鶏もも かつお節 牛乳	薄力粉 油 さつまいも	しょうが ほうれんそう コーン缶 にんじん 日本なし	エネルギー: 432kcal タンパク: 18.4g 脂質: 22.1g	食塩相当量: 1.0g	さくら組 流紋焼き 工場見学
7 水	防災食*カレー コールスローサラダ 牛乳 パナナ	ジョア ロールパン(ジャム)	ぶた肉 ベーコン 牛乳	じゃがいも 油 マヨネーズ ロールパン ジャム	にんじん たまねぎ キャベツ コーン缶 きゅうり パナナ	エネルギー: 473kcal タンパク: 18.8g 脂質: 18.2g	食塩相当量: 1.4g	
8 木	親子煮 カラフルサラダ 牛乳 りんご	牛乳 ぼたぼた焼き	鶏もも なたと 鶏卵 ベーコン 牛乳	車糖 じゃがいも マヨネーズ 米菓	たまねぎ にんじん 乾しいたけ さやいんげん きゅうり コーン缶 りんご	エネルギー: 401kcal タンパク: 18.1g 脂質: 18.6g	食塩相当量: 1.3g	
9 金	みそラーメン 蒸し団子 ブロッコリー 牛乳 巨峰	牛乳 お月見まんじゅう(★) (かぼちゃ)	ぶたかた みそ ぶたひき 牛乳	中華めん ごま油 水稲穀粒 でん粉 車糖 薄力粉	もやし はくさい 根菜ねぎ コーン缶 たまねぎ 乾しいたけ ぶどう ブロッコリー かぼちゃ	エネルギー: 566kcal タンパク: 23.5g 脂質: 15.6g	食塩相当量: 1.2g	お誕生会
10 土	ミルクリッチ カウボーイスープ 牛乳 梨	オレンジジュース せんべい	たいず水煮 鶏むね 牛乳	クリームパン じゃがいも でん粉 米菓	たまねぎ にんじん トマト缶 日本なし	エネルギー: 518kcal タンパク: 20.7g 脂質: 15g	食塩相当量: 1g	さくら組 親子 陶芸教室
11 日								
12 月	ハッシュドポーク キャベツサラダ 牛乳 パナナ	ヤクルト 米粉ときな粉のクッキー (★)	ぶたかた 牛乳 鶏卵 きな粉	じゃがいも 油 マヨネーズ 米粉 ざらめ糖 無塩バター メープルシロップ	にんじん たまねぎ ぶなしめじ さやいんげん キャベツ きゅうり コーン缶 パナナ	エネルギー: 438kcal タンパク: 15g 脂質: 16.7g	食塩相当量: 1.1g	
13 火	シュウマイ 温野菜 さつま芋 牛乳 りんご	スポン たまりせんべい 小魚	ぶたひき えんどう まぐろ類缶 牛乳 かつおちいわし	しゅうまいの皮 ごま油 でん粉 さつまいも 米菓	しょうが たまねぎ 乾しいたけ キャベツ にんじん 乾わかめ りんご	エネルギー: 412kcal タンパク: 18g 脂質: 10.2g	食塩相当量: 1.3g	
14 水	焼き魚 かぼちゃサラダ 牛乳 梨	牛乳 卵焼きサンド(★)	べにざけ 牛乳 鶏卵	マヨネーズ 食パン 車糖	かぼちゃ にんじん きゅうり コーン缶 日本なし	エネルギー: 422kcal タンパク: 23.5g 脂質: 18.4g	食塩相当量: 0.9g	
15 木	麻婆豆腐 半月卵 ブロッコリー 牛乳 パナナ	牛乳 ゴマクラッカー	木綿豆腐 ぶたひき みそ 鶏卵 牛乳	油 でん粉 マヨネーズ クラッカー ごま	根菜ねぎ いら しょうが パナナ ブロッコリー	エネルギー: 424kcal タンパク: 19.5g 脂質: 20g	食塩相当量: 1.1g	
16 金	和風きのこスパゲティ レパールのケチャップ煮 牛乳 ぶどう	牛乳寒天(★) ミレービスケット	ベーコン ぶたレバー 牛乳	スパゲティ 油 でん粉 車糖 ビスケット	たまねぎ にんじん ぶなしめじ あまのり ぶどう てんぐさ みかん缶	エネルギー: 406kcal タンパク: 18.4g 脂質: 16.4g	食塩相当量: 0.9g	さくら組 遠足
17 土	コッペパン(甘バター) 中華ソテー 牛乳 パナナ	プリン ぱりんこ	ぶたかた 牛乳	クリームパン 緑豆はるさめ ごま油 米菓	チンゲンサイ にんじん たまねぎ パナナ	エネルギー: 596kcal タンパク: 22.1g 脂質: 20.3g	食塩相当量: 1.4g	
18 日								
19 月								敬老の日
20 火	焼肉 ビーフンソテー 牛乳 りんご	ソフル うす焼きせんべい	ぶたロース 鶏ひき 牛乳	車糖 ごま ビーフン 油 米菓	にんにく しょうが たまねぎ 青ピーマン にんじん りんご	エネルギー: 418kcal タンパク: 19.5g 脂質: 16.1g	食塩相当量: 0.9g	
21 水	かつおのフライ 青菜のお浸し 牛乳 ぶどう	牛乳 ラスク(★)	かつお 鶏卵 牛乳	薄力粉 パン粉 油 食パン ざらめ糖 オリーブ油	しょうが こまつな にんじん もやし ぶどう	エネルギー: 455kcal タンパク: 23g 脂質: 19g	食塩相当量: 1.1g	
22 木	五目納豆 さつま芋の甘煮 牛乳 パナナ	麦茶 おはぎ(★)	納豆 焼き竹輪 鶏卵 牛乳 あずき きな粉	油 さつまいも 車糖 水稲穀粒	にんじん 根菜ねぎ パナナ	エネルギー: 464kcal タンパク: 17.4g 脂質: 10.7g	食塩相当量: 0.8g	
23 金								秋分の日
24 土	サンドイッチ(きゅうり・チーズ*ジャム) コンソメスープ 牛乳 オレンジ	リンゴジュース サラダせんべい	プロセステーズ 鶏もも 牛乳	食パン マヨネーズ じゃがいも 米菓	きゅうり にんじん たまねぎ キャベツ ほうれんそう コーン缶 オレンジ	エネルギー: 514kcal タンパク: 18.2g 脂質: 11.8g	食塩相当量: 1.6g	
25 日								
26 月	照り焼きチキン ポテトサラダ 豚汁 パナナ	ドリンクヨーグルト(★) ビスケット	鶏もも プロセステーズ ぶたかた 油揚げ みそ ヨーグルト 牛乳	じゃがいも マヨネーズ さといも こんにゃく 乳酸菌飲料 ビスケット	しょうが きゅうり にんじん コーン缶 ごぼう 根菜ねぎ パナナ	エネルギー: 412kcal タンパク: 18.1g 脂質: 18.1g	食塩相当量: 1.2g	
27 火	ヒレカツ 千切キャベツ ベイクドポテト 牛乳 ぶどう	牛乳 せんべい 小魚	ぶたヒレ 鶏卵 牛乳 かつおちいわし	薄力粉 パン粉 油 車糖 じゃがいも 米菓	キャベツ にんじん ぶどう	エネルギー: 433kcal タンパク: 22.9g 脂質: 17.9g	食塩相当量: 1.2g	
28 水	さんまの蒲焼き 青菜のごま和え 牛乳 オレンジ	牛乳 クリームボックス(★)	さんま 牛乳 加糖練乳	でん粉 車糖 油 ごま 食パン ざらめ糖 無塩バター	こまつな にんじん もやし コーン缶 オレンジ	エネルギー: 483kcal タンパク: 19.8g 脂質: 23.8g	食塩相当量: 1.2g	
29 木	筑前煮 厚焼き玉子 牛乳 梨	牛乳 焼き芋(★)	鶏もも 凍り豆腐 鶏卵 牛乳	車糖 油 さつまいも	ごぼう にんじん 乾しいたけ れんこん 日本なし	エネルギー: 404kcal タンパク: 18.8g 脂質: 15.0g	食塩相当量: 0.7g	
30 金	けんちんうどん 揚げ出し豆腐 牛乳 ぶどう	ジョア せんべい	鶏もも 凍り豆腐 牛乳	干しうどん でん粉 車糖 油 米菓	はくさい だいこん ごぼう にんじん 根菜ねぎ ぶどう	エネルギー: 443kcal タンパク: 20.5g 脂質: 13.1g	食塩相当量: 1.6g	

※(★)は、手作りおやつです。また、材料の都合により、献立を変更する場合があります。

※シチューと手作りおやつ(クッキー)には市から頂いた  
会津産の米粉を使います。  
※7日は防災訓練があります。  
「食べることは生きること」「食べ物の大切さ」を伝え  
災害時の食事の体験として非常食(野菜カレー)を食べます。



# 令和4年9月 献立表

3歳未満児

門田報徳保育園

日曜	献立名			あか	黄	みどり	栄養価		
	朝間	昼食	昼間	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える			
1 木	リンゴジュース ぱりんこ	じゃがいものひき肉煮 スクランブルエッグ 豆豉汁 梨 ご飯	牛乳 ビスケット	鶏ひき 鶏卵 かつお節 みそ 牛乳	米菓 じゃがいも 車糖 でん粉 油 焼きふ 水稲穀粒	にんじん たまねぎ グリーンピース ブロッコリー こまつな 日本なし	エネルギー：459kcal タンパク：16.1g 脂質：12.4g	食塩相当量：1.1g	プール活動 表彰式
2 金	ぶどうジュース 醤油せんべい	焼きそば 鶏肉のさっぱり煮 ごころスープ オレンジ ご飯	牛乳 りんごの蒸しパン(★)	ぶたかた 鶏もも ベーコン 牛乳	米菓 蒸し中華めん ごま 油 じゃがいも 水稲穀粒 ブレミックス粉	もやし 青ピーマン にんじん キャベツ たまねぎ にんにく オレンジ りんご	エネルギー：475kcal タンパク：19.7g 脂質：9.6g	食塩相当量：0.9g	金魚すくい
3 土	麦茶 アスパラガス	ジャムサンド ミートソースグラタン 牛乳 ぶどう	野菜生活 揚げせんべい	ぶたひき プロセスチーズ 牛乳	ビスケット 食パン ジャム マカロニ 米菓	たまねぎ にんじん ぶどう	エネルギー：467kcal タンパク：15.3g 脂質：12.8g	食塩相当量：1.3g	
4 日									
5 月	麦茶 マリービスケット	米粉のきのこシチュー 竹輪と厚揚げの煮物 牛乳 りんご ご飯	フルーツヨーグルト(★) ビスケット	鶏もも 焼き竹輪 生揚げ 牛乳 ヨーグルト	ビスケット じゃがいも 有塩バター 車糖 車糖 水稲穀粒	たまねぎ にんじん キャベツ コーン缶 ぶなしめじ りんご みかん缶 もも缶 パナナ	エネルギー：457kcal タンパク：16.9g 脂質：14.8g	食塩相当量：0.9g	
6 火	ぶどうジュース 星たべよ	鶏のから揚げ 三色和え えのき汁 梨 ご飯	牛乳 芋けんぴ(★)	鶏もも かつお節 みそ 牛乳	米菓 薄力粉 油 水稲穀粒 さつまいも	しょうが ほうれんそう コーン缶 にんじん えのきたけ たまねぎ わかめ 日本なし	エネルギー：481kcal タンパク：14.8g 脂質：15.2g	食塩相当量：1.2g	さくら組 流紋焼き学 工場見学
7 水	麦茶 せんべい	防災食*カレー コールスローサラダ 牛乳 パナナ ご飯	ジョア ロールパン(ジャム)	ぶたかた ベーコン 牛乳	米菓 じゃがいも 油 マヨネーズ 水稲穀粒 ロールパン ジャム	にんじん たまねぎ キャベツ コーン缶 きゅうり パナナ	エネルギー：524kcal タンパク：18.6g 脂質：15.1g	食塩相当量：1.3g	
8 木	ぶどうゼリー ゴマクラッカー	親子煮 カラフルサラダ 大根汁 りんご ご飯	牛乳 ぼたぼた焼き	鶏もも なたと 鶏卵 ベーコン みそ かつお節 牛乳	ゼリー クラッカー ごま 車糖 じゃがいも マヨネーズ 水稲穀粒 米菓	にんじん 乾しいたけ きゅうり コーン缶 だいこん えのきたけ 根菜ねぎ りんご	エネルギー：456kcal タンパク：15.6g 脂質：13.4g	食塩相当量：1.2g	
9 金	リンゴジュース 星たべよ	みそラーメン 蒸し団子 ブロッコリー 牛乳 巨峰	麦茶 お月見まんじゅう(★) (かぼちゃ)	ぶたかた みそ ぶたひき 牛乳	米菓 中華めん ごま油 水稲穀粒 でん粉 車糖 薄力粉	もやし にんじん はくさい 根菜ねぎ 乾しいたけ ぶどう ブロッコリー かぼちゃ	エネルギー：498kcal タンパク：17.7g 脂質：10.2g	食塩相当量：1.1g	お誕生会
10 土	麦茶 チョイス	ミルクリッチ カウボーイスープ 牛乳 梨	オレンジジュース 星たべよ	たいざ水煮缶 鶏むね 牛乳	ビスケット クリームパン じゃがいも でん粉 米菓	たまねぎ にんじん トマト缶 日本なし	エネルギー：461kcal タンパク：16.3g 脂質：13.1g	食塩相当量：1.1g	さくら組 親子 陶芸教室
11 日									
12 月	ぶどうジュース ぱりんこ	ハッシュドポーク キャベツサラダ 牛乳 パナナ ご飯	ヤクルト 手作り米粉ときな粉の クッキー(★)	ぶたかた 牛乳 鶏卵 きな粉	米菓 じゃがいも 油 水稲穀粒 米粉 ざらめ糖 無塩バター メーブルシロップ	にんじん たまねぎ ぶなしめじ きやいんげん キャベツ きゅうり コーン缶 パナナ	エネルギー：520kcal タンパク：14.8g 脂質：13.4g	食塩相当量：1g	
13 火	牛乳 ビスケット	シュウマイ 温野菜 さつま芋 青菜汁 りんご ご飯	スポン たまりせんべい	牛乳 ぶたひき まぐろ類缶 かつお節 みそ	ビスケット しゅうまいの皮 ごま油 でん粉 焼きふ 水稲穀粒 さつまいも 米菓	しょうが たまねぎ 乾しいたけ キャベツ にんじん わかめ こまつな りんご	エネルギー：482kcal タンパク：15.9g 脂質：11.1g	食塩相当量：1.1g	
14 水	麦茶 パナナ	焼き魚 かぼちゃサラダ えのき汁 梨 ご飯	牛乳 卵焼きサンド(★)	べにざけ かつお節 みそ 牛乳 鶏卵	マヨネーズ 水稲穀粒 食パン 車糖	パナナ かぼちゃ にんじん きゅうり コーン缶 えのきたけ たまねぎ 日本なし	エネルギー：426kcal タンパク：19.6g 脂質：12.2g	食塩相当量：1.1g	
15 木	ぶどうジュース 醤油せんべい	麻婆豆腐 半月卵 ブロッコリー じゃがいも汁 パナナ ご飯	牛乳 ゴマクラッカー	木綿豆腐 ぶたひき みそ 鶏卵 かつお節 牛乳	米菓 油 でん粉 じゃがいも マヨネーズ 水稲穀粒 クラッカー ごま	根菜ねぎ いら にんじん たまねぎ パナナ ブロッコリー	エネルギー：500kcal タンパク：16.7g 脂質：13.9g	食塩相当量：1.1g	
16 金	麦茶 星たべよ	和風きのこスパゲティ レバーのケチャップ煮 牛乳 ぶどう ご飯	牛乳寒天(★) ビスケット	ベーコン ぶたレバー 牛乳	米菓 スパゲティ 油 でん粉 水稲穀粒 車糖 ビスケット	たまねぎ にんじん ぶなしめじ あまのり ぶどう てんぐさ みかん缶	エネルギー：454kcal タンパク：16.9g 脂質：14g	食塩相当量：1g	さくら組 遠足
17 土	リンゴジュース アスパラガス	コッパン(甘バター) 中華ソテー 牛乳 パナナ	プリン アンパンマンせんべい	ぶたかた 牛乳	ビスケット クリームパン はるさめ ごま油 米菓	チンゲンサイ にんじん たまねぎ パナナ	エネルギー：543kcal タンパク：16.4g 脂質：16.9g	食塩相当量：1.2g	
18 日									
19 月									敬老の日
20 火	麦茶 パナナ	焼肉 ビーフソテー 豆豉汁 りんご ご飯	ヨーグルト うす焼きせんべい	ぶたロース 鶏ひき かつお節 みそ	車糖 ごま ビーフ 油 焼きふ 水稲穀粒 米菓	パナナ にんにく しょうが たまねぎ 青ピーマン にんじん こまつな りんご	エネルギー：435kcal タンパク：15.8g 脂質：10.9g	食塩相当量：0.9g	
21 水	リンゴジュース せんべい	かつおのフライ 青菜のお浸し 大根汁 ぶどう ご飯	牛乳 ラスク(★)	かつお 鶏卵 みそ かつお節 牛乳	米菓 薄力粉 米粉 ざらめ糖 水稲穀粒 食パン ざらめ糖 オリーブ油	しょうが こまつな にんじん もやし たいこん 根菜ねぎ ぶどう	エネルギー：499kcal タンパク：19.1g 脂質：13.1g	食塩相当量：1.2g	
22 木	牛乳 星たべよ	五目納豆 さつま芋の甘煮 えのき汁 パナナ ご飯	麦茶 おはぎ(★)	牛乳 糸引き納豆 焼き竹輪 鶏卵 かつお節 みそ あずき きな粉	米菓 油 さつまいも 車糖 水稲穀粒	にんじん 根菜ねぎ えのきたけ たまねぎ わかめ パナナ	エネルギー：513kcal タンパク：17.3g 脂質：9.8g	食塩相当量：1.3g	
23 金									秋分の日
24 土	麦茶 ビスケット	サンドイッチ(きゅうり・チーズ*ジャム) コンソメスープ 牛乳 オレンジ	リンゴジュース ぱりんこ	プロセスチーズ 鶏もも 牛乳	ビスケット 食パン マヨネーズ ジャム じゃがいも 米菓	きゅうり にんじん たまねぎ キャベツ ほうれんそう コーン缶 オレンジ	エネルギー：451kcal タンパク：13g 脂質：11.4g	食塩相当量：1.2g	
25 日									
26 月	ぶどうジュース 醤油せんべい	照り焼きチキン ポテトサラダ 豚汁 パナナ ご飯	ドリンクヨーグルト(★) ビスケット	鶏もも プロセスチーズ ぶたかた 油揚げ みそ ヨーグルト 牛乳	米菓 じゃがいも マヨネーズ さといも こんにやく 水稲穀粒 乳酸菌飲料 ビスケット	しょうが きゅうり にんじん コーン缶 ごぼう 根菜ねぎ パナナ	エネルギー：483kcal タンパク：16.3g 脂質：13.9g	食塩相当量：1.1g	
27 火	麦茶 パナナ	ヒレカツ 千切キャベツ ベイクドポテト わかめ汁 ぶどう ご飯	牛乳 せんべい	ぶたヒレ 鶏卵 かつお節 みそ 牛乳	薄力粉 パン粉 油 車糖 じゃがいも 水稲穀粒 米菓	パナナ キャベツ にんじん わかめ たまねぎ ぶどう	エネルギー：431kcal タンパク：16.7g 脂質：11.9g	食塩相当量：1.3g	
28 水	ゼリー ぱりんこ	さんまの蒲焼き 青菜のごま和え えのき汁 オレンジ ご飯	牛乳 クリームボックス(★)	さんま かつお節 みそ 牛乳 加糖練乳	米菓 でん粉 車糖 油 ごま 水稲穀粒 食パン ざらめ糖 無塩バター	こまつな にんじん もやし コーン缶 えのきたけ たまねぎ オレンジ	エネルギー：524kcal タンパク：16.6g 脂質：16.2g	食塩相当量：1.4g	
29 木	ぶどうジュース ゴマクラッカー	筑前煮 厚焼き玉子 たまねぎ汁 梨 ご飯	牛乳 焼き芋(★)	鶏もも 凍り豆腐 鶏卵 みそ かつお節 牛乳	クラッカー ごま 車糖 水稲穀粒 さつまいも 油	ごぼう にんじん 乾しいたけ れんこん さやいんげん たまねぎ 日本なし	エネルギー：475kcal タンパク：16.0g 脂質：11.2g	食塩相当量：0.8g	
30 金	麦茶 クッキー	けんちんうどん 揚げ出し豆腐 牛乳 ぶどう	ジョア せんべい	鶏もも 油揚げ 凍り豆腐 牛乳	ビスケット 干しうどん でん粉 車糖 油 米菓	はくさい だいこん ごぼう にんじん 根菜ねぎ ぶどう	エネルギー：429kcal タンパク：18.6g 脂質：13.4g	食塩相当量：1.3g	

※(★)は、手作りおやつです。また、材料の都合により、献立を変更する場合があります。

※シチューと手作りおやつ(クッキー)には市から頂いた  
会津産の米粉を使います。  
※7日は防災訓練があります。  
「食べることは生きること」「食べ物の大切さ」を伝え  
災害時の食事の体験として非常食(野菜カレー)を食べます。



# 9月 離乳食献立予定表

日(曜)	献立名(共進分) AM	離乳食PM(後期)
1(木)	おかゆ じゃが芋のひき肉煮 豆麩汁	ブロッコリーがゆ ほうじ茶
2(金)	おかゆ キャベツのやわらか煮 ころころスープ	りんごのパンケーキ ほうじ茶
3(土)	おかゆ 野菜のひき肉煮 玉ねぎ汁	スティックポテト ほうじ茶
4(日)		
5(月)	おかゆ 厚揚げと大根の煮物 じゃが芋汁	キャベツがゆ ほうじ茶
6(火)	おかゆ 鶏肉とほうれん草の煮物 キャベツ汁	さつま芋のおふかし ほうじ茶
7(水)	おかゆ マッシュポテト ポトフ	にゅうめん ほうじ茶
8(木)	おかゆ キャベツと鶏肉の煮物 大根汁	いんげんがゆ ほうじ茶
9(金)	おかゆ 肉団子 白菜汁	かぼちゃの茶巾 ほうじ茶
10(土)	おかゆ 鶏肉のトマト煮 オニオンスープ	おかかがゆ ほうじ茶
11(日)		
12(月)	おかゆ 豚肉とキャベツの煮物 豆麩汁	バナナヨーグルト ほうじ茶
13(火)	おかゆ ブロッコリーひき肉煮 玉ねぎ汁	いそがゆ ほうじ茶
14(水)	おかゆ 鮭の野菜煮 人参汁	やわらかトースト ほうじ茶
15(木)	おかゆ 麻婆豆腐 大根汁	じゃが芋のおやき ほうじ茶
16(金)	おかゆ かぼちゃ煮 具たくさん汁	スープスパゲティ ほうじ茶
17(土)	おかゆ 豚肉と野菜の煮物 わかめスープ	青菜がゆ ほうじ茶
18(日)		
19(月)		
20(火)	おかゆ 野菜のそぼろ煮 豆麩汁	人参がゆ ほうじ茶
21(水)	おかゆ 白身魚の野菜あんかけ 玉ねぎ汁	チーズトースト ほうじ茶
22(木)	おかゆ 五目納豆 えのき汁	さつま芋がゆ ほうじ茶
23(金)		
24(土)	おかゆ キャベツと鶏肉の煮物 オニオンスープ	青菜がゆ ほうじ茶
25(日)		
26(月)	おかゆ コロコロポテト 豚汁	フルーツヨーグルト ほうじ茶
27(火)	おかゆ 豚肉と野菜の煮物 わかめ汁	キャベツがゆ ほうじ茶
28(水)	おかゆ さんまの野菜あんかけ えのき汁	かぼちゃロールサンド ほうじ茶
29(木)	おかゆ 筑前煮 玉ねぎ汁	スイートポテト ほうじ茶
30(金)	おかゆ 鶏肉と大根の煮物 白菜汁	煮込みうどん ほうじ茶

- \* 献立は、材料の関係上、一部変更になる場合があります。
- \* 献立は、後期に合わせて立てています。

初期はドロドロ状  
 中期は舌でつぶせる固さ  
 後期は歯ぐきでつぶせる固さです。

