

令和5年 6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	行事
	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	金平ごぼう 野菜入り玉子焼き 牛乳 パナナ	牛乳 クッキー	ぶたかた 鶏卵 プロセスチーズ 牛乳	しらたき ごま 車糖 油 ビスケット	ごぼう にんじん 乾しいたけ たまねぎ パナナ	エネルギー: 397kcal タンパク: 17.6g 脂質: 19.7g	0.8g	プール開き
2 金	けんちんうどん 揚げ出し豆腐 牛乳 オレンジ	ジョア フライドポテト(★)	鶏もも 油揚げ 凍り豆腐 牛乳	干しうどん でん粉 車糖 じゃがいも 油	はくさい だいこん ごぼう 根深ねぎ にんじん パレンシアオレンジ	エネルギー: 473kcal タンパク: 20.8g 脂質: 17.4g	1.3g	
3 土	コッペパン(甘バター) 春雨スープ 牛乳 メロン	野菜生活 サラダせんべい	ぶたかた 牛乳	クリームパン はるさめ ごま油 米菓	にんじん たまねぎ 乾燥わかめ こまつな メロン	エネルギー: 509kcal タンパク: 18.4g 脂質: 17.4g	1.2g	
4 日								
5 月	キーマカレー コールスローサラダ 牛乳 オレンジ	ドリンクヨーグルト(★) ビスケット	ぶたひき 牛乳 ヨーグルト	油 マヨネーズ 乳酸菌飲料 ビスケット	なす ぶなしめじ キャベツ コーン缶 きゅうり パレンシアオレンジ	エネルギー: 383kcal タンパク: 13g 脂質: 20.2g	1.1g	
6 火	チキンカツ キャベツ和え ベイクドポテト 牛乳 メロン	プリン アンパンマンせんべい	鶏むね 鶏卵 ナチュラルチーズ かつお節 牛乳	薄力粉 パン粉 じゃがいも 油 米菓	パセリ キャベツ にんじん メロン	エネルギー: 407kcal タンパク: 18g 脂質: 17.4g	0.7g	
7 水	まぐろの照り焼き かみかみサラダ 牛乳 オレンジ	牛乳 クリームボックス(★)	まぐろ類 ベーコン 牛乳 加糖練乳	ごま マヨネーズ 食パン ざらめ糖 無塩バター でん粉	しょうが にんじん ごぼう コーン缶 きゅうり パレンシアオレンジ	エネルギー: 411kcal タンパク: 22.5g 脂質: 15.8g	0.8g	
8 木	じゃがいものひき肉煮 ス克蘭ブルエッグ 牛乳 グレープフルーツ	牛乳 お好み焼き(★)	鶏肉 鶏卵 牛乳 プロセスチーズ かつお節	じゃがいも 車糖 でん粉 薄力粉 ながいも マヨネーズ	たまねぎ さやいんげん グレープフルーツ キャベツ コーン缶 あおさ	エネルギー: 399kcal タンパク: 18.8g 脂質: 18g	0.9g	
9 金	焼きそば チキンサラダ 牛乳 メロン	ジョア ビスケット	ぶたかた 鶏むね 牛乳	蒸し中華めん ごま 油 マヨネーズ ビスケット	もやし 青ピーマンにんじん キャベツ レタス きゅうり メロン	エネルギー: 355kcal タンパク: 16.7g 脂質: 15.3g	0.6g	
10 土	食パン(ジャム) グラタン 牛乳 パナナ	オレンジジュース まがりせんべい	鶏もも 牛乳 プロセスチーズ	食パン いちご マカロニ じゃがいも 上新粉 オリーブ油 米菓	にんじん たまねぎ パナナ	エネルギー: 599kcal タンパク: 19.9g 脂質: 15.3g	1.3g	
11 日								
12 月	ハッシュドポーク 小女子の甘煮 アスパラ 牛乳 オレンジ	あじさいゼリー(★) 源氏パイ	ぶたかたロース いかなご 牛乳 ヨーグルト	じゃがいも 油 車糖 マヨネーズ リーフパイ	ぶなしめじ グリンピース アスパラガス りんご ぶどう てんぐさ	エネルギー: 377kcal タンパク: 11.5g 脂質: 18.3g	1g	
13 火	ハンバーグ 温野菜あえ 牛乳 メロン	スポロン ぼたぼた焼き 小魚	ぶたひき 鶏むね 鶏卵 牛乳 かつおいわし	パン粉 車糖 油 米菓	たまねぎ キャベツ ブロッコリー にんじん コーン缶 メロン	エネルギー: 394kcal タンパク: 22.2g 脂質: 12.8g	1.4g	
14 水	焼き魚 かぼちゃサラダ 牛乳 オレンジ	牛乳 ピザトースト(★)	べにざけ 牛乳 ベーコン プロセスチーズ	マヨネーズ 食パン オリーブ油	にんじん きゅうり パレンシアオレンジ たまねぎ 青ピーマン	エネルギー: 421kcal タンパク: 22.5g 脂質: 18.9g	0.7g	
15 木	五目納豆 さつま芋の甘煮 牛乳 グレープフルーツ	アイス せんべい	納豆 焼き竹輪 鶏卵 牛乳	油 さつまいも 車糖 ラクトアイス 米菓	にんじん 根深ねぎ グレープフルーツ	エネルギー: 437kcal タンパク: 14g 脂質: 19.9g	1g	
16 金	ピースご飯 鶏のから揚げ ブロッコリーのおかか和え ころころスープ オレンジ	牛乳 米粉のロールケーキ (★)	鶏もも かつお節 ベーコン 青えんどう 牛乳 鶏卵 ホイップクリーム	薄力粉 油 じゃがいも 水稲穀粒 ごま 上新粉 車糖	ブロッコリー にんじん たまねぎ キャベツ パレンシアオレンジ いちご	エネルギー: 509kcal タンパク: 19.3g 脂質: 20.1g	1g	お誕生会
17 土	ロールパン(ポテト・ジャム) 野菜たっぷり豆乳スープ 牛乳 パナナ	リンゴジュース せんべい	鶏もも 牛乳	ロールパン じゃがいも マヨネーズ 豆乳 ビスケット	きゅうり にんじん たまねぎ キャベツ パナナ	エネルギー: 532kcal タンパク: 15.1g 脂質: 13.3g	1.5g	
18 日								
19 月	ホワイトシチュー アスパラサラダ 牛乳 グレープフルーツ	フルーツヨーグルト (★) ビスケット	鶏もも ベーコン 牛乳 ヨーグルト	じゃがいも 油 マヨネーズ ビスケット	キャベツ アスパラガス コーン缶 きゅうり みかん缶 もも缶 パナナ	エネルギー: 363kcal タンパク: 13.0g 脂質: 16.6g	0.4g	
20 火	焼肉 ビーフソテー 牛乳 メロン	牛乳 ビスコ	ぶたかたロース 鶏むね 牛乳	車糖 ごま ビーフン 油 ビスケット	たまねぎ 青ピーマン にんじん メロン	エネルギー: 430kcal タンパク: 18g 脂質: 23g	0.8g	
21 水	白身魚のマリネ 三色和え 牛乳 オレンジ	牛乳 パンブキンパン	まがれい かつお節 牛乳	でん粉 オリーブ油 車糖 ロールパン	赤ピーマン ほうれんそう パレンシアオレンジ かぼちゃ	エネルギー: 373kcal タンパク: 19.3g 脂質: 15g	1g	
22 木	切り干し大根の煮物 玉子焼き 牛乳 スイカ	牛乳 揚げせんべい	油揚げ 鶏もも 鶏卵 牛乳	じゃがいも 車糖 油 米菓	切干しいたけ にんじん さやいんげん すいか	エネルギー: 371kcal タンパク: 16.1g 脂質: 15.4g	0.9g	
23 金	サラダうどん 鶏肉のさっぱり煮 牛乳 オレンジ	ジョア きな粉おにぎり(★)	まぐろ類 鶏もも 牛乳 きな粉	干しうどん 水稲穀粒 車糖	にんじん きゅうり レタス コーン缶 パレンシアオレンジ	エネルギー: 430kcal タンパク: 23.3g 脂質: 7.5g	1.3g	
24 土	ソフトフランス(ミルクリッチ) ジャーマンポテト 牛乳 メロン	ぶどうゼリー ぱりんこ	ベーコン 牛乳	クリームパン じゃがいも 油 ゼリー 米菓	たまねぎ にんじん コーン缶 パセリ メロン	エネルギー: 521kcal タンパク: 16.9g 脂質: 19.1g	1.4g	
25 日								
26 月	チンジャオロース とうもろこし むらくも汁 スイカ	牛乳 クラッカー	ぶたロース 蒸しかまぼこ 鶏卵 鶏もも 絹ごし豆腐 牛乳	油 でん粉 じゃがいも クラッカー	たけのこ 青ピーマン もやし にんじん コーン 根深ねぎ すいか	エネルギー: 367kcal タンパク: 16.9g 脂質: 13.5g	1.2g	
27 火	松風焼き マカロニサラダ 牛乳 オレンジ	麦茶 フルーツパフェ(★)	鶏むね 鶏卵 みそ 牛乳	パン粉 車糖 ごま マカロニ マヨネーズ ラクトアイス コーンフレーク	たまねぎ きゅうり にんじん コーン缶 いちご メロン	エネルギー: 397kcal タンパク: 17.5g 脂質: 18g	0.9g	
28 水	赤魚の煮付け ひじきサラダ 牛乳 パナナ	牛乳 カレーパン(★)	くろだい ベーコン 牛乳 ぶたひき プロセスチーズ	車糖 和風調味料 コッペパン 油	ひじき きゅうり にんじん たくあん漬 パナナ たまねぎ	エネルギー: 391kcal タンパク: 20.9g 脂質: 15.2g	1.3g	
29 木	厚揚げの中華煮 半月卵 さつま芋 牛乳 オレンジ	牛乳 ビスケット	生揚げ ぶたかた 鶏卵 牛乳	ごま油 でん粉 さつまいも ビスケット	にんじん たまねぎ はくさい 根深ねぎ パレンシアオレンジ	エネルギー: 401kcal タンパク: 16.8g 脂質: 20.1g	0.4g	
30 金	ナスとトマトのスパゲッティ レバーの竜田揚げ 牛乳 メロン	ヤクルト サラダせんべい	ベーコン ナチュラルチーズ ぶたレバー 牛乳	スパゲッティ 油 でん粉 車糖 米菓	なす たまねぎ トマト缶 にんじん メロン	エネルギー: 378kcal タンパク: 16.8g 脂質: 12.1g	0.9g	

※(★)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。

※会津若松市産コシヒカリ米粉を使用した「米粉のロールケーキ」を提供します。旬の食材では、国産のグリンピースや新じゃがいも、会津産アスパラガスを使用します。※6月は食育月間です。子ども達が成人した時、望ましい食習慣を身につけられるように、食の大切さを伝えていきたいです。

よくかんでたべましょう



令和5年 6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	食塩相当量	行事
	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	ぶどうジュース 星たべよ	金平ごぼう 野菜入り玉子焼き えのき汁 バナナ ご飯	牛乳 クッキー	ぶたかた 鶏卵 プロセスチーズ みそ 牛乳	米菓 しらたき ごま 車糖 油 水稲穀粒 ビスケット	ごぼう にんじん 乾しいたけ えのきたけ わかめ バナナ	エネルギー: 445kcal タンパク: 15.1g 脂質: 13.7g	食塩相当量: 1.3g	プール開き
2 金	ゼリー	けんちんうどん 揚げ出し豆腐 牛乳 オレンジ	ジョア フライドポテト(★)	鶏もも 油揚げ 凍り豆腐 牛乳	干しうどん でん粉 車糖 油 じゃがいも	はくさい だいこん ごぼう 根深ねぎ にんじん バレンシアオレンジ	エネルギー: 470kcal タンパク: 18.5g 脂質: 14.0g	食塩相当量: 1.2g	
3 土	麦茶 アスパラガス	コッペパン(甘バター) 春雨スープ 牛乳 メロン	野菜生活 ばりんこ	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	にんじん たまねぎ わかめ こまつな メロン	エネルギー: 396kcal タンパク: 12.6g 脂質: 13.5g	食塩相当量: 1g	
4 日									
5 月	麦茶 バナナ	キーマカレー コールスローサラダ 牛乳 オレンジ ご飯	ドリンクヨーグルト(★) 動物ビスケット	ぶたひき 牛乳 ヨーグルト	油 マヨネーズ 水稲穀粒 乳酸菌飲料 ビスケット	なす ぶなしめじ キャベツ きゅうり バレンシアオレンジ	エネルギー: 438kcal タンパク: 12.7g 脂質: 16.8g	食塩相当量: 0.8g	
6 火	リンゴジュース クラッカー	チキンカツ キャベツ和え 豆腐汁 メロン ご飯	プリン せんべい	鶏むね 鶏卵 ナチュラルチーズ 絹ごし豆腐 みそ	クラッカー 薄力粉 パン粉 油 水稲穀粒 米菓	パセリ キャベツ にんじん たまねぎ メロン	エネルギー: 436kcal タンパク: 15.6g 脂質: 9g	食塩相当量: 0.9g	
7 水	ゼリー	まぐろの照り焼き かみかみサラダ 小松菜汁 オレンジ ご飯	牛乳 クリームボックス(★)	まぐろ類 ベーコン みそ 牛乳 加糖練乳	ゼリー ごま マヨネーズ 水稲穀粒 食パン 無塩バター でん粉	ごぼう コーン缶 きゅうり こまつな バレンシアオレンジ	エネルギー: 437kcal タンパク: 18.8g 脂質: 10.6g	食塩相当量: 1g	
8 木	麦茶 ビスケット	じゃがいものひき肉煮 ス克蘭ブルエッグ えのき汁 グレープフルーツ ご飯	牛乳 お好み焼き(★)	鶏ひき 鶏卵 みそ 牛乳 プロセスチーズ かつお節	ビスケット じゃがいも 車糖 でん粉 油 水稲穀粒 ながいも	たまねぎ さやいんげん えのきたけ キャベツ コーン缶	エネルギー: 405kcal タンパク: 16.2g 脂質: 12.8g	食塩相当量: 1.1g	
9 金	リンゴジュース ばりんこ	焼きそば チキンサラダ メロン ご飯	ジョア ビスケット	ぶたかた 鶏むね 牛乳	米菓 蒸し中華めん ごま 油 マヨネーズ 水稲穀粒 ビスケット	もやし 青ピーマン にんじん キャベツ レタス きゅうり メロン	エネルギー: 454kcal タンパク: 16.9g 脂質: 12g	食塩相当量: 0.6g	
10 土	麦茶 動物ビスケット	食パン(ジャム) グラタン 牛乳 バナナ	オレンジジュース 醤油せんべい	鶏もも 牛乳 プロセスチーズ	ビスケット 食パン ジャム マカロニ じゃがいも 上新粉 オリーブ油 米菓	にんじん たまねぎ バナナ	エネルギー: 493kcal タンパク: 14.4g 脂質: 12.5g	食塩相当量: 1.1g	
11 日									
12 月	麦茶 ばりんこ	ハッシュドポーク 小女子の甘煮 アスパラ 牛乳 オレンジ ご飯	あじさいゼリー(★) せんべい	ぶたかたロース いかなご 牛乳 ヨーグルト	米菓 じゃがいも 油 車糖 マヨネーズ 水稲穀粒	グリーンピース アスパラガス りんごジュース ぶどうジュース てんぐさ	エネルギー: 390kcal タンパク: 11.7g 脂質: 11.2g	食塩相当量: 1g	
13 火	ぶどうジュース 動物ビスケット	ハンバーグ 温野菜あえ たまねぎ汁 メロン ご飯	スポロン ぼたぼた焼き	ぶたひき 鶏ひき 鶏卵 みそ	ビスケット パン粉 車糖 油 水稲穀粒 米菓	たまねぎ キャベツ プロックリー にんじん さやいんげん メロン	エネルギー: 461kcal タンパク: 15.7g 脂質: 10.1g	食塩相当量: 1g	
14 水	リンゴジュース 醤油せんべい	焼き魚 かぼちゃサラダ わかめ汁 オレンジ ご飯	牛乳 ピザトースト(★)	べにざけ 絹ごし豆腐 みそ 牛乳 ベーコン プロセスチーズ	米菓 マヨネーズ 水稲穀粒 食パン オリーブ油	かぼちゃ きゅうり コーン缶 青ピーマン バレンシアオレンジ	エネルギー: 458kcal タンパク: 19.1g 脂質: 13.4g	食塩相当量: 1.2g	
15 木	麦茶 ビスケット	五目納豆 さつま芋の甘煮 えのき汁 グレープフルーツ ご飯	アイス せんべい	納豆 焼き竹輪 鶏卵 みそ	ビスケット 油 さつまいも 車糖 水稲穀粒 ラクトアイス 米菓	にんじん 根深ねぎ えのきたけ たまねぎ グレープフルーツ	エネルギー: 472kcal タンパク: 11.8g 脂質: 16.9g	食塩相当量: 1.1g	
16 金	ゼリー	ピースご飯 鶏のから揚げ プロックリーのおかか和え ころころスープ オレンジ	牛乳 米粉のロールケーキ (★)	鶏もも ベーコン 青えんどう 牛乳 鶏卵 ホイップクリーム	薄力粉 油 じゃがいも 水稲穀粒 ごま 上新粉 車糖	プロックリー にんじん たまねぎ キャベツ バレンシアオレンジ いちご	エネルギー: 453kcal タンパク: 15.2g 脂質: 16.2g	食塩相当量: 0.8g	お誕生会
17 土	麦茶 ビスケット	ロールパン(ポテト・ジャム) 野菜たっぷり豆乳スープ 牛乳 バナナ	リンゴジュース せんべい	鶏もも 牛乳	米菓 ロールパン じゃがいも マヨネーズ ジャム 豆乳	きゅうり にんじん たまねぎ キャベツ バナナ	エネルギー: 436kcal タンパク: 10.9g 脂質: 12.2g	食塩相当量: 1.0g	
18 日									
19 月	麦茶 醤油せんべい	ホワイトシチュー アスパラサラダ 牛乳 グレープフルーツ ご飯	フルーツヨーグルト (★) 動物ビスケット	鶏もも ベーコン 牛乳 ヨーグルト	米菓 じゃがいも 油 マヨネーズ 水稲穀粒 ビスケット	にんじん アスパラガス コーン缶 きゅうり みかん缶 もも缶 バナナ	エネルギー: 433kcal タンパク: 13.3g 脂質: 14.4g	食塩相当量: 0.6g	
20 火	ぶどうジュース ばりんこ	焼肉 ビーフソテー 豆麩汁 メロン	牛乳 ビスコ	ぶたかたロース 鶏ひき みそ 牛乳	米菓 車糖 ごま ビーフ 油 焼きふ ビスケット	たまねぎ 青ピーマン にんじん こまつな メロン	エネルギー: 413kcal タンパク: 14.9g 脂質: 16.3g	食塩相当量: 0.9g	
21 水	麦茶 バナナ	白身魚のマリネ 三色和え わかめ汁 オレンジ ごはん	牛乳 パンブキンパン	まがれい かつお節 絹ごし豆腐 みそ 牛乳	でん粉 オリーブ油 車糖 水稲穀粒 ロールパン	赤ピーマン ほうれんそう コーン缶 わかめ バレンシアオレンジ	エネルギー: 418kcal タンパク: 17.2g 脂質: 10.8g	食塩相当量: 1.2g	
22 木	リンゴジュース ビスケット	切り干し大根の煮物 玉子焼き えのき汁 スイカ ご飯	牛乳 醤油せんべい	油揚げ 鶏もも 鶏卵 みそ 牛乳	ビスケット じゃがいも 車糖 油 水稲穀粒 米菓	切干しいたけ にんじん さやいんげん えのきたけ たまねぎ すいか	エネルギー: 429kcal タンパク: 13.5g 脂質: 12.4g	食塩相当量: 1.1g	
23 金	ぶどうジュース ばりんこ	サラダうどん 鶏肉のさっぱり煮 牛乳 オレンジ	ジョア きな粉おにぎり(★)	まぐろ類 鶏もも 牛乳 きな粉	米菓 干しうどん 水稲穀粒 車糖	にんじん きゅうり レタス コーン缶 バレンシアオレンジ	エネルギー: 443kcal タンパク: 19g 脂質: 6.7g	食塩相当量: 1.2g	
24 土	麦茶 クッキー	ソフトフランス(ミルクリッチ) ジャーマンポテト 牛乳 メロン	ゼリー ばりんこ	ベーコン 牛乳	ビスケット クリームパン じゃがいも 油 ゼリー 米菓	たまねぎ にんじん コーン缶 パセリ メロン	エネルギー: 418kcal タンパク: 11.3g 脂質: 15g	食塩相当量: 1.2g	
25 日									
26 月	リンゴジュース せんべい	チンジャオロース とうもろこし むらも汁 スイカ ご飯	牛乳 クラッカー	ぶたロース 蒸しかまぼこ 鶏卵 鶏もも 絹ごし豆腐 牛乳	米菓 油 でん粉 じゃがいも 水稲穀粒 クラッカー	たけのこ 青ピーマン もやし とうもろこし 根深ねぎ すいか	エネルギー: 455kcal タンパク: 15.6g 脂質: 10.9g	食塩相当量: 1.2g	
27 火	麦茶 せんべい	松風焼き マカロニサラダ 小松菜汁 オレンジ ご飯	麦茶 ヨーグルトパフェ(★)	鶏ひき 鶏卵 みそ ヨーグルト	米菓 ごま マカロニ マヨネーズ 焼きふ 水稲穀粒 コーンフレーク	きゅうり コーン缶 こまつな いちご メロン	エネルギー: 360kcal タンパク: 16.2g 脂質: 8.8g	食塩相当量: 1.1g	
28 水	ぶどうジュース ばりんこ	赤魚の煮付け ひじきサラダ たまねぎ汁 バナナ ご飯	牛乳 カレーパン(★)	くらだい ベーコン みそ 牛乳 ぶたひき プロセスチーズ	米菓 車糖 和風調味料 水稲穀粒 コッペパン 油	ひじき きゅうり にんじん たくあん漬 さやいんげん バナナ	エネルギー: 430kcal タンパク: 16.7g 脂質: 10g	食塩相当量: 1.3g	
29 木	麦茶 バナナ	厚揚げの中華煮 半月卵 さつま芋 えのき汁 オレンジ ご飯	牛乳 ビスケット	生揚げ ぶたかた 鶏卵 みそ 牛乳	ごま油 でん粉 水稲穀粒 さつまいも ビスケット	たまねぎ はくさい 根深ねぎ えのきたけ バレンシアオレンジ	エネルギー: 409kcal タンパク: 14.4g 脂質: 13.9g	食塩相当量: 0.8g	
30 金	リンゴジュース ビスケット	ナスとトマトのスパゲッティ レバーの竜田揚げ 牛乳 メロン ご飯	ヤクルト 星たべよ	ベーコン ナチュラルチーズ ぶたレバー 牛乳	ビスケット スパゲッティ 油 でん粉 車糖 水稲穀粒 米菓	なす たまねぎ トマト缶 にんじん メロン	エネルギー: 463kcal タンパク: 13.7g 脂質: 12g	食塩相当量: 0.7g	


※(★)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。

よくかんで食べましょう

※会津若松市産コシヒカリ米粉を使用した「米粉のロールケーキ」を提供します。旬の食材では、国産のグリーンピースや新じゃがいも、会津産アスパラガスを使用します。※6月は食育月間です。子ども達が成人した時、望ましい食習慣を身につけられるように、食の大切さを伝えていきたいです。



6月 離乳食献立予定表

日(曜)	献立名(共通分) AM		離乳食PM(後期)
1(木)	おかゆ	豚肉と野菜の煮物 わかめ汁	ほうじ茶 ブロッコリーがゆ
2(金)	おかゆ	鶏肉と大根の煮物 白菜汁	ほうじ茶 かぼちゃの茶巾
3(土)	おかゆ	野菜の煮物 キャベツ汁	ほうじ茶 青菜がゆ
4(日)			
5(月)	おかゆ	野菜のそぼろ煮 大根汁	ほうじ茶 バナナヨーグルト せんべい
6(火)	おかゆ	鶏肉とキャベツのやわらか煮 青菜汁	ほうじ茶 さつまいもがゆ
7(水)	おかゆ	魚の野菜あんかけ 玉ねぎ汁	ほうじ茶 いんげんがゆ
8(木)	おかゆ	じゃがいものひき肉煮 キャベツ汁	ほうじ茶 青菜がゆ
9(金)	おかゆ	鶏肉と玉ねぎの煮物 人参汁	ほうじ茶 かぼちゃのおやき オレンジ
10(土)	おかゆ	野菜のころころ煮 オニオンスープ 	ほうじ茶 磯がゆ
11(日)			
12(月)	おかゆ	豚肉とアスパラの煮物 大根汁	ほうじ茶 さつまいもスティック
13(火)	おかゆ	やわらかハンバーグ キャベツスープ	ほうじ茶 人参がゆ
14(水)	おかゆ	鮭の野菜あんかけ 玉ねぎ汁	ほうじ茶 おやき
15(木)	おかゆ	五目納豆 かぼちゃ煮	ほうじ茶 キャベツがゆ
16(金)	おかゆ	紅白煮 豆腐汁	ほうじ茶 わかめがゆ
17(土)	おかゆ	野菜の煮物 人参汁	ほうじ茶 ブロッコリーがゆ
18(日)			
19(月)	おかゆ	鶏肉のポトフ アスパラのスープ	ほうじ茶 フルーツヨーグルト せんべい
20(火)	おかゆ	野菜の鶏そぼろ煮 玉ねぎ汁	ほうじ茶 人参がゆ
21(水)	おかゆ	白身魚と野菜の煮物 いんげん汁	ほうじ茶 かぼちゃがゆ
22(木)	おかゆ	鶏肉と大根の煮物 人参汁	ほうじ茶 キャベツがゆ
23(金)	おかゆ	ツナときゅうりの煮物 青菜汁	ほうじ茶 きな粉がゆ
24(土)	おかゆ	ジャーマンポテト風 ブロッコリーのスープ	ほうじ茶 おかかがゆ
25(日)			
26(月)	おかゆ	豆腐と野菜の煮物 人参汁	ほうじ茶 さつまいもがゆ
27(火)	おかゆ	ミートボール 玉ねぎ汁	ほうじ茶 青菜がゆ
28(水)	おかゆ	赤魚の野菜あんかけ キャベツ汁	ほうじ茶 ひじきがゆ
29(木)	おかゆ	豚肉の中華風煮 いんげん汁	ほうじ茶 ブロッコリーのおやき
30(金)	おかゆ	野菜のトマト煮 かぼちゃのスープ	ほうじ茶 リゾット

* 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。 ○ ◎ ○ ○ ○ + ◎ ○ + ○ ○ ◎ ○ ○ ○

