


# 令和5年 10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	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 日							
2 月	ハッシュドポーク 小女子の甘煮 かぼちゃ牛乳 みかん	ヤクルト サラダせんべい	ぶたかたロース いかなご 牛乳	じゃがいも 油 車糖 米菓	にんじん たまねぎ ぶなしめじ グリンピース みかん かぼちゃ	エネルギー: 398kcal タンパク: 11.5g 脂質: 15.7g	食塩相当量: 1.3g さくら組 飯盛山 工場見学
3 火	シュウマイ 温野菜 牛乳 りんご	ミルク寒天(★) せんべい	ぶたひき グリンピース 牛乳	しゅうまいの皮 ごま油 でん粉 ざらめ糖 米菓	乾しいたけ ブロッコリー りんご てんぐさ みかん缶 シャインマスカット	エネルギー: 394kcal タンパク: 16.8g 脂質: 12.8g	食塩相当量: 0.9g
4 水	カレイのムニエル マセドアンサラダ ジュリアンスープ グレープフルーツ	牛乳 ホイップ・サンド ブルーベリー(★)	まがれい ベーコン 牛乳 ホイップクリーム	無塩バター 薄力粉 さつまいも マヨネーズ ごま 食パン ブルーベリー	にんじん コーン缶 きゅうり たまねぎ キャベツ グレープフルーツ	エネルギー: 414kcal タンパク: 18g 脂質: 15.4g	食塩相当量: 0.9g
5 木	切り干し大根の煮物 スクラブルエッグ 牛乳 ぶどう	牛乳 ビスケット	油揚げ 鶏もも 鶏卵 プロセスチーズ 牛乳	じゃがいも 車糖 油 ビスケット	切干しだいこん にんじん さやいんげん シャインマスカット	エネルギー: 410kcal タンパク: 15.6g 脂質: 21.1g	食塩相当量: 0.9g
6 金	タンメン 鶏肉のさっぱり煮 ブロッコリー 牛乳 パナナ	ジョア 香りおにぎり(★)	ぶたかた 鶏もも 牛乳 しらす干し	中華めん ごま油 マヨネーズ 水稲穀粒	もやし にんじん はくさい にら 根深ねぎ パナナ ブロッコリー ひじき しそ	エネルギー: 476kcal タンパク: 21.1g 脂質: 11.6g	食塩相当量: 0.7g
7 土	ソフトフランス(ジャム) グラタン 牛乳 オレンジ	野菜生活 クラッカー	鶏もも 牛乳 プロセスチーズ	コッパン いちご マカロニ じゃがいも 上新粉 オリーブ油 クラッカー	にんじん たまねぎ バレンシアオレンジ	エネルギー: 564kcal タンパク: 19.6g 脂質: 16.4g	食塩相当量: 1.2g
8 日							
9 月							スポーツの日
10 火	ささ身揚げ きゃべつサラダ のっぺい汁 グレープフルーツ	ドリンクヨーグルト(★) マリービスケット	鶏ささ身 鶏もも 油揚げ ヨーグルト 牛乳	プレミックス粉 油さといも 板こんにやく でん粉 乳酸菌飲料 ビスケット	キャベツ きゅうり ごぼう にんじん だいこん 根深ねぎ グレープフルーツ	エネルギー: 387kcal タンパク: 17.6g 脂質: 17.4g	食塩相当量: 0.8g
11 水	まぐろのオーロラソース ごま和え 牛乳 パナナ	牛乳 ロールパン(ジャム)	まぐろ 牛乳	でん粉 油 マヨネーズ ごま ロールパン ジャム	こまつな にんじん もやし コーン缶 パナナ	エネルギー: 425kcal タンパク: 21.2g 脂質: 17.6g	食塩相当量: 1g
12 木	八宝菜 半月卵 青菜のソテー 牛乳 梨	牛乳 焼き芋(★)	ぶたかた 鶏卵 牛乳	ごま油 でん粉 油 さつまいも	にんじん 乾しいたけ たけのこ はくさい 根深ねぎ 日本なし チンゲンサイ	エネルギー: 392kcal タンパク: 16.3g 脂質: 15.9g	食塩相当量: 0.3g
13 金	オムライス チキンサラダ ころろスープ りんご チーズ	牛乳 ケーキ(★)	鶏ひき 鶏卵 鶏むね プロセスチーズ 牛乳 ホイップクリーム	水稲穀粒 オリーブ油 マヨネーズ じゃがいも プレミックス粉 無塩バター	たまねぎ キャベツ きゅうり にんじん にんにく りんご バレンシアオレンジ ぶどう	エネルギー: 587kcal タンパク: 21.1g 脂質: 22g	食塩相当量: 1.1g お誕生会 (暮のみ)
14 土	ロールパン(ポテト・ジャム) チンゲン菜のスープ 牛乳 みかん	ぶどうジュース せんべい	プロセスチーズ 牛乳	ロールパン じゃがいも マヨネーズ いちご 米菓	きゅうり チンゲンサイ たまねぎ にんじん 乾しいたけ みかん	エネルギー: 475kcal タンパク: 12.3g 脂質: 12.7g	食塩相当量: 1.4g さくら組 親子わくわく ランド
15 日							
16 月	チキンカレー コールスローサラダ さつま芋チップ 牛乳 オレンジ	ドリンクヨーグルト巨峰 (★) マリービスケット	鶏もも 牛乳 ヨーグルト	じゃがいも 油 マヨネーズ さつまいも 乳酸菌飲料 ビスケット	ぶなしめじ キャベツ コーン缶 きゅうり バレンシアオレンジ	エネルギー: 421kcal タンパク: 13.2g 脂質: 18.7g	食塩相当量: 1.1g
17 火	ハンバーグ かぼちゃサラダ 牛乳 りんご	スポン 揚げせんべい 小魚	ぶたひき 鶏ひき 鶏卵 牛乳 かたくちいわし	パン粉 車糖 油 マヨネーズ 米菓	たまねぎ かぼちゃ にんじん きゅうり コーン缶 りんご	エネルギー: 428kcal タンパク: 21.4g 脂質: 14.2g	食塩相当量: 1.3g
18 水	鮭のちゃんちゃん焼き 大根煮 牛乳 パナナ	牛乳 フレンチトースト(★)	しろさけ みそ 牛乳 鶏卵	油 車糖 食パン ざらめ糖 無塩バター	たまねぎ キャベツ ぶなしめじ だいこん にんじん パナナ	エネルギー: 423kcal タンパク: 22.9g 脂質: 14.8g	食塩相当量: 0.7g たんぽぽ組 遠足
19 木	赤飯 ぶりの照り焼き ブロッコリーサラダ こづゆ みかん	パフェ(★)	ぶり 貝柱 あずき	マヨネーズ さといも 焼きふ 水稲穀粒 ごま ラクトアイス コーンフレーク	ブロッコリーきゅうり きくらげ 乾しいたけ みかん バレンシアオレンジ メロン	エネルギー: 544kcal タンパク: 17.1g 脂質: 20.1g	食塩相当量: 1.2g 創立記念日 (暮のみ)
20 金	けんちんうどん 揚げ出し豆腐 バナナ 牛乳	ミルミル せんべい	鶏もも 凍り豆腐 牛乳 ヨーグルトドリンク	干しうどん でん粉 車糖	白菜 大根 ごぼう ねぎ	エネルギー: 465kcal タンパク: 17.1g 脂質: 12.6g	食塩相当量: 1.5g 五十嵐先生 墓参
21 土	食パン(甘バター) ポトフ 牛乳 梨	オレンジジュース せんべい	ベーコン 牛乳	クリームパン じゃがいも 米菓	にんじん たまねぎ キャベツ 日本なし	エネルギー: 512kcal タンパク: 16.5g 脂質: 16.4g	食塩相当量: 1.4g
22 日							
23 月	ホワイトシチュー 竹輪と厚揚げの煮物 牛乳 りんご	フルーツヨーグルト (★) マリービスケット	鶏もも 焼き竹輪 生揚げ 牛乳 ヨーグルト	じゃがいも オリーブ油 車糖 ビスケット	たまねぎ にんじん キャベツ コーン缶 りんご みかん缶 もも缶 パナナ	エネルギー: 405kcal タンパク: 16.3g 脂質: 17.7g	食塩相当量: 0.8g
24 火	焼肉 ビーフソテー 牛乳 梨	プリン せんべい	ぶたかたロース 牛乳	車糖 ごま ビーフ 米菓	たまねぎ 青ピーマン にんじん 日本なし	エネルギー: 392kcal タンパク: 14.1g 脂質: 15.8g	食塩相当量: 1g
25 水	さばの味噌煮 マッシュサラダ 牛乳 オレンジ	牛乳 カレーパン(★)	まさば みそ 牛乳 ぶたひき プロセスチーズ	車糖 じゃがいも マヨネーズ コッパン 油	にんじん キャベツ コーン缶 バレンシアオレンジ たまねぎ	エネルギー: 411kcal タンパク: 20.5g 脂質: 19.2g	食塩相当量: 1g
26 木	筑前煮 厚焼き玉子 牛乳 パナナ	牛乳 米粉のエクレア(★)	鶏もも 凍り豆腐 鶏卵 牛乳 ホイップクリーム	車糖 油 上新粉 無塩バター	ごぼう にんじん 乾しいたけ れんこん パナナ	エネルギー: 446kcal タンパク: 20.2g 脂質: 23.8g	食塩相当量: 0.8g
27 金	和風きのこスパゲティ レバーの竜田揚げ 牛乳 グレープフルーツ	ジョア せんべい	ベーコン ぶたレバー 牛乳	スパゲティ 油 でん粉 車糖 米菓	たまねぎ にんじん ぶなしめじ あまのり グレープフルーツ	エネルギー: 449kcal タンパク: 23.6g 脂質: 13.8g	食塩相当量: 0.8g
28 土	ソフトフランス(野菜チーズ) 野菜たっぷり豆乳スープ 牛乳 パナナ	野菜生活 せんべい	プロセスチーズ ベーコン 牛乳	コッパン 豆乳 じゃがいも 米菓	キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ パナナ	エネルギー: 501kcal タンパク: 16.2g 脂質: 12.4g	食塩相当量: 1.3g さくら組 親子 工作教室
29 日							
30 月	松風焼き 小松菜の和えもの 青のりポテト 牛乳 みかん	ソファール せんべい	鶏ひき 鶏卵 みそ 牛乳	パン粉 車糖 ごま じゃがいも 油 米菓	たまねぎ こまつな にんじん もやし みかん	エネルギー: 407kcal タンパク: 20.4g 脂質: 14g	食塩相当量: 1g
31 火	鶏チリ風 キャベツ和え 牛乳 りんご	牛乳 スイートパンプキン(★)	鶏もも かつお節 牛乳	でん粉 油 無塩バター 車糖 ビスケット	にんにく 根深ねぎ たまねぎ キャベツ にんじん りんご かぼちゃ	エネルギー: 403kcal タンパク: 17.1g 脂質: 18.5g	食塩相当量: 0.8g

※(★)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。  
※13日、19日は完全給食の為、お箸だけ持ってきてください。



しっかり食べて元気に運動しましょう

※創立記念日、五十嵐先生の墓参があります。  
みんなで、赤飯と会津のこづゆでお祝いをします。  
※食育では「世界の料理」を紹介します。  
今月はフランスの料理、ムニエル、マセドアン、ジュリアンスープなど、調理方法も伝えます。様々な食文化があることを感じて欲しいです。  
※園児が育てたさつま芋をおやつで焼き芋にして食べます。



# 令和5年 10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	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 日								
2 月	リンゴジュース ビスケット	ハッシュドポーク 小女子の甘煮 牛乳 みかん ごはん	ヤクルト 星たべよ	ぶたかたローズ いかなご 牛乳	ビスケット じゃがいも 油 車糖 水稲穀粒 米菓	にんじん たまねぎ ぶなしめじ グリンピース みかん	エネルギー: 479kcal タンパク: 11.7g 脂質: 11.6g	さくら組 飯盛山 工場見学
3 火	ぶどうジュース クッキー	シュウマイ 温野菜あえ 大根汁 りんご ごはん	ミルク寒天(★) せんべい	ぶたひき みそ かつお節 牛乳	ビスケット しゅうまいの皮 ごま油 でん粉 水稲穀粒 ざらめ糖 米菓	乾しいたけ ブロッコリー てんぐさ みかん缶 シャインマスカット	エネルギー: 491kcal タンパク: 15.5g 脂質: 10g	
4 水	麦茶 ぱりんこ	カレイのムニエル マセドアンサラダ ジュリアンスープ グレープフルーツ ごはん	牛乳 ブルーベリーサンド(★)	まがれい ベーコン 牛乳 ホイップクリーム	無塩バター 薄力粉 さつまいも ごま 水稲穀粒 食パン ジャム	にんじん コーン缶 きゅうり たまねぎ キャベツ グレープフルーツ	エネルギー: 471kcal タンパク: 17.5g 脂質: 12.1g	
5 木	リンゴジュース 醤油せんべい	切り干し大根の煮物 ス克蘭ブルエッグ たまねぎ汁 ぶどう ごはん	牛乳 ビスケット	油揚げ 鶏もも 鶏卵 プロセスチーズ みそ 牛乳	米菓 じゃがいも 車糖 油 水稲穀粒 ビスケット	切干しだいこん にんじん さやいんげん たまねぎ シャインマスカット	エネルギー: 471kcal タンパク: 13.4g 脂質: 14.3g	
6 金	麦茶 クッキー	タンメン 鶏肉のさっぱり煮 牛乳 パナナ	ジョア 香りおにぎり(★)	ぶたかた 鶏もも 牛乳 しらす干し	ビスケット 干しうどん ごま 油 水稲穀粒	もやし にんじん はくさい にら 根深ねぎ パナナ ひじき しそ	エネルギー: 452kcal タンパク: 18.1g 脂質: 12.3g	
7 土	ぶどうジュース 星たべよ	ソフトフランス(ジャム) グラタン 牛乳 オレンジ	野菜生活 クラッカー	鶏もも 牛乳 プロセスチーズ	米菓 コッパン いちご マカロニじゃがいも 上新粉 オリーブ油 クラッカー	にんじん たまねぎ パレンシアオレンジ	エネルギー: 485kcal タンパク: 14.2g 脂質: 10.5g	
8 日								
9 月								スポーツの日
10 火	ゼリー	ささ身揚げ きゃべつサラダ のっぺい汁 グレープフルーツ ごはん	ドリンクヨーグルト(★) 動物ビスケット	鶏ささ身 鶏もも 油揚げ ヨーグルト 牛乳	プレミックス粉 マヨネーズ さといも 板こんにやく 水稲穀粒 乳酸菌飲料	きゅうり コーン缶 ごぼう だいこん 根深ねぎ グレープフルーツ	エネルギー: 463kcal タンパク: 16.2g 脂質: 12.9g	
11 水	麦茶 あまからせんべい	まぐろのオーロラソース ごま和え 白菜汁 パナナ ごはん	牛乳 ロールパン(ジャム)	まぐろ かつお節 みそ 牛乳	米菓 でん粉 油 マヨネーズ ごま 水稲穀粒 ロールパン いちご	こまつな にんじん もやし コーン缶 はくさい 根深ねぎ パナナ	エネルギー: 455kcal タンパク: 17.9g 脂質: 12g	
12 木	ぶどうジュース 醤油せんべい	八宝菜 半月卵 えのき汁 梨 ごはん	牛乳 焼き芋(★)	ぶたかた 鶏卵 みそ 牛乳	米菓 ごま油 でん粉 水稲穀粒 さつまいも	にんじん 乾しいたけ たけのこ はくさい 根深ねぎ 日本なし	エネルギー: 463kcal タンパク: 14.5g 脂質: 10.3g	
13 金	麦茶 クッキー	ケチャップライス チキンサラダ ころころスープ りんご チーズ	牛乳 ケーキ(★)	鶏ひき 鶏むね プロセスチーズ 牛乳 鶏卵 ホイップクリーム	ビスケット 水稲穀粒 オリーブ油 じゃがいも プレミックス粉 無塩バター	たまねぎ キャベツ きゅうり にんじん りんご パレンシアオレンジ ぶどう	エネルギー: 480kcal タンパク: 15.4g 脂質: 17.3g	お誕生会
14 土	麦茶 ビスケット	ロールパン(ポテト・ジャム) チンゲン菜のスープ 牛乳 みかん	ぶどうジュース せんべい	プロセスチーズ 普通牛乳	ビスケット ロールパン じゃがいも マヨネーズ ジャム 米菓	きゅうり チンゲンサイ たまねぎ にんじん 乾しいたけ みかん	エネルギー: 441kcal タンパク: 10.8g 脂質: 13.2g	さくら組 親子わくわく ランド
15 日								
16 月	麦茶 ぱりんこ	チキンカレー コールスローサラダ 牛乳 オレンジ ごはん	ドリンクヨーグルト巨峰 (★) 動物ビスケット	鶏もも 牛乳 ヨーグルト	米菓 じゃがいも 油 マヨネーズ 水稲穀粒 乳酸菌飲料 ビスケット	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: 462kcal タンパク: 13.5g 脂質: 15.2g	
17 火	ぶどうジュース クッキー	ハンバーグ かぼちゃサラダ たまねぎ汁 りんご ごはん	スポロン 揚げせんべい	ぶたひき 鶏ひき 鶏卵 みそ	ビスケット パン粉 車糖 油 マヨネーズ 水稲穀粒 米菓	たまねぎ 日本かぼちゃ にんじん きゅうり コーン缶 りんご	エネルギー: 497kcal タンパク: 13.6g 脂質: 11.1g	
18 水	リンゴジュース せんべい	鮭のちゃんちゃん焼き 大根煮 えのき汁 パナナ ごはん	麦茶 フレンチトースト(★)	しろさけ みそ 牛乳 鶏卵	米菓 油 車糖 水稲穀粒 食パン ざらめ糖 無塩バター	たまねぎ キャベツ ぶなしめじ だいこん えのきたけ パナナ	エネルギー: 437kcal タンパク: 16.5g 脂質: 6.5g	たんぽぽ組 遠足
19 木	麦茶 クッキー	赤飯 ぶりの照り焼き ブロッコリーサラダ こぶゆ みかん	ヨーグルトパフェ(★)	ぶり 貝柱 あずき ヨーグルト	マヨネーズ さといも しらす 焼きふ 水稲穀粒 ごま コーンフレーク	ブロッコリー きくらげ 乾しいたけ みかん パレンシアオレンジ メロン	エネルギー: 412kcal タンパク: 15.2g 脂質: 13.4g	創立記念日
20 金	麦茶 まんじゅう	けんちんうどん 揚げ出し豆腐 パナナ 牛乳	ミルミル せんべい	鶏もも 凍り豆腐 牛乳 ヨーグルトドリンク	干しうどん でん粉 車糖	白菜 大根 ごぼう ねぎ	エネルギー: 381kcal タンパク: 13.9g 脂質: 9.0g	五十嵐先生 墓参
21 土	麦茶 ビスケット	食パン(甘バター) ポトフ 牛乳 梨	オレンジジュース せんべい	ベーコン 牛乳	まんじゅう クリームパン じゃがいも 米菓	にんじん たまねぎ キャベツ 日本なし	エネルギー: 427kcal タンパク: 11.7g 脂質: 13.5g	
22 日								
23 月	麦茶 せんべい	ホワイトシチュー 竹輪と厚揚げの煮物 牛乳 りんご ごはん	フルーツヨーグルト (★) 動物ビスケット	鶏もも 焼き竹輪 生揚げ 牛乳 ヨーグルト	米菓 じゃがいも オリーブ油 車糖 水稲穀粒 ビスケット	たまねぎ にんじん キャベツ コーン缶 りんご もも缶 パナナ	エネルギー: 473kcal タンパク: 16.2g 脂質: 14.8g	
24 火	リンゴジュース クラッカー	焼肉 ピーフンソテー 青菜汁 梨 ごはん	プリン せんべい	ぶたかたローズ みそ	クラッカー 車糖 ごま ピーフン 油 水稲穀粒 米菓	たまねぎ 青ピーマン にんじん こまつな 日本なし	エネルギー: 474kcal タンパク: 12.3g 脂質: 11.2g	
25 水	麦茶 星たべよ	さばの味噌煮 マッシュサラダ すまし汁 オレンジ ごはん	牛乳 カレーパン(★)	まさば みそ 牛乳 ぶたひき プロセスチーズ	米菓 車糖 じゃがいも マヨネーズ 水稲穀粒 コッパン 油	にんじん キャベツ 根深ねぎ パレンシアオレンジ	エネルギー: 439kcal タンパク: 17.2g 脂質: 13.4g	
26 木	ぶどうジュース せんべい	筑前煮 厚焼き玉子 たまねぎ汁 パナナ ごはん	牛乳 米粉のエクレア(★)	鶏もも 凍り豆腐 鶏卵 みそ 牛乳 ホイップクリーム	米菓 車糖 油 水稲穀粒 上新粉 無塩バター	ごぼう にんじん 乾しいたけ れんこん パナナ	エネルギー: 502kcal タンパク: 16.9g 脂質: 16.3g	
27 金	ゼリー	和風きのこスパゲティ レバーの竜田揚げ 牛乳 グレープフルーツ ごはん	ジョア せんべい	ベーコン ぶたレバー 牛乳	スパゲティ 油 でん粉 油 車糖 水稲穀粒 米菓	たまねぎ にんじん ぶなしめじ あまのり グレープフルーツ	エネルギー: 526kcal タンパク: 19.8g 脂質: 11.5g	
28 土	麦茶 ビスケット	ソフトフランス(野菜チーズ・ジャム) 野菜たっぷり豆乳スープ 牛乳 パナナ	野菜生活 せんべい	プロセスチーズ ベーコン 牛乳	ビスケット コッパン 豆乳 じゃがいも 米菓	キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ パナナ	エネルギー: 486kcal タンパク: 14.2g 脂質: 14.6g	さくら組 親子 工作教室
29 日								
30 月	ぶどうジュース クッキー	松風焼き 小松菜の和えもの 青のりポテト えのき汁 みかん ごはん	ヨーグルト せんべい	鶏ひき 鶏卵 みそ	ビスケット パン粉 車糖 ごま じゃがいも 油 水稲穀粒 米菓	たまねぎ こまつな にんじん もやし えのきたけ みかん	エネルギー: 486kcal タンパク: 16g 脂質: 12.8g	
31 火	麦茶 せんべい	鶏チリ風 キャベツ和え 白菜汁 りんご ごはん	牛乳 スイートパンキン(★)	鶏もも かつお節 みそ 牛乳	米菓 でん粉 油 水稲穀粒 無塩バター 車糖 ビスケット	根深ねぎ たまねぎ キャベツ にんじん はくさい りんご かぼちゃ	エネルギー: 436kcal タンパク: 14.8g 脂質: 12.7g	

※(★)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。





しっかり食べて元気に運動しましょう

※創立記念日、五十嵐先生の墓参があります。  
みんなで、赤飯と会津のごぶゆでお祝いをします。  
※食育では「世界の料理」を紹介します。  
今月はフランスの料理、ムニエル、マセドアン、ジュリアンスープなど、  
調理方法も伝えます。様々な食文化があることを感じて欲しいです。  
※園児が育てたさつま芋をおやつで焼き芋にして食べます。



# 10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(日)		
2(月)	おかゆ 豚肉とキャベツのやわらか煮 玉ねぎ汁	ほうじ茶 青菜がゆ
3(火)	おかゆ 大根のひき肉煮 人参汁	ほうじ茶 かぼちゃがゆ
4(水)	おかゆ カレイの彩りソース煮 青菜汁	ほうじ茶 やわらかトースト
5(木)	おかゆ 五目納豆 玉ねぎ汁	ほうじ茶 ブロッコリーがゆ
6(金)	おかゆ 鶏肉と大根の煮物 キャベツ汁	ほうじ茶 マッシュポテト
7(土)	おかゆ 野菜のころころ煮 青菜汁	ほうじ茶 キャベツがゆ
8(日)		
9(月)		
10(火)	おかゆ ささみと青菜のとろみ煮 大根汁	ほうじ茶 フルーツヨーグルト
11(水)	おかゆ まぐろと野菜の煮物 わかめ汁	ほうじ茶 人参がゆ
12(木)	おかゆ 八宝菜風 青菜汁	ほうじ茶 さつまいものおふかし
13(金)	おかゆ 鶏肉と野菜のころころ煮 玉ねぎ汁	ほうじ茶 バナナ蒸しパン
14(土)	おかゆ 大根とブロッコリーの煮物 ポターージュ	ほうじ茶 キャベツがゆ
15(日)		
16(月)	おかゆ 豚肉と野菜の煮物 青菜汁	ほうじ茶 いんげんがゆ
17(火)	おかゆ ハンバーグ 野菜スープ	ほうじ茶 大根おかががゆ
18(水)	おかゆ 鮭とキャベツの煮物 玉ねぎ汁	ほうじ茶 かぼちゃロールサンド
19(木)	おかゆ ぶりとブロッコリーのとろみ煮 白菜汁	ほうじ茶 人参がゆ
20(金)	おかゆ 鶏肉と野菜の煮物 玉ねぎ汁	ほうじ茶 いももち
21(土)	おかゆ 鶏肉のポトフ スティック人参	ほうじ茶 磯がゆ
22(日)		
23(月)	おかゆ 厚揚げとキャベツの煮物 玉ねぎ汁	ほうじ茶 かぼちゃがゆ
24(火)	おかゆ 白菜と豚肉の煮物 人参汁	ほうじ茶 フルーツヨーグルト
25(水)	おかゆ さばのおろし煮 青菜汁	ほうじ茶 キャベツがゆ
26(木)	おかゆ 筑前煮 玉ねぎ汁	ほうじ茶 ブロッコリーがゆ
27(金)	おかゆ ツナと大根の煮物 人参汁	ほうじ茶 パンケーキ
28(土)	おかゆ 鶏肉とキャベツのやわらか煮 オニオンスープ	ほうじ茶 さつまいもがゆ
29(日)		
30(月)	おかゆ 松風焼き風 青菜汁	ほうじ茶 キャベツがゆ
31(火)	おかゆ 鶏肉のトマト風味煮 白菜のスープ	ほうじ茶 かぼちゃ茶巾 

- \* 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。

