

令和5年 11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 水	焼き魚 カラフルサラダ 牛乳 オレンジ	牛乳 ピザパン(★)	ペにざげ 牛乳 ベーコン プロセスチーズ	じゃがいも マヨネーズ ロールパン 油	きゅうり にんじん コーン缶 パレンシアオレンジ たまねぎ 青ピーマン	エネルギー: 412kcal タンパク: 21.4g 脂質: 19.8g	食塩相当量: 1g	
2 木	親子煮 きゃべつの塩昆布和え 牛乳 りんご さつま芋	牛乳 チョイス	鶏もも なたと 鶏卵 牛乳	車糖 油 さつま芋 ビスケット	たまねぎ にんじん 乾しいたけ キャベツ きゅうり 塩昆布 りんご	エネルギー: 416kcal タンパク: 14.9g 脂質: 19.8g	食塩相当量: 0.7g	
3 金								文化の日
4 土	クロワッサン(野菜・ジャム) オニオンスープ 牛乳 みかん	リンゴジュース サラダせんべい	ベーコン 牛乳	クロワッサン マヨネーズ ジャム 米菓	キャベツ きゅうり たまねぎ にんじん コーン缶 うんしゅうみかん	エネルギー: 554kcal タンパク: 11.1g 脂質: 24.7g	食塩相当量: 1.3g	
5 日								
6 月	照り焼きチキン コールスローサラダ 栄養すいとん汁 バナナ	ドリンクヨーグルト(★) マリービスケット	鶏もも 絹ごし豆腐 ぶたかた 油揚げ ヨーグルト 牛乳	マヨネーズ 上新粉 乳酸菌飲料 ビスケット	しょうが キャベツ コーン缶 にんじん きゅうり たまねぎ こまつな バナナ	エネルギー: 402kcal タンパク: 17.2g 脂質: 15.8g	食塩相当量: 1.1g	
7 火	ハンバーグ 温野菜 牛乳 りんご	牛乳 チーズいもち(★)	ぶたひき 鶏ひき 鶏卵 牛乳 プロセスチーズ	パン粉 車糖 油 じゃがいも でん粉	たまねぎ キャベツ ブロッコリー にんじん コーン缶 りんご	エネルギー: 377kcal タンパク: 19.2g 脂質: 15.6g	食塩相当量: 0.8g	
8 水	さんまの蒲焼き かぼちゃサラダ 牛乳 グレープフルーツ	牛乳 ロールパン (ジャム)	さんま 牛乳	でん粉 車糖 油 マヨネーズ ロールパン ジャム	かぼちゃ にんじん きゅうり コーン缶 グレープフルーツ	エネルギー: 454kcal タンパク: 16.8g 脂質: 23.8g	食塩相当量: 1.1g	
9 木	厚揚げの中華煮 半月卵 青菜汁 バナナ	牛乳 スイートポテトパイ(★)	生揚げ ぶたかた 鶏卵 かつお節 みそ 牛乳	ごま油 でん粉 焼きふ さつま芋 無塩バター 車糖 パイ皮	にんじん たまねぎ はくさい 根深ねぎ こまつな バナナ	エネルギー: 404kcal タンパク: 16.5g 脂質: 18.5g	食塩相当量: 0.5g	
10 金	ナポリタン レバーのスパイス揚げ 牛乳 みかん	ジョア まがりせんべい	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 でん粉 油 米菓	たまねぎ にんじん 青ピーマン うんしゅうみかん	エネルギー: 415kcal タンパク: 11.1g 脂質: 11.1g	食塩相当量: 1g	
11 土	*** 午前保育 ***	* 持ち帰り菓子 *						午前保育
12 日								
13 月	ポークカレー ブロッコリーサラダ 牛乳 りんご	フルーツヨーグルト (★) マリービスケット	ぶたかた 牛乳 ヨーグルト	じゃがいも 油 マヨネーズ ビスケット	ブロッコリー きゅうり コーン缶 りんご みかん缶 もも缶 バナナ	エネルギー: 406kcal タンパク: 13.1g 脂質: 18.3g	食塩相当量: 1g	
14 火	ペリメニ ボルシチ 牛乳 みかん ゆで野菜	スポロン ビスケット	ぶたひき ぶたかた 牛乳	ぎょうざの皮 じゃがいも マヨネーズ ビスケット	たまねぎ にんじん キャベツ トマト缶 うんしゅうみかん ブロッコリー	エネルギー: 406kcal タンパク: 14.3g 脂質: 15.3g	食塩相当量: 0.9g	
15 水	白身魚のオランダ揚げ 青菜和え 牛乳 バナナ	牛乳 カスタードクリームパン	まだら 牛乳	プレミックス粉 油 クリームパン	にんじん 青ピーマン こまつな もやし バナナ	エネルギー: 370kcal タンパク: 18.7g 脂質: 15.5g	食塩相当量: 0.8g	
16 木	金平ごぼう 野菜入り玉子焼き 牛乳 洋梨	牛乳 塩むすび(★)	ぶたかた 鶏卵 プロセスチーズ 牛乳	しらたき ごま 車糖 油 水稲穀粒	ごぼう にんじん 乾しいたけ たまねぎ 西洋なし	エネルギー: 428kcal タンパク: 17.7g 脂質: 15g	食塩相当量: 0.8g	
17 金	わっぱめし風ごはん キャベツ和え きのこ汁 みかん	牛乳 りんごのケーキ(★)	しろさけ 鶏卵 かつお節 絹ごし豆腐 みそ 牛乳 ホイップクリーム	水稲穀粒 油 車糖 ごま さといも プレミックス粉 無塩バター	こまつな 乾しいたけ キャベツ ぶなしめじ まいたけ りんご	エネルギー: 502kcal タンパク: 20.4g 脂質: 14.2g	食塩相当量: 0.8g	お誕生会 (審のみ)
18 土	食パン(甘バター) 野菜たっぷり豆乳スープ 牛乳 りんご	オレンジジュース まがりせんべい	鶏もも 牛乳	クリームパン 豆乳 じゃがいも 米菓	にんじん たまねぎ キャベツ りんご	エネルギー: 539kcal タンパク: 19.3g 脂質: 16g	食塩相当量: 1.3g	
19 日								
20 月	ハッシュドポーク 小女子の甘煮 牛乳 バナナ	ヤクルト ビスケット	ぶたかたロース いかなご 牛乳	じゃがいも 油 車糖 ビスケット	にんじん たまねぎ ぶなしめじ グリンピース バナナ	エネルギー: 404kcal タンパク: 11.1g 脂質: 16g	食塩相当量: 1.1g	
21 火	ヒレカツ 千切キャベツ 牛乳 みかん ベイクドポテト	麦茶 米粉のチーズケーキ (★)	ぶたヒレ 鶏卵 牛乳 ヨーグルト ナチュラルチーズ ホイップクリーム	薄力粉 パン粉 油 車糖 じゃがいも ざらめ糖 上新粉	キャベツ にんじん コーン缶 うんしゅうみかん いちご	エネルギー: 412kcal タンパク: 18.4g 脂質: 20.4g	食塩相当量: 0.7g	
22 水	カレイの煮つけ シーザーサラダ 牛乳 バナナ	牛乳 揚げパン(★)	まがれい ナチュラルチーズ 牛乳	車糖 マヨネーズ コッペパン 油 ざらめ糖	しょうが キャベツ コーン缶 にんじん きゅうり バナナ	エネルギー: 410kcal タンパク: 18.8g 脂質: 18.1g	食塩相当量: 0.7g	
23 金								勤労 感謝の日
24 金	鶏南蛮 天ぷら 牛乳 グレープフルーツ	プリン ぱりんこ	鶏もも 牛乳	干しうどん でん粉 プレミックス粉 さつま芋 油 米菓	にんじん 乾しいたけ たまねぎ 根深ねぎ 青ピーマン グレープフルーツ	エネルギー: 402kcal タンパク: 12.1g 脂質: 11.6g	食塩相当量: 1.1g	
25 土	きなこ餅 あんこ餅 納豆餅 つゆ餅 べつたら漬け みかん	野菜生活 ぼたぼた焼き	きな粉 あずき 糸引き納豆 油揚げ かつお節	車糖 水稲穀粒 ざらめ糖 米菓	だいこん にんじん べつたら漬 うんしゅうみかん	エネルギー: 532kcal タンパク: 17.7g 脂質: 6.2g	食塩相当量: 1.4g	もちつき (審のみ)
26 日								
27 月	ブロッコリーシチュー 竹輪と大根のそぼろ煮 牛乳 洋梨	ソファール マリービスケット	鶏もも 焼き竹輪 鶏ひき 牛乳	じゃがいも 油 車糖 でん粉 ビスケット	たまねぎ にんじん キャベツ コーン缶 ブロッコリー だいこん 西洋なし	エネルギー: 388kcal タンパク: 16.2g 脂質: 13g	食塩相当量: 0.6g	
28 火	鶏のから揚げ マセドアンサラダ 牛乳 みかん	牛乳 サラダせんべい	鶏もも 牛乳	薄力粉 油 さつま芋 マヨネーズ ごま 米菓	にんじん コーン缶 きゅうり うんしゅうみかん	エネルギー: 422kcal タンパク: 15.7g 脂質: 21g	食塩相当量: 0.9g	
29 水	ぶりの照り焼き ごま和え 白菜汁 バナナ	牛乳 クリームボックス (ラ・フランス)(★)	ぶり かつお節 みそ 牛乳 加糖練乳	ごま じゃがいも 食パン ざらめ糖 無塩バター でん粉	ほうれんそう にんじん もやし はくさい 根深ねぎ バナナ 西洋なし	エネルギー: 424kcal タンパク: 19.5g 脂質: 14.4g	食塩相当量: 0.8g	
30 木	回鍋肉 ス克蘭ブルエッグ(チーズ) わかめ汁 りんご	牛乳 ビスケット	米みそ 鶏卵 プロセスチーズ かつお節 みそ 牛乳	ぶたかた 車糖 ごま油 ビスケット	キャベツ にんじん 青ピーマン 根深ねぎ わかめ たまねぎ りんご	エネルギー: 420kcal タンパク: 10.9g 脂質: 28.5g	食塩相当量: 1.2g	

※(★)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。

※地産地消活動では、会津の地鶏や野菜、果物を使用します。
会津産コシヒカリ、と会津山塩で塩むすびを作る予定です。
地元の美味しさを伝えると共に、動植物の命をいただいている事
や感謝の気持ちも伝えていきたいです。



苦手なものもがんばって食べてみよう



令和 5年 11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 水	リンゴジュース ぱりんこ	焼き魚 カラフルサラダ えのき汁 オレンジ ごはん	牛乳 ピザパン(★)	べにざけ 牛乳 ベーコン	米菓 じゃがいも マヨネーズ 水稲穀粒 ロールパン 油	きゅうり にんじん コーン缶 えのきたけ 青ピーマン	エネルギー: 457kcal タンパク: 17.6g 脂質: 13.2g	食塩相当量: 1.3g	
2 木	ゼリー せんべい	親子煮 きゃべつの塩昆布和え 大根汁 りんご さつま芋 ごはん	牛乳 チョコイス	鶏もも なたと 鶏卵 みそ かつお節 牛乳	ゼリー 米菓 車糖 油 さつまいも 水稲穀粒 ビスケット	乾しいたけ グリンピース キャベツ きゅうり 塩昆布 だいこん なめこ りんご	エネルギー: 432kcal タンパク: 12.9g 脂質: 12g	食塩相当量: 0.8g	
3 金									文化の日
4 土	麦茶 ビスケット	クワツサン(野菜・ジャム) オニオンスープ 牛乳 みかん	りんごジュース 星たべよ	ベーコン 牛乳	ビスケット クワツサン マヨネーズ いちご 米菓	キャベツ きゅうり たまねぎ にんじん コーン缶 うんしゅうみかん	エネルギー: 509kcal タンパク: 9.9g 脂質: 22.8g	食塩相当量: 1.1g	
5 日									
6 月	麦茶 ぱりんこ	照り焼きチキン コールスローサラダ 栄養すいとん汁 パナナ ごはん	ドリンクヨーグルト(★) ビスケット	鶏もも 絹ごし豆腐 ぶたかた 油揚げ ヨーグルト 牛乳	米菓 マヨネーズ 上新粉 水稲穀粒 乳酸菌飲料 ビスケット	キャベツ にんじん きゅ うり たまねぎ こまつな パナナ	エネルギー: 464kcal タンパク: 16.1g 脂質: 12.7g	食塩相当量: 1g	
7 火	ぶどうジュース 醤油せんべい	ハンバーグ 温野菜 えのき汁 りんご ごはん	牛乳 チーズいももち(★)	ぶたひき 鶏ひき 鶏卵 みそ 牛乳 プロセスチーズ	米菓 パン粉 車糖 油 水稲穀粒 じゃがいも でん粉	たまねぎ キャベツ ブロッコリー にんじん コーン缶 りんご	エネルギー: 445kcal タンパク: 16.5g 脂質: 10.6g	食塩相当量: 1.2g	
8 水	麦茶 クッキー	さんまの蒲焼き かぼちゃサラダ たまねぎ汁 グレープフルーツ ごはん	牛乳 ロールパン(ジャム)	さんま みそ 牛乳	ビスケット でん粉 車糖 油 マヨネーズ 水稲穀粒 ロールパン ジャム	かぼちゃ にんじん きゅうり たまねぎ グレープフルーツ	エネルギー: 492kcal タンパク: 14.3g 脂質: 19.5g	食塩相当量: 1.2g	
9 木	麦茶 醤油せんべい	厚揚げの中華煮 半月卵 青菜汁 バナナ ごはん	牛乳 スイートポテトパイ(★)	生揚げ ぶたかた 鶏卵 かつお節 みそ 牛乳	米菓 ごま油 焼きふ 水稲穀粒 さつまいも 無塩バター 車糖 パイ皮	にんじん たまねぎ はくさい 根深ねぎ こまつな パナナ	エネルギー: 474kcal タンパク: 15.9g 脂質: 15.6g	食塩相当量: 0.7g	
10 金	麦茶 ビスケット	ナポリタン レバーのスパイス揚げ 牛乳 みかん ごはん	ジョア 醤油せんべい	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 でん粉 油 水稲穀粒 米菓	たまねぎ にんじん 青ピーマン うんしゅうみかん	エネルギー: 496kcal タンパク: 18.1g 脂質: 11.8g	食塩相当量: 0.8g	
11 土	リンゴジュース せんべい	*** 午前保育 ***	* 持ち帰り菓子 *						午前保育
12 日									
13 月	麦茶 ぱりんこ	ポークカレー ブロッコリーサラダ 牛乳 りんご ごはん	フルーツヨーグルト (★) ビスケット	ぶたかた 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	たまねぎ にんじん きゅうり みかん缶 もも缶 パナナ	エネルギー: 471kcal タンパク: 13.6g 脂質: 15g	食塩相当量: 1g	
14 火	ゼリー せんべい	ペリメニ ポルシチ 牛乳 みかん ごはん	スポン ビスケット	ぶたひき ぶたかた 牛乳	ゼリー 米菓 ぎょうざの皮 じゃがいも 水稲穀粒 ビスケット	たまねぎ にんじん キャベツ にんにく トマト缶 うんしゅうみかん	エネルギー: 503kcal タンパク: 13.7g 脂質: 11.5g	食塩相当量: 0.7g	
15 水	リンゴジュース チョコイス	白身魚のオランダ揚げ 青菜和え 大根汁 パナナ ごはん	牛乳 カスタードクリームパン	まだら 絹ごし豆腐 みそ かつお節 牛乳	ビスケット プレミックス粉 油 水稲穀粒 クリームパン	にんじん 青ピーマン こまつな もやし だいこん 根深ねぎ パナナ	エネルギー: 484kcal タンパク: 16.9g 脂質: 13.7g	食塩相当量: 0.9g	
16 木	ぶどうジュース ぱりんこ	金平ごぼう 野菜入り玉子焼き 白菜汁 洋梨 ごはん	牛乳 青菜おにぎり(★)	ぶたかた 鶏卵 プロセスチーズ かつお節 みそ 牛乳	米菓 しらたき ごま 車糖 油 水稲穀粒	ごぼう 乾しいたけ はくさい 根深ねぎ 西洋なし こまつな	エネルギー: 484kcal タンパク: 15.1g 脂質: 10.3g	食塩相当量: 1g	
17 金	麦茶 せんべい	わっぱめし風ごはん キャベツ和え きのこ汁 みかん	牛乳 りんごのケーキ(★)	しろさけ 鶏卵 かつお節 絹ごし豆腐 みそ 牛乳 ホイップクリーム	水稲穀粒 油 車糖 ごま さといも プレミックス粉 無塩バター	こまつな にんじん ぶなしめじ えのきたけ まいたけ りんご	エネルギー: 412kcal タンパク: 16.5g 脂質: 10.5g	食塩相当量: 0.8g	お誕生会
18 土	麦茶 ビスケット	食パン(甘バター) 野菜たっぷり豆乳スープ 牛乳 りんご	オレンジジュース 醤油せんべい	鶏もも 牛乳	ビスケット クリームパン 豆乳 じゃがいも 米菓	にんじん たまねぎ キャベツ りんご	エネルギー: 448kcal タンパク: 13.9g 脂質: 13.2g	食塩相当量: 1.1g	
19 日									
20 月	麦茶 ぱりんこ	ハッシュドポーク 小女子の甘煮 牛乳 バナナ ごはん	ヤクルト ビスケット	ぶたかたコース いかなご 牛乳	米菓 じゃがいも 油 車糖 水稲穀粒 ビスケット	にんじん たまねぎ ぶなしめじ グリンピース バナナ	エネルギー: 489kcal タンパク: 12.2g 脂質: 13.8g	食塩相当量: 1g	
21 火	ゼリー 醤油せんべい	ヒレカツ 干切キャベツ わかめ汁 みかん ごはん	麦茶 米粉のチーズケーキ (★)	ぶたヒレ 絹ごし豆腐 ヨーグルト ナチュラルチーズ	米菓 薄力粉 パン粉 油 車糖 水稲穀粒 ざらめ糖 上新粉	キャベツ コーン缶 わかめ たまねぎ うんしゅうみかん いちご	エネルギー: 448kcal タンパク: 15.6g 脂質: 10.9g	食塩相当量: 1.2g	
22 水	ぶどうジュース 星たべよ	カレイの煮つけ シーザーサラダ 白菜汁 パナナ ごはん	牛乳 揚げパン(★)	まがれい ナチュラルチーズ みそ 牛乳	米菓 車糖 マヨネーズ 水稲穀粒 コッパン 油 ざらめ糖	キャベツ コーン缶 にんじん きゅうり はくさい 根深ねぎ パナナ	エネルギー: 480kcal タンパク: 16.2g 脂質: 12g	食塩相当量: 1g	
23 木									勤労 感謝の日
24 金	リンゴジュース ビスコ	鶏南蛮 天ぷら 牛乳 グレープフルーツ	プリン ぱりんこ	かつお節 鶏もも 牛乳	ビスケット 干しうどん でん粉 プレミックス粉 さつまいも 油 米菓	にんじん 乾しいたけ 根深ねぎ 青ピーマン グレープフルーツ	エネルギー: 480kcal タンパク: 17.3g 脂質: 13.5g	食塩相当量: 1g	
25 土	ぶどうジュース ムーンライト	納豆ごはん 大根汁 べつたら漬 みかん	野菜生活 あまからせんべい	糸引き納豆 油揚げ かつお節	ビスケット 水稲穀粒 米菓	だいこん にんじん べつたら漬 うんしゅうみかん	エネルギー: 439kcal タンパク: 10g 脂質: 5.9g	食塩相当量: 0.6g	もちつき
26 日									
27 月	麦茶 バナナ	ブロッコリーシチュー 竹輪と大根のそぼろ煮 牛乳 洋梨 ごはん	ヨーグルト ビスケット	鶏もも 焼き竹輪 鶏ひき 牛乳	じゃがいも 油 車糖 でん粉 水稲穀粒 ビスケット	バナナ たまねぎ にんじん キャベツ グリンピース 西洋なし	エネルギー: 458kcal タンパク: 14.7g 脂質: 11.6g	食塩相当量: 0.7g	
28 火	リンゴジュース クラッカー	鶏のから揚げ マセドアンサラダ 青菜汁 みかん ごはん	牛乳 ぱりんこ	鶏もも かつお節 みそ 牛乳	クラッカー 薄力粉 油 さつまいも マヨネーズ ごま 水稲穀粒 米菓	にんじん きゅうり こまつな たまねぎ うんしゅうみかん	エネルギー: 489kcal タンパク: 14.1g 脂質: 15.2g	食塩相当量: 1g	
29 水	麦茶 星たべよ	ぶりの照り焼き ごま和え 白菜汁 バナナ ごはん	牛乳 クリームボックス (ラ・フランス)(★)	ぶり かつお節 みそ 牛乳 加糖練乳	米菓 ごま じゃがいも 水稲穀粒 食パン 無塩バター でん粉	ほうれんそう にんじん もやし はくさい 根深ねぎ バナナ 西洋なし	エネルギー: 489kcal タンパク: 18.7g 脂質: 12.7g	食塩相当量: 1g	
30 木	ぶどうジュース 醤油せんべい	回鍋肉 スクランブルエッグ(チーズ) わかめ汁 りんご ごはん	牛乳 ビスケット	みそ 鶏卵 プロセスチーズ かつお節 牛乳	米菓 ぶたかた 車糖 ごま油 水稲穀粒 ビスケット	キャベツ にんじん 青ピーマン 根深ねぎ わかめ たまねぎ りんご	エネルギー: 524kcal タンパク: 11.5g 脂質: 23.4g	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。



苦手なものがんばってたべてみよう

※地産地消活動では、会津の地鶏や野菜、果物を使用します。
会津産コシヒカリ、と会津山塩で塩むすびを作る予定です。(以上児)
地元の美味しさを伝えると共に、動植物の命をいただいている事や
感謝の気持ちも伝えていきたいです。



11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(水)	おかゆ 鮭とじゃがいもの煮物 大根汁	ほうじ茶 青菜がゆ
2(木)	おかゆ キャベツのやわらか煮 玉ねぎ汁	ほうじ茶 磯がゆ
3(金)		
4(土)	おかゆ 野菜のころころ煮 オニオンスープ	ほうじ茶 人参がゆ
5(日)		
6(月)	おかゆ 鶏肉とブロッコリーのとろみ煮 白菜汁	ほうじ茶 バナナヨーグルト せんべい
7(火)	おかゆ ハンバーグ キャベツ汁	ほうじ茶 大根がゆ
8(水)	おかゆ さんまと野菜の煮物 人参汁	ほうじ茶 スイートパンプキン
9(木)	おかゆ 厚揚げの青菜あんかけ 玉ねぎ汁	ほうじ茶 キャベツがゆ
10(金)	おかゆ 紅白煮 じゃがいも汁	ほうじ茶 ブロッコリーがゆ
11(土)	おかゆ ツナと野菜の煮物 わかめ汁	***午前保育***持ち帰り菓子***
12(日)		
13(月)	おかゆ 豚肉と大根の煮物 青菜汁	ほうじ茶 フルーツヨーグルト
14(火)	おかゆ かぼちゃの煮物 ポルシチ風	ほうじ茶 大根がゆ
15(水)	おかゆ たらの彩り煮 キャベツ汁	ほうじ茶 さつま芋がゆ
16(木)	おかゆ 豚肉と白菜の煮物 玉ねぎ汁	ほうじ茶 ほうれんそうがゆ
17(金)	おかゆ 豆腐と野菜の煮物 白菜汁	ほうじ茶 じゃがいもとブロッコリーのおやき
18(土)	おかゆ キャベツのやわらか煮 ころころスープ	ほうじ茶 人参がゆ
19(日)		
20(月)	おかゆ 豚肉と玉ねぎの煮物 大根汁	ほうじ茶 青菜がゆ
21(火)	おかゆ 豆腐と根菜の煮物 玉ねぎ汁	ほうじ茶 パンケーキ
22(水)	おかゆ カレイの野菜あんかけ 白菜汁	ほうじ茶 キャベツがゆ
23(木)		
24(金)	おかゆ 鶏肉と青菜の煮物 玉ねぎ汁	ほうじ茶 さつま芋がゆ
25(土)	おかゆ 野菜のころころ煮 大根汁	ほうじ茶 ブロッコリーがゆ
26(日)		
27(月)	おかゆ 厚揚げと野菜の煮物 キャベツ汁	ほうじ茶 人参がゆ
28(火)	おかゆ 鶏肉と大根の煮物 玉ねぎ汁	ほうじ茶 かぼちゃがゆ
29(水)	おかゆ ぶりと野菜のとろみ煮 白菜汁	ほうじ茶 バナナ蒸しパン
30(木)	おかゆ 回鍋肉風 青菜汁	ほうじ茶 大根がゆ

* 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、後期に合わせて立っています。

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。

