


	1(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)
昼食	【煮野菜5種】 人参、もやし、玉ねぎ ほうれん草、じゃが芋 【たんぱく質】 豆腐	【煮野菜5種】 人参、白菜、いんげん きゅうり、玉ねぎ 【たんぱく質】 鮭	【煮野菜6種】 人参、かぶ、玉ねぎ ブロッコリー、ほうれん草 【たんぱく質】 鶏ひき肉	【煮野菜7種】 人参、大根、小松菜 もやし、かぼちゃ 【たんぱく質】 豆腐	【煮野菜5種】 人参、かぶ、きゅうり キャベツ、玉ねぎ 【たんぱく質】 たら
	8(月)	9(火)	10(水)	11(木)	12(金)
昼食	【煮野菜5種】 人参、玉ねぎ、白菜 ブロッコリー、ほうれん草 【たんぱく質】 豆腐	【煮野菜5種】 人参、大根、いんげん キャベツ、さつまい 【たんぱく質】 鮭	【煮野菜5種】 人参、玉ねぎ、もやし チンゲン菜、かぼちゃ 【たんぱく質】 豆腐	【煮野菜6種】 人参、きゅうり、大根 じゃが芋、白菜 【たんぱく質】 鶏ひき肉	【煮野菜5種】 人参、小松菜、じゃが芋 キャベツ、かぶ 【たんぱく質】 たら
	15(月)	16(火)	17(水)	18(木)	19(金)
昼食	【煮野菜5種】 人参、きゅうり、玉ねぎ チンゲン菜、さつまい 【たんぱく質】 豆腐	【煮野菜5種】 人参、大根、キャベツ 小松菜、かぼちゃ 【たんぱく質】 納豆	【煮野菜5種】 人参、きゅうり、玉ねぎ ブロッコリー、キャベツ 【たんぱく質】 鮭	【煮野菜5種】 人参、玉ねぎ、キャベツ かぼちゃ、かぶ 【たんぱく質】 豆腐	【煮野菜5種】 人参、玉ねぎ、もやし ブロッコリー、チンゲン菜 【たんぱく質】 鶏ひき肉
	22(月)	23(火)	24(水)	25(木)	26(金)
昼食	【煮野菜5種】 人参、かぶ、キャベツ じゃが芋、ブロッコリー 【たんぱく質】 納豆	【煮野菜5種】 人参、大根、小松菜 きゅうり、玉ねぎ 【たんぱく質】 たら	【煮野菜5種】 人参、白菜、もやし ほうれん草、かぼちゃ 【たんぱく質】 鶏ひき肉	【煮野菜5種】 人参、さつまい、いんげん ほうれん草、大根 【たんぱく質】 納豆	【野菜5種】 人参、キャベツ、かぼちゃ チンゲン菜、かぶ 【たんぱく質】 鮭
	29(月)	30(火)			
昼食	【煮野菜5種】 人参、小松菜、もやし 玉ねぎ、じゃが芋 【たんぱく質】 豆腐	【煮野菜6種】 人参、小松菜、キャベツ いんげん、玉ねぎ 【たんぱく質】 たら			

※献立表には、おかずの使用食材を示しています。味付けはせず、昆布だしのみ使用します。

※おかずの他に、主食（重湯や分粥、軟飯）と野菜スープを提供します。

※食材の形態については、月齢を目安に個別対応します。

※たんぱく質は、中期（月齢8～9か月頃）からの付加となります。

