


		1(水)	2(木)	3(金)		
昼食		<b>【煮野菜5種】</b> 人参、白菜、じゃが芋 ブロッコリー、きゅうり <b>【たんぱく質】</b> 納豆	<b>【煮野菜5種】</b> 人参、大根、玉ねぎ ほうれん草、きゅうり <b>【たんぱく質】</b> 鮭	<b>【煮野菜6種】</b> 人参、キャベツ、もやし きゅうり、かぼちゃ <b>【たんぱく質】</b> 鶏ひき肉		
		6(月)	7(火)	8(水)		
昼食		<b>【煮野菜5種】</b> 人参、玉ねぎ、いんげん 大根、ほうれん草 <b>【たんぱく質】</b> たら	<b>【煮野菜5種】</b> かぶ、人参、きゅうり キャベツ、玉ねぎ <b>【たんぱく質】</b> 豆腐	<b>【煮野菜5種】</b> 白菜、人参、もやし きゅうり、かぼちゃ <b>【たんぱく質】</b> 鶏ひき肉	<b>【煮野菜5種】</b> にんじん、キャベツ、大根 チンゲン菜、ブロッコリー <b>【たんぱく質】</b> 鮭	<b>【煮野菜5種】</b> 玉ねぎ、かぶ、人参 ほうれん草、いんげん <b>【たんぱく質】</b> 納豆
		13(月)	14(火)	15(水)		
昼食		<b>【煮野菜5種】</b> 人参、きゅうり、白菜 じゃが芋、ブロッコリー <b>【たんぱく質】</b> 鶏ひき肉	<b>【煮野菜5種】</b> 人参、玉ねぎ、かぼちゃ チンゲン菜、きゅうり <b>【たんぱく質】</b> たら	<b>【煮野菜5種】</b> 人参、もやし、かぶ きゅうり、ブロッコリー <b>【たんぱく質】</b> 納豆	<b>【煮野菜5種】</b> 人参、いんげん、玉ねぎ ほうれん草、大根 <b>【たんぱく質】</b> 鮭	<b>【煮野菜5種】</b> 人参、玉ねぎ、キャベツ きゅうり、ブロッコリー <b>【たんぱく質】</b> 鶏ひき肉
		20(月)	21(火)	22(水)		
昼食		<b>【煮野菜5種】</b> 人参、じゃが芋、玉ねぎ 小松菜、いんげん <b>【たんぱく質】</b> 納豆	<b>【煮野菜5種】</b> 人参、大根、いんげん かぼちゃ、ほうれん草 <b>【たんぱく質】</b> たら	<b>【煮野菜5種】</b> かぶ、人参、きゅうり さつまいも、チンゲン菜 <b>【たんぱく質】</b> 鶏ひき肉	海の日	スポーツの日
		27(月)	28(火)	29(水)		
昼食		<b>【煮野菜5種】</b> 人参、きゅうり、玉ねぎ キャベツ、かぼちゃ <b>【たんぱく質】</b> 鮭	<b>【煮野菜5種】</b> もやし、人参、玉ねぎ ブロッコリー、チンゲン菜 <b>【たんぱく質】</b> 納豆	<b>【煮野菜5種】</b> じゃが芋、人参、きゅうり 小松菜、ブロッコリー <b>【たんぱく質】</b> 豆腐	<b>【煮野菜5種】</b> 人参、さつまいも、玉ねぎ ほうれん草、かぶ <b>【たんぱく質】</b> 鶏ひき肉	<b>【煮野菜5種】</b> 人参、玉ねぎ、ほうれん草 かぶ、かぼちゃ <b>【たんぱく質】</b> 豆腐

※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。

