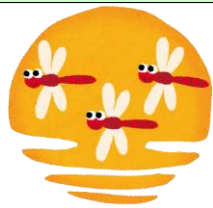


		1(火)	2(水)	3(木)	4(金)
昼食		<b>【煮野菜5種】</b> 人参、大根、白菜 ほうれん草、きゅうり <b>【たんぱく質】</b> 豆腐	<b>【煮野菜5種】</b> 人参、チンゲン菜、きゅうり ブロッコリー、キャベツ <b>【たんぱく質】</b> 鶏ひき肉	<b>【煮野菜6種】</b> 人参、小松菜、玉ねぎ 大根、さつまいも <b>【たんぱく質】</b> 納豆	<b>【煮野菜7種】</b> 人参、もやし、ほうれん草 じゃが芋、きゅうり <b>【たんぱく質】</b> 鮭
7(月)		8(火)	9(水)	10(木)	11(金)
昼食	<b>【煮野菜5種】</b> 人参、かぼちゃ、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

※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。







