

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

※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。

