


					1(金)
昼食					【煮野菜5種】 人参、じゃが芋、玉ねぎ きゅうり、チンゲン菜 【たんぱく質】 たら
	4(月)	5(火)	6(水)	7(木)	8(金)
昼食	【煮野菜5種】 人参、大根、さつまい プロッコリー、きゅうり 【たんぱく質】 納豆	【煮野菜5種】 人参、玉ねぎ、キャベツ ほうれん草、じゃが芋 【たんぱく質】 鮭	【煮野菜5種】 人参、もやし、かぶ さつまい、チンゲン菜 【たんぱく質】 豆腐	【煮野菜5種】 玉ねぎ、きゅうり、かぼちゃ もやし、ほうれん草 【たんぱく質】 鶏ひき肉	【煮野菜5種】 人参、白菜、じゃが芋 プロッコリー、玉ねぎ 【たんぱく質】 たら
	11(月)	12(火)	13(水)	14(木)	15(金)
昼食	【煮野菜5種】 人参、かぶ、きゅうり チンゲン菜、プロッコリー 【たんぱく質】 納豆	【煮野菜5種】 人参、もやし、玉ねぎ 小松菜、じゃが芋 【たんぱく質】 豆腐	【煮野菜5種】 人参、大根、かぼちゃ キャベツ、きゅうり 【たんぱく質】 鮭	【煮野菜5種】 人参、小松菜、もやし 白菜、玉ねぎ 【たんぱく質】 鶏ひき肉	【煮野菜5種】 人参、玉ねぎ、白菜 プロッコリー、さつまい 【たんぱく質】 たら
	18(月)	19(火)	20(水)	21(木)	22(金)
昼食	【煮野菜5種】 人参、キャベツ、玉ねぎ じゃが芋、プロッコリー 【たんぱく質】 豆腐	【煮野菜5種】 人参、小松菜、大根 キャベツ、玉ねぎ 【たんぱく質】 鶏ひき肉	【煮野菜5種】 人参、小松菜、さつまい きゅうり、プロッコリー 【たんぱく質】 鮭	【煮野菜5種】 人参、じゃが芋、玉ねぎ プロッコリー、ほうれん草 【たんぱく質】 納豆	【野菜5種】 人参、かぶ、ほうれん草 チンゲン菜、きゅうり 【たんぱく質】 豆腐
	25(月)	26(火)	27(水)	28(木)	29(金)
昼食	【煮野菜5種】 人参、小松菜、もやし 白菜、玉ねぎ 【たんぱく質】 鮭	【煮野菜5種】 人参、きゅうり、玉ねぎ さつまい、キャベツ 【たんぱく質】 鶏ひき肉	【煮野菜5種】 人参、じゃが芋、もやし きゅうり、玉ねぎ 【たんぱく質】 たら	【煮野菜5種】 人参、いんげん、かぶ キャベツ、ほうれん草 【たんぱく質】 納豆	昭和の日

※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。

