

					1(木)	2(金)
昼食					【煮野菜5種】 人参、キャベツ、玉ねぎ さつまいも、ブロッコリー 【たんぱく質】 納豆	【煮野菜5種】 人参、玉ねぎ、もやし チンゲン菜、じゃが芋 【たんぱく質】 たら
	5(月)	6(火)	7(水)	8(木)	9(金)	
昼食	【煮野菜5種】 人参、大根、白菜 もやし、ほうれん草 【たんぱく質】 鶏ひき肉	【煮野菜5種】 人参、きゅうり、じゃが芋 小松菜、玉ねぎ 【たんぱく質】 鮭	【煮野菜5種】 人参、きゅうり、玉ねぎ キャベツ、かぼちゃ 【たんぱく質】 納豆	【煮野菜5種】 人参、かぶ、きゅうり さつまいも、チンゲン菜 【たんぱく質】 たら	【煮野菜5種】 人参、玉ねぎ、キャベツ さつまいも、ほうれん草 【たんぱく質】 鶏ひき肉	
	12(月)	13(火)	14(水)	15(木)	16(金)	
昼食	【煮野菜5種】 人参、もやし、キャベツ きゅうり、ブロッコリー 【たんぱく質】 納豆	【煮野菜5種】 人参、じゃが芋、小松菜 大根、きゅうり 【たんぱく質】 鮭	【煮野菜5種】 人参、白菜、もやし 玉ねぎ、ほうれん草 【たんぱく質】 豆腐	【煮野菜5種】 人参、玉ねぎ、小松菜 きゅうり、かぼちゃ 【たんぱく質】 たら	【煮野菜5種】 人参、大根、きゅうり チンゲン菜、じゃが芋 【たんぱく質】 納豆	
	19(月)	20(火)	21(水)	22(木)	23(金)	
昼食	【煮野菜5種】 人参、かぶ、きゅうり キャベツ、ブロッコリー 【たんぱく質】 鮭	【煮野菜5種】 人参、じゃが芋、玉ねぎ ほうれん草、ブロッコリー 【たんぱく質】 豆腐	【煮野菜5種】 人参、小松菜、かぶ きゅうり、玉ねぎ 【たんぱく質】 鶏ひき肉	【煮野菜5種】 人参、玉ねぎ、白菜 ほうれん草、かぼちゃ 【たんぱく質】 鮭	【野菜5種】 人参、かぼちゃ、きゅうり 玉ねぎ、ブロッコリー 【たんぱく質】 豆腐	
	26(月)	27(火)	28(水)			
昼食	【煮野菜5種】 人参、かぶ、チンゲン菜 もやし、きゅうり 【たんぱく質】 納豆	【煮野菜5種】 人参、玉ねぎ、きゅうり ブロッコリー、チンゲン菜 【たんぱく質】 たら	【煮野菜5種】 人参、玉ねぎ、キャベツ じゃが芋、ブロッコリー 【たんぱく質】 鶏ささみ肉			

※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。

