

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

