

					4 (木)	5 (金)
昼食					【野菜5種】 玉ねぎ、キャベツ、かぶ きゅうり、にんじん 【たんぱく質】 鶏ひき肉	【野菜5種】 玉ねぎ、にんじん、もやし ほうれん草、じゃがいも 【たんぱく質】 豆腐
	8 (月)	9 (火)	10 (水)	11 (木)	12 (金)	
昼食	成人の日	【野菜5種】 白菜、きゅうり、チンゲン菜 にんじん、もやし 【たんぱく質】 鮭	【野菜5種】 玉ねぎ、にんじん、大根 キャベツ、きゅうり 【たんぱく質】 たら	【野菜5種】 小松菜、さつまいも、もやし にんじん、玉ねぎ 【たんぱく質】 納豆	【野菜5種】 ほうれん草、かぶ、かぼちゃ にんじん、キャベツ 【たんぱく質】 鶏ひき肉	
	15 (月)	16 (火)	17 (水)	18 (木)	19 (金)	
昼食	【野菜5種】 大根、にんじん、白菜 玉ねぎ、さつまいも 【たんぱく質】 豆腐	【野菜5種】 ブロッコリー、チンゲン菜 にんじん、もやし、じゃがいも 【たんぱく質】 たら	【野菜5種】 大根、さつまいも、きゅうり 玉ねぎ、白菜 【たんぱく質】 鮭	【野菜5種】 きゅうり、キャベツ、にんじん ブロッコリー、ほうれん草 【たんぱく質】 鶏ひき肉	【野菜5種】 玉ねぎ、ブロッコリー、かぶ きゅうり、にんじん 【たんぱく質】 納豆	
	22 (月)	23 (火)	24 (水)	25 (木)	26 (金)	
昼食	【野菜5種】 大根、さといも、にんじん 玉ねぎ、ブロッコリー 【たんぱく質】 鮭	【野菜5種】 もやし、にんじん、きゅうり ほうれん草、ブロッコリー 【たんぱく質】 鶏ひき肉	【野菜5種】 にんじん、チンゲン菜 かぶ、きゅうり、さつまいも 【たんぱく質】 たら	【野菜5種】 玉ねぎ、大根、ほうれん草 にんじん、かぶ 【たんぱく質】 納豆	【野菜5種】 玉ねぎ、にんじん、大根 ブロッコリー、じゃがいも 【たんぱく質】 鮭	
	29 (月)	30 (火)	31 (水)			
昼食	【野菜5種】 玉ねぎ、白菜、かぼちゃ きゅうり、ほうれん草 【たんぱく質】 豆腐	【野菜5種】 小松菜、大根、にんじん 玉ねぎ、じゃがいも 【たんぱく質】 納豆	【野菜5種】 じゃがいも、にんじん、大根 きゅうり、キャベツ 【たんぱく質】 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。

