


					1 (金)
昼食					【野菜5種】 にんじん、小松菜、かぶ キャベツ、玉ねぎ 【たんぱく質】 納豆
	4 (月)	5 (火)	6 (水)	7 (木)	8 (金)
昼食	【野菜5種】 玉ねぎ、白菜、ブロッコリー きゅうり、にんじん 【たんぱく質】 豆腐	【野菜5種】 にんじん、かぶ、キャベツ チンゲン菜、もやし 【たんぱく質】 たら	【野菜5種】 チンゲン菜、もやし、にんじん キャベツ、大根 【たんぱく質】 鶏ひき肉	【野菜5種】 玉ねぎ、もやし、にんじん ほうれん草、きゅうり 【たんぱく質】 納豆	【野菜5種】 玉ねぎ、かぶ、にんじん さつまいも、キャベツ 【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、きゅうり、ほうれん草 ブロッコリー、かぼちゃ 【たんぱく質】 豆腐	【野菜5種】 玉ねぎ、にんじん、じゃがいも ブロッコリー、いんげん 【たんぱく質】 納豆	【野菜5種】 きゅうり、ほうれん草、もやし ブロッコリー、かぼちゃ 【たんぱく質】 鮭	【野菜5種】 キャベツ、玉ねぎ、にんじん 大根、いんげん 【たんぱく質】 鶏ひき肉	【野菜5種】 玉ねぎ、ほうれん草、かぶ キャベツ、にんじん 【たんぱく質】 たら
	18 (月)	19 (火)	20 (水)	21 (木)	22 (金)
昼食	【野菜5種】 キャベツ、玉ねぎ、にんじん さつまいも、きゅうり 【たんぱく質】 鮭	【野菜5種】 きゅうり、キャベツ、にんじん 玉ねぎ、ブロッコリー 【たんぱく質】 鶏ひき肉	春分の日	【野菜5種】 玉ねぎ、ほうれん草、かぶ さつまいも、白菜 【たんぱく質】 たら	【野菜5種】 にんじん、きゅうり、玉ねぎ かぼちゃ、キャベツ 【たんぱく質】 納豆
	25 (月)	26 (火)	27 (水)	28 (木)	29 (金)
昼食	【野菜5種】 ブロッコリー、にんじん、大根 玉ねぎ、いんげん 【たんぱく質】 豆腐	【野菜5種】 じゃがいも、玉ねぎ、にんじん ほうれん草、白菜 【たんぱく質】 たら	【野菜5種】 きゅうり、にんじん、かぶ いんげん、もやし 【たんぱく質】 納豆	【野菜5種】 玉ねぎ、キャベツ、小松菜 にんじん、じゃがいも 【たんぱく質】 鮭	【野菜5種】 玉ねぎ、きゅうり、かぶ チンゲン菜、ブロッコリー 【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。

