

	月	火 	水	木	金
					1
昼食					【煮野菜5種】 じゃが芋、にんじん きゅうり、玉ねぎ、きゃべつ 【たんぱく質】 納豆
	4	5	6	7	8
昼食	文化の日	【煮野菜5種】 もやし、チンゲン菜、人参 きゅうり、さつまいも 【たんぱく質】 鮭	【煮野菜5種】 人参、ブロッコリー、玉ねぎ きゅうり、ほうれん草 【たんぱく質】 たら	【煮野菜5種】 人参、大根、里芋 ブロッコリー、玉ねぎ 【たんぱく質】 納豆	【煮野菜5種】 人参、きゅうり、玉ねぎ こまつな、かぼちゃ 【たんぱく質】 鶏ささみ肉
	11	12	13	14	15
昼食	【煮野菜5種】 きゅうり、チンゲン菜、人参 ブロッコリー、じゃが芋 【たんぱく質】 豆腐	【煮野菜5種】 きゃべつ、人参、きゅうり 玉ねぎ、じゃが芋 【たんぱく質】 たら	【煮野菜5種】 こまつな、もやし 人参、玉ねぎ、ほうれん草 【たんぱく質】 納豆	【煮野菜5種】 きゃべつ、もやし、人参 こまつな、さつまいも 【たんぱく質】 鶏ひき肉	【煮野菜5種】 玉ねぎ、人参、こまつな もやし、さつまいも 【たんぱく質】 鮭
	18	19	20	21	22
昼食	【煮野菜5種】 大根、かぼちゃ、人参 ほうれん草、玉ねぎ 【たんぱく質】 たら	【煮野菜5種】 チンゲン菜、もやし、人参 きゅうり、玉ねぎ 【たんぱく質】 納豆	【煮野菜5種】 もやし、人参、大根 ほうれん草、里芋 【たんぱく質】 豆腐	【煮野菜5種】 玉ねぎ、人参、きゅうり きゃべつ、さつまいも 【たんぱく質】 鶏ひき肉	【煮野菜5種】 玉ねぎ、人参、きゅうり もやし、チンゲン菜 【たんぱく質】 鮭
	25	26	27	28	29
昼食	【煮野菜5種】 玉ねぎ、人参、白菜 きゅうり、かぼちゃ 【たんぱく質】 鶏ひき肉	【煮野菜5種】 玉ねぎ、もやし、人参 ほうれん草、じゃが芋 【たんぱく質】 納豆	【煮野菜5種】 玉ねぎ、人参、きゃべつ きゅうり、かぼちゃ 【たんぱく質】 たら	【煮野菜5種】 大根、人参、白菜 きゅうり、さつまいも 【たんぱく質】 鮭	【煮野菜5種】 きゅうり、じゃが芋、人参 ブロッコリー、きゃべつ 【たんぱく質】 豆腐

※土曜日の献立は、じゃが芋・人参・玉ねぎ・たんぱく質(鮭・たら・納豆・鶏ひき肉)とさせていただきます。

※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。