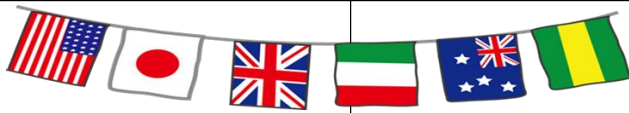


	月	火	水	木	金
			1	2	3
昼食			【煮野菜5種】 小松菜、玉ねぎ、かぼちゃ さつまいも、にんじん 【たんぱく質】 たら	【煮野菜5種】 キャベツ、玉ねぎ、にんじん きゅうり、ブロッコリー 【たんぱく質】 鶏ひき肉	【煮野菜5種】 玉ねぎ、じゃがいも、大根 小松菜、にんじん 【たんぱく質】 納豆
	6	7	8	9	10
昼食	【煮野菜5種】 さつまいも、大根、小松菜 にんじん、玉ねぎ 【たんぱく質】 豆腐	【煮野菜5種】 玉ねぎ、にんじん、キャベツ じゃがいも、かぼちゃ 【たんぱく質】 たら	【煮野菜5種】 玉ねぎ、ほうれん草、大根 にんじん、さつまいも 【たんぱく質】 納豆	【煮野菜5種】 チンゲン菜、かぼちゃ、大根 さつまいも、にんじん 【たんぱく質】 鮭	【煮野菜5種】 白菜、玉ねぎ、にんじん キャベツ、かぼちゃ 【たんぱく質】 鶏ひき肉
	13	14	15	16	17
昼食	スポーツの日	【煮野菜5種】 玉ねぎ、きゅうり、小松菜 にんじん、さつまいも 【たんぱく質】 納豆	【煮野菜5種】 大根、きゅうり、にんじん 玉ねぎ、かぼちゃ 【たんぱく質】 豆腐	【煮野菜5種】 白菜、にんじん、玉ねぎ ほうれん草、大根 【たんぱく質】 たら	【煮野菜5種】 きゅうり、玉ねぎ、にんじん キャベツ、小松菜 【たんぱく質】 鶏ひき肉
	20	21	22	23	24
昼食	【煮野菜5種】 ブロッコリー、にんじん 白菜、きゅうり、キャベツ 【たんぱく質】 豆腐	【煮野菜5種】 ブロッコリー、きゅうり にんじん、かぼちゃ、ほうれん草 【たんぱく質】 鮭	【煮野菜5種】 玉ねぎ、きゅうり、にんじん さつまいも、大根 【たんぱく質】 納豆	【煮野菜5種】 小松菜、じゃがいも、玉ねぎ にんじん、キャベツ 【たんぱく質】 たら	【煮野菜5種】 玉ねぎ、キャベツ、きゅうり 小松菜、さつまいも 【たんぱく質】 豆腐
	27	28	29	30	31
昼食	【煮野菜5種】 玉ねぎ、にんじん、白菜 かぶ、さつまいも 【たんぱく質】 鶏ひき肉	【煮野菜5種】 キャベツ、かぶ、にんじん さつまいも、かぼちゃ 【たんぱく質】 たら	【煮野菜5種】 にんじん、きゅうり、かぶ ほうれん草、ブロッコリー 【たんぱく質】 納豆	【煮野菜5種】 にんじん、玉ねぎ、かぼちゃ キャベツ、ブロッコリー 【たんぱく質】 豆腐	【煮野菜5種】 玉ねぎ、さつまいも きゅうり、大根、にんじん 【たんぱく質】 鮭

※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。

