

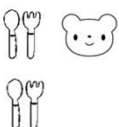
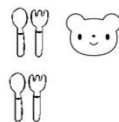
こんだて



			あかのなま みんなのからだをつくる	みどりのなま からだの調子をととのえる	きいろのなま エネルギーのもとになる	おやつ
1	火	ちくわのカレー揚げ・キャベツのおかかあえ・ワンタン汁・焼きのり	ちくわ・かつお節・豚肉・焼きのり	キャベツ・人参・チンゲン菜・長ねぎ・もやし	小麦粉・油・ワンタンの皮・ごま油	スキムミルク お菓子
2	水	ハンバーグ・ブロッコリーソテー・みそ汁	牛ひき肉・豚ひき肉・豆腐・わかめ・みそ	玉ねぎ・ブロッコリー・人参・もやし・長ねぎ	油・じゃがいも・砂糖・マヨネーズ	牛乳 お菓子
3	木	厚揚げと野菜のみそ炒め煮・和風サラダ・果物	豚肉・厚揚げ・みそ・かつお節	ピーマン・キャベツ・人参・たけのこ水煮・干しいたけ・ほうれん草・もやし・ホールコーン缶・果物	油・砂糖・片栗粉・ごま油	牛乳 ★シュガートースト
4	金	中華風ローストチキン・粉ふきいも・かき卵コーンスープ	鶏肉・青のり・鶏卵	玉ねぎ・しょうが・にんにく・クリームコーン缶・ホールコーン缶・人参・チンゲン菜	ごま・ごま油・じゃがいも・片栗粉	牛乳 お菓子
5	土	チキンときのこのカレー・サラダ・果物	鶏もも肉	玉ねぎ・人参・しいたけ・しめじ・マッシュルーム・キャベツ・果物	うるち米・油・マヨネーズ	牛乳 お菓子
7	月	麻婆豆腐・コーン入りおひたし・果物	豆腐・豚ひき肉・みそ	しょうが・にんにく・人参・干しいたけ・長ねぎ・にら・ほうれん草・もやし・ホールコーン缶・果物	油・砂糖・片栗粉・ごま油	牛乳 ★スナツ越
8	火	さけの塩焼き・ひじきの炒り煮・みそ汁	魚・ひじき・さつま揚げ・油揚げ・みそ	ごぼう・人参・干しいたけ・こんにゃく・さやいんげん・玉ねぎ・小松菜	油・砂糖・じゃがいも	お茶 ★おにぎり
9	水	ハンサンスー 拌三絲・青菜と塩昆布のふりかけ・果物	豚肉・塩昆布	もやし・人参・きゅうり・ホールコーン缶・小松菜・果物	そうめん・油・砂糖・ごま油・ごま	牛乳 ★ジャムパン
10	木	鶏の照り焼き・じゃがいものカレーソテー・野菜スープ	鶏肉・わかめ	玉ねぎ・人参・ピーマン・小松菜・えのきたけ	油・じゃがいも	スキムミルク お菓子
11	金	豆腐だんご・ブロッコリーのおかかあえ・みそ汁・ごまふりかけ	しほり豆腐・ツナ缶・ひじき・かつお節・油揚げ・わかめ・みそ	長ねぎ・人参・ブロッコリー・えのきたけ	片栗粉・油・じゃがいも・ごま	アイス
12	土	ビビンバ・わかめスープ・果物	豚ひき肉・わかめ	ほうれん草・人参・もやし・ぜんまい・小ねぎ・果物	うるち米・油・ごま油・砂糖	牛乳 お菓子
14	月	中華うま煮・マカロニサラダ・果物	豚肉・かまぼこ	白菜・玉ねぎ・人参・干しいたけ・チンゲン菜・しょうが・きゅうり・ホールコーン缶・果物	油・片栗粉・ごま油・マカロニ・マヨネーズ	お茶 ★おにぎり
15	火	さけのみそマヨ焼き・ほうれん草のごまあえ・野菜汁	魚・みそ・豆腐	ほうれん草・もやし・人参・キャベツ・こんにゃく・小ねぎ	マヨネーズ・砂糖・ごま・じゃがいも	スキムミルク お菓子
16	水	卵お好み焼き・ゆでブロッコリー・みそ汁・焼きのり	鶏卵・ベーコン・青のり・豆腐・みそ・焼きのり	人参・ピーマン・キャベツ・ブロッコリー・小松菜	砂糖・パン粉・油・じゃがいも	牛乳 ★チーズトースト
17	木	ほうれん草ときのこのスープパゲッティ・鶏肉のマーマレード焼き・フライドポテト・果物	鶏もも肉・ベーコン	ほうれん草・しめじ・えのきたけ・しょうが・果物	じゃがいも・油	カルピス お菓子
18	金	★食育の日★ さんまのかば焼き・菊とひじきのあえもの・秋なすのみそ汁・旬の果物	魚・ひじき・みそ	しょうが・ほうれん草・菊・人参・なす・えのきたけ・玉ねぎ・果物	片栗粉・油・砂糖・ごま・マヨネーズ・じゃがいも	牛乳 お菓子
19	土	チャーハン・わかめスープ・果物	なると・豚ひき肉・わかめ	ホールコーン缶・長ねぎ・えのきたけ・果物	うるち米・油	牛乳 お菓子
23	水	カレー・ツナサラダ・果物	豚肉・網	玉ねぎ・人参・きゅうり・キャベツ・ホールコーン缶・ツナ・果物	じゃがいも・油	お茶 ★おにぎり
24	木	さばのみそ煮・小松菜の磯香あえ・けんちん汁	魚・みそ・のり・豆腐	しょうが・小松菜・もやし・ごぼう・人参・大根・長ねぎ・つきこんにゃく	砂糖・じゃがいも	牛乳 ★きなこクリームサンド
25	金	高野豆腐の卵とじ・切干大根とツナのあえもの・果物	高野豆腐・鶏肉・鶏卵・ツナ缶	玉ねぎ・人参・ごぼう・干しいたけ・しらたき・小松菜・切干大根・きゅうり・果物	じゃがいも・油・砂糖・ごま油	スキムミルク お菓子
26	土	豚五目丼・みそ汁・果物	豚肉・みそ・わかめ	キャベツ・人参・にら・長ねぎ・しいたけ・果物	うるち米・油・ごま油・砂糖	牛乳 お菓子
28	月	肉じゃが・れんこんとブロッコリーのシャキシャキサラダ・果物	豚肉・ツナ缶	玉ねぎ・人参・しらたき・さやいんげん・れんこん・ブロッコリー・ホールコーン缶・果物	じゃがいも・油・砂糖・マヨネーズ	お茶 ★おにぎり
29	火	ウインナーとさつまいものかき揚げ・三色ひたし・みそ汁・焼きのり	ウインナー・豆腐・わかめ・みそ・焼きのり	ホールコーン缶・人参・ほうれん草・もやし・玉ねぎ	さつまいも・小麦粉・油	牛乳 お菓子
30	水	クワパオロー 鍋爆肉（豚肉のケチャップ炒め）・ポイル野菜・春雨スープ・果物	豚肉・豆腐・わかめ	キャベツ・人参・チンゲン菜・長ねぎ・果物	片栗粉・油・砂糖・ごま油・春雨	スキムミルク お菓子

*土曜日は完全給食です。 *3歳未満児の午後のおやつ飲み物は、スキムミルクに代えて牛乳を提供しています。 *★マークの日は手作りおやつです。

* マークの日は完全給食です。 * マークの日にはスプーンを持たせてください。 *園の都合により献立内容を多少変更することがあります。



フォーク



日	曜	午前の食事				午後の食事			
月齢と調理形態		生後5~6か月頃 <small>なめらかにすりつぶした状態 (ヨーグルトくらい)</small>	生後7~8か月頃 <small>舌でつぶせるかたさ (豆腐くらい)</small>	生後9~11か月頃 <small>歯ぐきでつぶせるかたさ (バナナくらい)</small>	生後12~18か月頃 <small>歯ぐきでかめるかたさ (肉だんごくらい)</small>	生後 5~6 か月頃	生後 7~8 か月頃	生後 9~11 か月頃	生後 12~18 か月頃
1	火	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮	かた粥 肉そぼろ 焼きのり キャベツのおかかあえ 野菜スープ	軟飯 肉そぼろ 焼きのり キャベツのおかかあえ ワンタン汁	ミルク	ミルク	おじゃ	(おやつ)
2	水	つぶし粥 野菜スープ 豆腐のすり流し 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 豆腐のくず煮 野菜の煮物	かた粥 ハンバーグ ブロッコリーソテー みそ汁	軟飯 ハンバーグ ブロッコリーソテー みそ汁	ミルク	ミルク	おじゃ	(おやつ)
3	木	お粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮	かた粥 豚肉と野菜のみそ炒め煮 和風サラダ 果物	軟飯 豚肉と野菜のみそ炒め煮 和風サラダ 果物	ミルク	ミルク	おじゃ	(おやつ)
4	金	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮	かた粥 つくね焼き 粉ふきいも かき卵コーンスープ	軟飯 つくね焼き 粉ふきいも かき卵コーンスープ	ミルク	ミルク	おじゃ	(おやつ)
5	土	・・入力してください・・	・・入力してください・・	・・入力してください・・	・・入力してください・・				
7	月	みどり粥 野菜スープ 豆腐のすり流し 野菜ペースト	みどり粥 野菜スープ 豆腐のくず煮 野菜の煮物 刻み果物	かた粥 麻婆豆腐 コーン入りおひたし 果物	軟飯 麻婆豆腐 コーン入りおひたし 果物	ミルク	ミルク	おじゃ	(おやつ)
8	火	つぶし粥 野菜スープ 白身魚のすり流し 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 魚のくず煮 野菜の煮物	かた粥 煮魚 ひじきの炒り煮 みそ汁	軟飯 焼き魚 ひじきの炒り煮 みそ汁	ミルク	ミルク	ミルク おじゃ	(おやつ)
9	水	みどり粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	みどり粥 野菜スープ 野菜のミルク煮 刻み果物	かた粥 <small>パンサンスー</small> 拌三絲 青菜と塩昆布の炒り煮 果物	軟飯 <small>パンサンスー</small> 拌三絲 青菜と塩昆布の炒り煮 果物	ミルク	ミルク	おじゃ	(おやつ)
10	木	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮	かた粥 つくね焼き じゃがいものソテー 野菜スープ	軟飯 つくね焼き じゃがいものソテー 野菜スープ	ミルク	ミルク	おじゃ	(おやつ)
11	金	お粥 野菜スープ 豆腐のすり流し 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 野菜のくず煮 野菜の煮物	かた粥 豆腐だんご ブロッコリーのおかかあえ みそ汁	軟飯 豆腐だんご ブロッコリーのおかかあえ みそ汁	ミルク	ミルク	ミルク おじゃ	(おやつ)
12	土	・・入力してください・・	・・入力してください・・	・・入力してください・・	・・入力してください・・				
14	月	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮 刻み果物	かた粥 野菜のうま煮 マカロニサラダ 果物	軟飯 野菜のうま煮 マカロニサラダ 果物	ミルク	ミルク	おじゃ	(おやつ)
15	火	お粥 野菜スープ 白身魚のすり流し 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 魚のくず煮 野菜の煮物	かた粥 煮魚 おひたし 野菜汁	軟飯 煮魚 おひたし 野菜汁	ミルク	ミルク	ミルク おじゃ	(おやつ)

