



	幼 児 食			離 乳 食	
	午前	昼 食	午後おやつ	午前	
1 土	牛乳	バリバリおそば トマトスープ(えのき入り)	牛乳 ビスケット	ミルク	全がゆ(米20)・キャベツのそぼろ煮(ミ ツ10、野菜30、片栗)・トマト煮つぶ し(野菜20)
3 月	牛乳	パン 拌三糸 野菜スープ	アイスクリーム 鉄強化ウエハース	ミルク	全がゆ(米20) 野菜卵とじ(野菜25、バ ^タ ター1、卵15) キャベツスープ(麩1、バ ^タ ター15)
4 火	牛乳	ごはん・煮魚・きゅうりとにん じんのごま酢あえ・豆腐と油揚 げのみそ汁	飲むヨーグルト(鉄強 化) クラッカー	ミルク	全がゆ(米20) 煮魚ほぐし(白身魚20) みそ汁(野菜15・ミ ^ツ 2)
5 水	牛乳	ごはん ベーコン入りかみかみきんぴら かき卵汁	牛乳 * キャロットゼリー	ミルク	全がゆ(米20) 野菜のやわらか煮(野菜20) かき卵汁(卵10、野菜10)
6 木	牛乳	ごはん・鶏肉のハワイアン煮・ ポイルキャベツ・わかめのすまし 汁	牛乳 丸ボーロ	ミルク	全がゆ(米20)・野菜そぼろ煮(ミ ^ツ 10 ・野菜30)・キャベツのあえもの(バ ^タ ター15・人参5・シ ^{ョウ} 1)
7 金	牛乳	ごはん・魚の南蛮漬・トマト・ えのきのすまし汁	牛乳 おかき おやつ昆布	ミルク	全がゆ(米20) 煮魚ほぐし(白身魚20) すまし汁(麩1、野菜5)
8 土	牛乳	冷めん バナナ	牛乳 クッキー	ミルク	煮こみうどん(麺20・ミ ^ツ 10・野菜25) つぶしバナナ(20)
11 火	牛乳	ごはん 麻婆豆腐 中華きゅうり	牛乳 * チーズサンド	ミルク	全がゆ(米20)・豆腐のそぼろあん(豆腐 30・ミ ^ツ 10・野菜25)・おろし胡瓜甘酢 和(胡瓜20・酢・砂糖)
12 水	牛乳	ごはん 牛肉とキャベツのごまみそ炒め 春雨のすまし汁	すいか チーズ	ミルク	全がゆ(米20) 春雨の軟らか煮(春雨3、野菜15) すまし汁(野菜15)
13 木	牛乳	ごはん 豚肉と切干大根の煮物 麩とわかめのみそ汁	牛乳 せんべい	ミルク	全がゆ(米20)・ポテトそぼろ煮(ミ ^ツ 1 5・ホ ^ト ト40・玉葱10・人参5)・すまし汁 (野菜15)
14 金	牛乳	ごはん スタミナカレー フルーツ和え	牛乳 あられ おやついりこ	ミルク	全がゆ(米20) クリームシチュー(ミ ^ツ 10・ホ ^ト ト20・人 参10・玉葱10)
15 土	牛乳	ミートスパゲッティ えのきだけのスープ	牛乳 サブレ	ミルク	ミネストローネスープ(バ ^タ ター15・玉 葱15・人参5・鶏ミ ^ツ 10・片栗) 人参の軟らか煮(人参20)
17 月	牛乳	パン レバーとピーナッツの野菜炒め ベーコンとキャベツのスープ	牛乳 かりんとう	ミルク	全がゆ(米20)・レバーと野菜の煮付(鶏バ ^タ ター15・野菜30)・キャベツの甘酢和 (バ ^タ ター10・人参5・酢・砂糖)
誕生 18 火	牛乳	三色まぜごはん・鶏のから揚げ ・きゅうりの酢物・麩のすまし 汁・ぶどう	アイスクリーム 鉄強化ウエハース	ミルク	洋風おじや(米20、ミ ^ツ 15、人参5、バ ^タ ター2)・胡瓜サラダ(胡瓜10、人参3)・ つぶしぶどう(20)
19 水	牛乳	ごはん ベーコン入りかみかみきんぴら かき卵汁	牛乳 * キャロットゼリー	ミルク	全がゆ(米20) 野菜のやわらか煮(野菜20) かき卵汁(卵10、野菜10)
20 木	牛乳	ごはん・鶏肉のハワイアン煮・ ポイルキャベツ・わかめのすまし 汁	牛乳 丸ボーロ	ミルク	全がゆ(米20)・野菜そぼろ煮(ミ ^ツ 10 ・野菜30)・キャベツのあえもの(バ ^タ ター15・人参5・シ ^{ョウ} 1)
21 金	牛乳	ごはん・魚の南蛮漬・トマト・ えのきのすまし汁	牛乳 おかき おやつ昆布	ミルク	全がゆ(米20) 煮魚ほぐし(白身魚20) すまし汁(麩1、野菜5)
22 土	牛乳	冷めん バナナ	牛乳 クッキー	ミルク	煮こみうどん(麺20・ミ ^ツ 10・野菜25) つぶしバナナ(20)
24 月	牛乳	ごはん スタミナカレー フルーツ和え	牛乳 あられ おやついりこ	ミルク	全がゆ(米20) クリームシチュー(ミ ^ツ 10・ホ ^ト ト20・人 参10・玉葱10)
25 火	牛乳	ごはん・煮魚・きゅうりとにん じんのごま酢あえ・豆腐と油揚 げのみそ汁	飲むヨーグルト(鉄強 化) クラッカー	ミルク	全がゆ(米20) 煮魚ほぐし(白身魚20) みそ汁(野菜15・ミ ^ツ 2)
26 水	牛乳	ミートスパゲッティ えのきだけのスープ	牛乳 サブレ	ミルク	ミネストローネスープ(バ ^タ ター15・玉 葱15・人参5・鶏ミ ^ツ 10・片栗) 人参の軟らか煮(人参20)
27 木	牛乳	ごはん 牛肉とキャベツのごまみそ炒め 春雨のすまし汁	すいか チーズ	ミルク	全がゆ(米20) 春雨の軟らか煮(春雨3、野菜15) すまし汁(野菜15)
28 金	牛乳	ごはん 麻婆豆腐 中華きゅうり	牛乳 * チーズサンド	ミルク	全がゆ(米20)・豆腐のそぼろあん(豆腐 30・ミ ^ツ 10・野菜25)・おろし胡瓜甘酢 和(胡瓜20・酢・砂糖)
29 土	牛乳	バリバリおそば トマトスープ(えのき入り)	牛乳 ビスケット	ミルク	全がゆ(米20)・キャベツのそぼろ煮(ミ ツ10、野菜30、片栗)・トマト煮つぶ し(野菜20)
31 月	牛乳	ごはん 牛肉ともやしのナムル そうめん汁	牛乳 * マカロニの黄粉あえ	ミルク	全がゆ(米20) 麩と野菜の煮物(野菜20・麩1・ミ ^ツ 10) オニオンスープ(玉葱15)