

日付	曜日	午前おやつ	献立名	材料	おやつ	栄養価	
1	31	土 月	お茶・麦茶 麦茶(浸出液)	そうめん煮 豆腐(すり流し汁) 野菜(ペースト)	干しそうめん、昆布だし汁 木綿豆腐、米みそ(淡色辛みそ)、片栗粉、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁	お茶・麦茶 麦茶(浸出液) 全粥(しらす) 米、水、しらす干し	エネルギー 111 Kcal たんぱく質 5.4 g
3	17	月	お茶・麦茶 麦茶(浸出液)	10倍粥 豆腐と野菜(ペースト) 野菜スープ(キャベツ・はくさい)	五分がゆ(精白米) 木綿豆腐、こまつな、昆布だし汁、片栗粉 こまつな、たまねぎ、にんじん、こんぶ(だし用)、水	鶏ひき肉、かぼちゃ、ねぎ、水、洋風だしの素、食塩 麦茶(浸出液) うどん(にんじん・たまねぎ) 干しうどん、にんじん、たまねぎ、昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ)	エネルギー 87 Kcal たんぱく質 3.2 g
4	18	火	お茶・麦茶 麦茶(浸出液)	パン(トーストスープ浸し) 白身魚と野菜(ペースト) 野菜(ペースト) つぶしバナナ	食パン、洋風スープ、バター たら、にんじん、キャベツ、水、片栗粉 ブロッコリー、昆布だし汁 バナナ	お茶・麦茶 麦茶(浸出液) 全粥(しらす) 米、水、しらす干し	エネルギー 142 Kcal たんぱく質 7.9 g
5	19	水	お茶・麦茶 麦茶(浸出液)	うどん煮 豆腐と野菜(ペースト) 果物(おろし煮)	干しうどん、昆布だし汁 木綿豆腐、こまつな、昆布だし汁、片栗粉 りんご	キャベツ、たまねぎ、にんじん、こんぶ(だし用)、水 麦茶(浸出液) そうめん(鶏あんかけ) 干しうどん、鶏ひき肉、にんじん、こまつな、昆布だし汁、しょうゆ、片栗粉、水	エネルギー 116 Kcal たんぱく質 5.1 g
6	20	木	お茶・麦茶 麦茶(浸出液)	10倍粥 白身魚の煮付け 野菜(ペースト) 五目汁(豆腐・青菜) つぶしバナナ	五分がゆ(精白米) かれい、しょうゆ、砂糖、水 にんじん、昆布だし汁 木綿豆腐、ほうれんそう、だいこん、にんじん、油揚げ、かつおだし汁、しょうゆ、食塩 バナナ	お茶・麦茶 麦茶(浸出液) 10倍粥(野菜) 米、水、にんじん	エネルギー 82 Kcal たんぱく質 5 g
7	21	金	お茶・麦茶 麦茶(浸出液)	そうめん煮 野菜(ペースト) 野菜スープ 果物(おろし煮)	干しそうめん、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁 たまねぎ、じゃがいも、にんじん、トマト、水、洋風だしの素 オレンジ	木綿豆腐、こまつな、にんじん、かつおだし汁、しょうゆ、食塩 麦茶(浸出液) リゾット(かぼちゃ) 米、かぼちゃ、たまねぎ、バター、水	エネルギー 97 Kcal たんぱく質 1.9 g
8	22	土	お茶・麦茶 麦茶(浸出液)	10倍粥(野菜) 豆腐と野菜(ペースト) 野菜スープ(キャベツ・はくさい) つぶしバナナ	米、水、にんじん 木綿豆腐、はくさい、昆布だし汁、片栗粉 キャベツ、たまねぎ、にんじん、はくさい、だいこん、こんぶ(だし用)、水 バナナ	お茶・麦茶 麦茶(浸出液) 10倍粥(きな粉) 米、水、きな粉	エネルギー 147 Kcal たんぱく質 5.4 g
11	25	火	お茶・麦茶 麦茶(浸出液)	パン(トーストスープ浸し) じゃがいもポタージュ かぼちゃペースト つぶしバナナヨーグルト	食パン、洋風スープ、バター じゃがいも、米、にんじん、キャベツ、水 かぼちゃ、育児用ミルク、水 バナナ、豆乳ヨーグルト(無糖)	にんじん、育児用ミルク、水 麦茶(浸出液) 7倍粥(野菜) 米、水、こまつな 野菜スープ(キャベツ・かぼちゃ)	エネルギー 234 Kcal たんぱく質 7.4 g
12		水	お茶・麦茶 麦茶(浸出液)	10倍粥 豆腐と青菜のどろみ煮 豆腐すまし汁(青菜・わかめ) 果物(おろし煮)	五分がゆ(精白米) 木綿豆腐、ほうれんそう、水、しょうゆ、片栗粉、水 木綿豆腐、ほうれんそう、にんじん、かつおだし汁、しょうゆ、食塩 りんご	キャベツ、たまねぎ、にんじん、かぼちゃ、こんぶ(だし用)、水 麦茶(浸出液) かぼちゃの茶巾 かぼちゃ	エネルギー 74 Kcal たんぱく質 3.8 g
13	27	木	お茶・麦茶 麦茶(浸出液)	10倍粥 豆腐(トマト煮) 納豆汁 ポイルブロッコリー	五分がゆ(精白米) 木綿豆腐、ミニトマト、昆布だし汁、片栗粉 納豆、ねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ) ブロッコリー	お茶・麦茶 麦茶(浸出液) うどん(ひき肉) 干しうどん、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁、片栗粉	エネルギー 105 Kcal たんぱく質 4.7 g
14	28	金	お茶・麦茶 麦茶(浸出液)	10倍粥(野菜) 豆腐と野菜(ペースト) そうめん汁	米、水、にんじん 木綿豆腐、ほうれんそう、昆布だし汁、片栗粉 干しそうめん、にんじん、ねぎ、かつおだし汁、しょうゆ、食塩	お茶・麦茶 麦茶(浸出液) 10倍粥 米、水	エネルギー 63 Kcal たんぱく質 2.7 g
15	29	土	お茶・麦茶 麦茶(浸出液)	うどん(にんじん・たまねぎ) 豆腐と野菜の煮物 果物(おろし煮)	干しうどん、にんじん、たまねぎ、昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ) 木綿豆腐、たまねぎ、にんじん、キャベツ、昆布だし汁、しょうゆ、片栗粉 なつめかん	キャベツ、たまねぎ、にんじん、こんぶ(だし用)、水 麦茶(浸出液) 全粥(しらす) 米、水、しらす干し 野菜スープ	エネルギー 138 Kcal たんぱく質 6.2 g
26		水	お茶・麦茶 麦茶(浸出液)	リゾット(にんじん・ブロッコリー) キャロットスープ 野菜(ペースト) メロン	米、にんじん、ブロッコリー、オリーブ油、水、粉チーズ にんじん、たまねぎ、米、水、洋風だしの素、食塩、脱脂粉乳 にんじん、昆布だし汁 メロン(緑肉)	キャベツ、たまねぎ、にんじん、かぼちゃ、こんぶ(だし用)、水 麦茶(浸出液) 全粥(ミルク) 米、水、育児用ミルク、砂糖	エネルギー 170 Kcal たんぱく質 4.4 g