

キッズ	昼食	3色食品群			3~5歳児		1~2歳児			
		熱やカになるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	おやつ	エネルギーたんぱく質脂質炭水化物塩分	アレルギー(乳・小麦・卵・大豆・そば・小麦)	エネルギーたんぱく質脂質炭水化物塩分	アレルギー(乳・小麦・卵・大豆・そば・小麦)	
1	木	●お月見カレーライス トマトと小松菜のおかか和え フルーツ(りんご) スープ(オニオン)	熱やカになるもの ごま・ご飯・じゃが芋・砂糖・片栗粉・油	血や肉や骨になるもの 花かつお・牛乳・豚肉	体の調子を整えるもの オレンジ・かぼちゃ・トマト・りんご・レーズン・玉ねぎ・小松菜・人参・コーン	おやつ 牛乳 ●お月見かぼちゃ団子 フルーツ(オレンジ)	617 kcal 18.6 g 15.8 g 98.7 g 1.8 g	463 kcal 14.0 g 11.9 g 74.0 g 1.4 g	乳・小麦 ※2	乳・小麦 ※2
2	金	ご飯 鶏肉と玉ねぎのソテー 白菜とツナの煮物 みそ汁	ご飯・さつま芋・バター・砂糖・油	ツナフレック缶・牛乳・鶏肉	バナナアップ缶・パセリ・もやし・玉ねぎ・人参・長ねぎ・白菜	牛乳 カラメルポテト フルーツ(パイナップル)	545 kcal 16.8 g 18.2 g 75.7 g 1.0 g	409 kcal 12.6 g 13.7 g 56.8 g 0.8 g	乳・小麦	乳・小麦
3	土									
4	日									
5	月	鉄分強化！ふりかけご飯 鮭のパン粉焼き かぼちゃサラダ すまし汁 フルーツ(りんご)	ご飯・バター・パン粉・ホットケーキミックス・マヨドレ・砂糖・小麦粉・油	牛乳・鮭・鉄強化チーズ・豆乳	あおさ粉・かぼちゃ・きゅうり・コーン・ほうれん草・りんご・ワカメ・玉ねぎ	牛乳 チーズおにぎり	595 kcal 21.7 g 19.4 g 81.3 g 2.1 g	446 kcal 16.3 g 14.6 g 61.0 g 1.6 g	乳・小麦 ※18・※28	乳・小麦 ※18・※28
6	火	ご飯 豆腐と豚肉のうま煮 ツナと野菜のパターンソテー みそ汁 フルーツ(オレンジ)	ごま油・ご飯・バター・砂糖・食パン	ツナフレック缶・牛乳・チーズ・豆腐・豚肉・油揚げ	オレンジ・ごぼう・ピーマン・玉ねぎ・枝豆・人参・白菜	牛乳 チーズサンド	625 kcal 28.4 g 22.9 g 73.9 g 1.5 g	469 kcal 21.3 g 17.2 g 55.4 g 1.1 g	乳・小麦	乳・小麦
7	水	スバゲティナポリタン もやしサラダ みるくスープ	ご飯・さつま芋・スバゲティ・バター・砂糖・片栗粉・油	花かつお・牛乳・鶏肉・ヤクルト	コーン・チンゲン菜・トマト・パセリ・もやし・玉ねぎ・人参	ヤクルト 人参おおかおにぎり トマト	581 kcal 19.3 g 18.4 g 82.1 g 1.2 g	436 kcal 14.5 g 13.8 g 61.6 g 0.9 g	乳・小麦	乳・小麦
8	木	ご飯 カラスカレイの野菜あんかけ キャベツのツナサラダ すまし汁 ヨーグルト	ご飯・砂糖・焼ふ・片栗粉・油・マヨドレ	カラスカレイ・ヨーグルト・牛乳・ツナ缶・油揚げ	えのき茸・オレンジ・かぼちゃ・キャベツ・ピーマン・玉ねぎ・人参	牛乳 かぼちゃ茶巾 フルーツ(オレンジ)	543 kcal 18.7 g 18.1 g 74.9 g 1.0 g	407 kcal 14.0 g 13.6 g 56.2 g 0.8 g	乳・小麦	乳・小麦
9	金	ひじきと枝豆のご飯 ハンバーグ 白菜のじゃこ和え みそ汁	ご飯・バター・パン粉・ホットケーキミックス・砂糖・油	おから・ちりめん干し・牛乳・豆腐・豚肉	ごぼう・ひじき・ブロッコリー・もやし・玉ねぎ・枝豆・人参・白菜	牛乳 おとうふおからドーナツ	601 kcal 23.5 g 21.1 g 79.6 g 1.6 g	451 kcal 17.6 g 15.8 g 59.7 g 1.2 g	乳・小麦 ※15・※46・※54	乳・小麦 ※15・※46・※54
10	土									
11	日									
12	月	鉄分強化！ふりかけごはん 野菜あんかけ キャベツと人参のごまサラダ みそ汁	ごま・ご飯・じゃが芋・バター・砂糖・油	ツナフレック缶・牛乳・豚肉・油揚げ	キヌサヤ・キャベツ・ほうれん草・玉ねぎ・人参・長ねぎ	牛乳 ジュシー(沖縄風ご飯)	641 kcal 22.1 g 19.8 g 89.8 g 1.6 g	481 kcal 16.6 g 14.9 g 67.4 g 1.2 g	乳・小麦 ※18	乳・小麦 ※18
13	火	ご飯 白系タラのコロコロ揚げ 鶏肉と小松菜の煮物 みそ汁 フルーツ(りんご)	ご飯・さつま芋・ホットケーキミックス・砂糖・片栗粉・油	きな粉・シロイトラ・牛乳・鶏肉・豆乳	りんご・玉ねぎ・小松菜・人参・水菜	牛乳 きなこ蒸しパン	599 kcal 21.6 g 16.8 g 87.9 g 1.3 g	449 kcal 16.2 g 12.6 g 65.9 g 1.0 g	乳・小麦 ※28	乳・小麦 ※28
14	水	ほうとう風うどん ひじきと大豆の煮物 フルーツ(バナナ)	ご飯・うどん・ごま油・砂糖	牛乳・大豆・豚肉・油揚げ・ヤクルト	かぼちゃ・バナナ・ひじき・ほうれん草・人参・大根・ワカメ	ヤクルト ワカメおにぎり	536 kcal 25.9 g 19.7 g 64.9 g 2.3 g	402 kcal 19.4 g 14.8 g 48.7 g 1.7 g	乳・小麦 ※14	乳・小麦 ※14
15	木	カレーライス トマトと小松菜のおかか和え フルーツ(りんご) スープ(オニオン)	ご飯・じゃが芋・砂糖・小麦粉・油・中華麺	花かつお・牛乳・豆乳・豚肉・茹大豆缶	トマト・りんご・玉ねぎ・小松菜・人参・キャベツ	牛乳 焼きそば	638 kcal 19.6 g 16.0 g 101.2 g 1.6 g	479 kcal 14.7 g 12.0 g 75.9 g 1.2 g	乳・小麦	乳・小麦
年齢		給与栄養目標量		当月平均給与栄養量						
		エネルギー/たんぱく質/脂質/炭水化物/塩分	エネルギーkcal	たんぱく質g	脂質g	炭水化物g	塩分g			
3~5歳		585/24.1/16.2/85.5/1.6未満	588	21.6	18.2	82.6	1.5			
1~2歳		485/20.1/13.5/71.0/1.4未満	441	16.2	13.6	62.0	1.1			

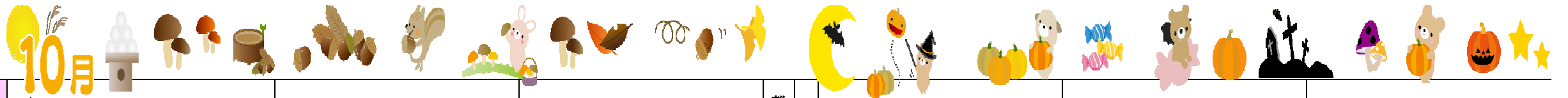
食べ物はよく噛んで食べましょう。よく噛むことで、歯の手助けや消化の負担が減り、お腹に良いと言われています。



キッズ	昼食	3色食品群			3~5歳児		1~2歳児			
		熱やカになるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	おやつ	エネルギーたんぱく質脂質炭水化物塩分	アレルギー(乳・小麦・卵・大豆・そば・小麦)	エネルギーたんぱく質脂質炭水化物塩分	アレルギー(乳・小麦・卵・大豆・そば・小麦)	
16	金	ご飯 鶏肉と玉ねぎのソテー 白菜とツナの煮物 みそ汁	ご飯・さつま芋・バター・砂糖・油	ツナフレック缶・牛乳・鶏肉	バナナアップ缶・パセリ・もやし・玉ねぎ・人参・長ねぎ・白菜	牛乳 カラメルポテト フルーツ(パイナップル)	545 kcal 16.8 g 18.2 g 75.7 g 1.0 g	409 kcal 12.6 g 13.7 g 56.8 g 0.8 g	乳・小麦	乳・小麦
17	土									
18	日									
19	月	鉄分強化！ふりかけご飯 鮭のパン粉焼き かぼちゃサラダ すまし汁 フルーツ(りんご)	ご飯・バター・パン粉・マヨドレ・砂糖・小麦粉・油	牛乳・鮭・鉄強化チーズ	あおさ粉・かぼちゃ・きゅうり・コーン・ほうれん草・りんご・ワカメ・玉ねぎ	牛乳 チーズおにぎり	595 kcal 21.7 g 19.4 g 81.3 g 2.1 g	446 kcal 16.3 g 14.6 g 61.0 g 1.6 g	乳・小麦 ※18・※28	乳・小麦 ※18・※28
20	火	ご飯 豆腐と豚肉のうま煮 ツナと野菜のパターンソテー みそ汁 フルーツ(オレンジ)	ごま油・ご飯・バター・砂糖・食パン	ツナフレック缶・牛乳・豆腐・豚肉・油揚げ	オレンジ・ごぼう・ピーマン・玉ねぎ・枝豆・人参・白菜	牛乳 チーズサンド	625 kcal 28.4 g 22.9 g 73.9 g 1.5 g	469 kcal 21.3 g 17.2 g 55.4 g 1.1 g	乳・小麦	乳・小麦
21	水	スバゲティナポリタン もやしサラダ みるくスープ	ご飯・さつま芋・スバゲティ・バター・砂糖・片栗粉・油	花かつお・牛乳・鶏肉・ヤクルト	コーン・チンゲン菜・トマト・パセリ・もやし・玉ねぎ・人参	ヤクルト 人参おおかおにぎり トマト	581 kcal 19.3 g 18.4 g 82.1 g 1.2 g	436 kcal 14.5 g 13.8 g 61.6 g 0.9 g	乳・小麦	乳・小麦
22	木	ご飯 カラスカレイの野菜あんかけ キャベツのツナサラダ すまし汁 ヨーグルト	ご飯・砂糖・焼ふ・片栗粉・油	カラスカレイ・ヨーグルト・牛乳・ツナ缶・油揚げ	えのき茸・オレンジ・かぼちゃ・キャベツ・ピーマン・玉ねぎ・人参	牛乳 かぼちゃ茶巾 フルーツ(オレンジ)	543 kcal 18.7 g 18.1 g 74.9 g 1.0 g	407 kcal 14.0 g 13.6 g 56.2 g 0.8 g	乳・小麦	乳・小麦
23	金	ひじきと枝豆のご飯 ハンバーグ 白菜のじゃこ和え みそ汁	ご飯・バター・パン粉・ホットケーキミックス・砂糖・油	おから・ちりめん干し・牛乳・豆腐・豚肉	ごぼう・ひじき・ブロッコリー・もやし・玉ねぎ・枝豆・人参・白菜	牛乳 おとうふおからドーナツ	601 kcal 23.5 g 21.1 g 79.6 g 1.6 g	451 kcal 17.6 g 15.8 g 59.7 g 1.2 g	乳・小麦 ※15・※46・※54	乳・小麦 ※15・※46・※54
24	土									
25	日									
26	月	鉄分強化！ふりかけごはん 野菜あんかけ キャベツと人参のごまサラダ みそ汁	ごま・ご飯・じゃが芋・バター・砂糖・油	ツナフレック缶・牛乳・豚肉・油揚げ	キヌサヤ・キャベツ・ほうれん草・玉ねぎ・人参・長ねぎ	牛乳 ジュシー(沖縄風ご飯)	641 kcal 22.1 g 19.8 g 89.8 g 1.6 g	481 kcal 16.6 g 14.9 g 67.4 g 1.2 g	乳・小麦 ※18	乳・小麦 ※18
27	火	ご飯 白系タラのコロコロ揚げ 鶏肉と小松菜の煮物 みそ汁 フルーツ(りんご)	ご飯・さつま芋・ホットケーキミックス・砂糖・米粉・片栗粉・油	きな粉・シロイトラ・牛乳・鶏肉・豆乳	りんご・玉ねぎ・小松菜・人参・水菜	牛乳 きなこ蒸しパン	599 kcal 21.6 g 16.8 g 87.9 g 1.3 g	449 kcal 16.2 g 12.6 g 65.9 g 1.0 g	乳・小麦 ※28	乳・小麦 ※28
28	水	ほうとう風うどん ひじきと大豆の煮物 フルーツ(バナナ)	ご飯・うどん・ごま油・砂糖	牛乳・大豆・豚肉・油揚げ・ヤクルト	かぼちゃ・バナナ・ひじき・ほうれん草・人参・大根	ヤクルト ワカメおにぎり	536 kcal 25.9 g 19.7 g 64.9 g 2.3 g	402 kcal 19.4 g 14.8 g 48.7 g 1.7 g	乳・小麦 ※14	乳・小麦 ※14
29	木	カレーライス トマトと小松菜のおかか和え フルーツ(りんご) スープ(オニオン)	ご飯・じゃが芋・砂糖・小麦粉・油・中華麺	花かつお・牛乳・豆乳・豚肉・茹大豆缶	トマト・りんご・玉ねぎ・小松菜・人参・キャベツ	牛乳 焼きそば	638 kcal 19.6 g 16.0 g 101.2 g 1.6 g	479 kcal 14.7 g 12.0 g 75.9 g 1.2 g	乳・小麦	乳・小麦
30	金	●ハロウィンライス かぼちゃのツナグラタン風 スープ フルーツ(バナナ)	ご飯・さつま芋・バター・パン粉・マカロニ・砂糖・小麦粉・油	ツナフレック缶・牛乳・鶏肉・豆乳	かぼちゃ・パセリ・バナナ・もやし・レーズン・玉ねぎ・人参・長ねぎ	牛乳 ●おばけのスイートポテト	640 kcal 16.4 g 17.9 g 102.5 g 1.2 g	480 kcal 12.3 g 13.4 g 76.9 g 0.9 g	乳・小麦 ※2	乳・小麦 ※2
31	土									

※3色食品群は食品中に含まれる栄養素を見た目で分かりやすくする為の目安です。香辛料や正油・みそなどの調味料は3色食品群に分類されない為、記載しておりません。
※調味料のアレルギー表示は弊社でお届けしたものに限りです。また、アレルギーの詳細は「予定献立表」でご確認ください。
※都合により、献立を変更する場合がございます。
※2 この商品は「えび」を含む製品と同じ施設で製造しておりますが、混入を最小限に抑えるように十分に配慮して生産されております。
※6 この商品は「落花生」を含む製品と同じ施設で製造しておりますが、混入を最小限に抑えるように十分に配慮して生産されております。
※14 この商品は「そば・卵」を含む製品と同じ施設で製造しておりますが、混入を最小限に抑えるように十分に配慮して生産されております。
※15 本製品に使用している原料魚は、えび・かきが混ざる漁法で採取しています。
※18 本製品で使用している海苔は、えび・かきの生息域で採取しています。
※28 小麦を使用した設備で製造しています。
※46 本商品製造工場では、小麦、乳、卵、えび、落花生を含む製品を製造しています。
※54 本品製造工場では、卵、乳成分を含む製品を製造致しております。
※60 本工場では小麦・乳を使用しております。





離乳食	曜日	後期(9~11ヶ月)				おやつ		離乳食	曜日	後期(9~11ヶ月)				おやつ	
		後期(9~11ヶ月)		中期(7~8ヶ月)		おやつ				後期(9~11ヶ月)		中期(7~8ヶ月)		おやつ	
		昼	使用食材一覧	昼	使用食材一覧					昼	使用食材一覧	昼	使用食材一覧		
1	木	軟飯 豚肉と野菜煮 トマトと小松菜のサラダ フルーツ(りんご)	おかゆ・豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・水・精製塩・小松菜・りんご	かゆ 豚肉と野菜煮 トマトと小松菜のサラダ フルーツ(りんご)	おかゆ・豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・水・精製塩・小松菜・りんご	かぼちゃかゆ	お米・かぼちゃ・出し汁	16	金	軟飯 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 白菜と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・白菜・人参・もやし・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 白菜と人参のサラダ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・白菜・人参	蒸しさつま芋	さつま芋
2	金	軟飯 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 白菜と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・白菜・人参・もやし・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 白菜と人参のサラダ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・白菜・人参	蒸しさつま芋	さつま芋	17	土						
3	土							18	日						
4	日							19	月	軟飯 鮭とほうれん草のくたくた煮 かぼちゃサラダ すまし汁・フルーツ(りんご)	おかゆ・鮭・ほうれん草・出し汁・かぼちゃ・きゅうり・醤油・りんご	かゆ 鮭とほうれん草のくたくた煮 かぼちゃサラダ	おかゆ・鮭・ほうれん草・出し汁・かぼちゃ・きゅうり・醤油・りんご	ワカメかゆ	お米・ワカメ・出し汁
5	月	軟飯 鮭とほうれん草のくたくた煮 かぼちゃサラダ すまし汁・フルーツ(りんご)	おかゆ・鮭・ほうれん草・出し汁・かぼちゃ・きゅうり・玉ねぎ・ワカメ・醤油・りんご	かゆ 鮭とほうれん草のくたくた煮 かぼちゃサラダ すまし汁・フルーツ(りんご)	おかゆ・鮭・ほうれん草・出し汁・かぼちゃ・きゅうり・玉ねぎ・ワカメ・醤油・りんご	ワカメかゆ	お米・ワカメ・出し汁	20	火	軟飯 豆腐と豚肉のやわらか煮 玉ねぎのだし煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・豆腐・豚肉・白菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・玉ねぎ・味噌・オレンジ	かゆ 豆腐と豚肉のやわらか煮 玉ねぎのだし煮 フルーツ(オレンジ)	おかゆ・豆腐・豚肉・白菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・玉ねぎ・オレンジ	スティックパン	食パン
6	火	軟飯 豆腐と豚肉のやわらか煮 玉ねぎのだし煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・豆腐・豚肉・人参・出し汁・砂糖・醤油・玉ねぎ・ごぼう・味噌・オレンジ	かゆ 豆腐と豚肉のやわらか煮 玉ねぎのだし煮 フルーツ(オレンジ)	おかゆ・豆腐・豚肉・人参・出し汁・砂糖・醤油・玉ねぎ・オレンジ	スティックパン	食パン	21	水	軟飯 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 もやしとチンゲン菜のサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・もやし・チンゲン菜・さつま芋・水	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 チンゲン菜のサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・チンゲン菜・さつま芋・水	人参かゆ	お米・人参・出し汁
7	水	軟飯 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 とチンゲン菜のサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・チンゲン菜・さつま芋・水	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 とチンゲン菜のサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・チンゲン菜・さつま芋・水	人参かゆ	お米・人参・出し汁	22	木	軟飯 カラスカレイと野菜のどろろ煮 キャベツのサラダ すまし汁・ヨーグルト	おかゆ・カラスカレイ・玉ねぎ・出し汁・片栗粉・キャベツ・人参・焼ふ・醤油・ヨーグルト	かゆ カラスカレイと野菜のどろろ煮 キャベツのサラダ すまし汁・ヨーグルト	おかゆ・カラスカレイ・玉ねぎ・出し汁・片栗粉・キャベツ・人参・焼ふ・醤油・ヨーグルト	かぼちゃかゆ	お米・かぼちゃ・出し汁
8	木	軟飯 カラスカレイと野菜のどろろ煮 キャベツのサラダ すまし汁・ヨーグルト	おかゆ・カラスカレイ・玉ねぎ・出し汁・片栗粉・キャベツ・人参・醤油・ヨーグルト・砂糖	かゆ カラスカレイと野菜のどろろ煮 キャベツのサラダ すまし汁・ヨーグルト	おかゆ・カラスカレイ・玉ねぎ・出し汁・キャベツ・人参・醤油・ヨーグルト・砂糖	かぼちゃかゆ	お米・かぼちゃ・出し汁	23	金	軟飯 豚肉と野菜のやわらか煮 白菜のサラダ みそ汁	おかゆ・豚肉・玉ねぎ・ブロッコリー・人参・出し汁・醤油・砂糖・白菜・もやし・ごぼう・味噌	かゆ 豚肉と野菜のやわらか煮 白菜のサラダ	おかゆ・豚肉・玉ねぎ・ブロッコリー・人参・出し汁・醤油・砂糖・白菜	白菜かゆ	お米・白菜・出し汁
9	金	軟飯 豚肉と野菜のやわらか煮 白菜のサラダ みそ汁	おかゆ・豚肉・玉ねぎ・ブロッコリー・人参・出し汁・醤油・砂糖・白菜・味噌	かゆ 豚肉と野菜のやわらか煮 白菜のサラダ	おかゆ・豚肉・玉ねぎ・ブロッコリー・人参・出し汁・醤油・砂糖・白菜	白菜かゆ	お米・白菜・出し汁	24	土						
10	土							25	日						
11	日							26	月	軟飯 じゃが芋とじ煮 キャベツと人参のサラダ	おかゆ・じゃが芋・玉ねぎ・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・人参	かゆ じゃが芋のとじ煮 キャベツと人参のサラダ	おかゆ・じゃが芋・玉ねぎ・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・人参	野菜かゆ	お米・キャベツ・人参・出し汁
12	月	軟飯 じゃが芋のとじ煮 キャベツと人参のサラダ	おかゆ・じゃが芋・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・人参	かゆ じゃが芋のとじ煮 キャベツと人参のサラダ	おかゆ・じゃが芋・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・人参	野菜かゆ	お米・キャベツ・人参・出し汁	27	火	軟飯 白米タラとさつま芋のほっこり煮 鶏肉と小松菜の煮物 みそ汁・フルーツ(りんご)	おかゆ・シロイトタラ・さつま芋・出し汁・鶏肉・小松菜・人参・醤油・砂糖・玉ねぎ・味噌・りんご	かゆ 白米タラとさつま芋のほっこり煮 鶏肉と小松菜の煮物 みそ汁・フルーツ(りんご)	おかゆ・シロイトタラ・さつま芋・出し汁・鶏肉・小松菜・人参・醤油・砂糖・玉ねぎ・味噌・りんご	蒸しパン	ホットケーキミックス・水
13	火	軟飯 白米タラとさつま芋のほっこり煮 鶏肉と小松菜の煮物 みそ汁・フルーツ(りんご)	おかゆ・シロイトタラ・さつま芋・出し汁・鶏肉・小松菜・醤油・砂糖・味噌・りんご	かゆ 白米タラとさつま芋のほっこり煮 鶏肉と小松菜の煮物 みそ汁・フルーツ(りんご)	おかゆ・シロイトタラ・さつま芋・出し汁・鶏肉・小松菜・人参・醤油・砂糖・味噌・りんご	蒸しパン	ホットケーキミックス・水	28	水	豚肉と野菜のくたくた味噌うどん 人参のだし煮 フルーツ(バナナ)	うどん・豚肉・かぼちゃ・大根・ほうれん草・出し汁・味噌・人参・バナナ	かゆ 豚肉と野菜のくたくた味噌うどん 人参のだし煮 フルーツ(バナナ)	うどん・豚肉・かぼちゃ・大根・ほうれん草・出し汁・味噌・人参・バナナ	ほうれん草かゆ	お米・ほうれん草・出し汁
14	水	豚肉と野菜のくたくた味噌うどん 人参と大豆のだし煮 フルーツ(バナナ)	うどん・豚肉・かぼちゃ・大根・ほうれん草・出し汁・味噌・人参・大豆・バナナ	かゆ 豚肉と野菜のくたくた味噌うどん 人参のだし煮 フルーツ(バナナ)	うどん・豚肉・かぼちゃ・大根・ほうれん草・出し汁・味噌・人参・バナナ	ワカメかゆ	お米・ワカメ・出し汁	29	木	軟飯 豚肉と野菜煮 小松菜サラダ フルーツ(りんご)	おかゆ・豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・水・精製塩・小松菜・りんご	かゆ 豚肉と野菜煮 小松菜サラダ フルーツ(りんご)	おかゆ・豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・水・精製塩・小松菜・りんご	人参かゆ	お米・人参・出し汁
15	木	軟飯 豚肉と野菜煮 小松菜のサラダ フルーツ(りんご)	おかゆ・豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・水・精製塩・小松菜・りんご	かゆ 豚肉と野菜煮 小松菜のサラダ フルーツ(りんご)	おかゆ・豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・水・精製塩・小松菜・りんご	人参かゆ	お米・人参・出し汁	30	金	軟飯 かぼちゃ煮 鶏肉と人参煮物 フルーツ(バナナ)	おかゆ・鶏肉・人参・かぼちゃ・玉ねぎ・水・精製塩・バナナ	かゆ かぼちゃ煮 鶏肉と人参煮物 フルーツ(バナナ)	おかゆ・鶏肉・人参・かぼちゃ・玉ねぎ・水・精製塩・バナナ	蒸しさつま芋	さつま芋
								31	土						