

月	火	水	木	金	土
1 お粥 豚肉の柔らか煮 さつまい煮物 豆腐の味噌汁	2 お粥 煮魚 豚肉と野菜の煮物 茄子の味噌汁	3 	4 お粥 スパゲティー煮込み 豆腐煮物 かつおだし汁	5 お粥 豚肉の柔らか煮 ブロッコリー煮物 かつおだし汁	6 お粥 煮奴 野菜煮物 かつおだし汁
野菜雑炊 ブルー 米 豚肉 白菜 玉葱 人参 パクチョイ さつまい 絹ごし豆腐 しめじ かつお節 ブルー	ほうれん草雑炊 梨 米 白身魚 豚肉 キャベツ 人参 茄子 玉葱 かつお節 梨 ほうれん草		野菜雑炊 バナナ 米 スパゲッティ 牛挽き肉 人参 豚挽き肉 玉葱 セロリー ピーマン 沖縄豆腐 しらす干し 赤ピーマン コーン缶 もやし かつお節 バナナ	野菜雑炊 みかん 米 豚肉 玉葱 人参 しめじ ささみ ブロッコリー コーン缶 かつお節 みかん	野菜雑炊 バナナ 米 絹ごし豆腐 人参 小松菜 ホールコーン缶 玉葱 大根 かつお節 バナナ
8 お粥 豆腐煮物 豚肉と野菜の煮物 かつおだし汁	9 お粥 レバーと野菜の煮込み 大根煮物 かつおだし汁	10 お粥 豚肉の柔らか煮 野菜煮物 かつおだし汁	11 お粥 煮魚 南瓜のそぼろ煮 ほうれん草のみそ汁	12 芋粥 煮魚 大根煮物 かつおだし汁	13 お粥 納豆煮物 筑前煮 みかん かつおだし汁
野菜雑炊 グレープフルーツ 米 沖縄豆腐 人参 ねぎ しめじ 鶏挽き肉 豚肉 大根 かつお節 グレープフルーツ 玉葱 いんげん	野菜雑炊 バナナヨーグルト 米 合挽き肉 鶏レバー 玉葱 人参 ピーマン レーズン 大根 かつお節 みかん バナナ プレーンヨーグルト	野菜雑炊 梨 米 玉葱 人参 かつお節 豚肉 キャベツ もやし コーン 梨	ソーメン煮込み 柿 米 白身魚 鶏挽き肉 玉葱 南瓜 ほうれん草 かつお節 柿 そうめん 人参	野菜雑炊 りんご 米 さつまい 白身魚 大根 人参 豚肉 生しいたけ 玉葱 かつお節 りんご	米 納豆 鶏もも肉 大根 ごぼう 人参 里芋 しいたけ かつお節 みかん
15 お粥 豚肉の柔らか煮 野菜煮物 南瓜の味噌汁	16 お粥 煮魚 野菜煮物 小松菜の味噌汁	17 お粥 豚肉の柔らか煮 野菜煮物 沖縄そば煮込み	18 お粥 ミンチと野菜の煮込み 大根煮物 絹豆腐の味噌汁	19 お粥 煮魚 大根煮物 レバーの味噌汁	20 お粥 マーボー豆腐風 白菜煮物 かつおだし汁
野菜雑炊 オレンジ 米 豚肉 玉葱 白菜 沖縄豆腐 キャベツ 人参 胡瓜 南瓜 かつお節 オレンジ	野菜雑炊 りんご 米 白身魚 赤ピーマン 玉葱 豚肉 人参 小松菜 かつお節 柿 りんご	コーン雑炊 みかん 米 沖縄そばの麺 豚肉 かつお節 玉葱 人参 胡瓜 もやし ホールコーン缶 みかん	芋雑炊 梨 米 豚挽き肉 鶏挽き肉 玉葱 人参 ピーマン 大根 胡瓜 絹ごし豆腐 かつお節 梨 さつまい	野菜雑炊 フルーツヨーグルト 米 赤魚 大根 柿 鶏レバー 鶏むね肉 人参 かつお節 人参 豆腐 かつお節 梨 ブルー プレーンヨーグルト	野菜雑炊 グレープフルーツ 米 豚挽き肉 しいたけ 玉葱 グリーンピース 沖縄豆腐 白菜 人参 グレープフルーツ かつお節
22 お粥 チキンの柔らか煮 野菜煮物 かつおだし汁	23 	24 お粥 豚肉の柔らか煮 マッシュかぼちゃ 豆腐の味噌汁	25 お粥 煮魚 大根と2色人参の煮物 かつおだし汁	26 お粥 チキンの柔らか煮 野菜煮物 かつおだし汁	27 お粥 豚肉の柔らか煮 野菜煮物 かつおだし汁
南瓜雑炊 みかん 米 鶏むね肉 鶏もも肉 人参 玉葱 じゃが芋 南瓜 大根 かつお節 みかん		野菜雑炊 梨 米 豚肉 玉葱 赤ピーマン 南瓜 ほうれん草 沖縄豆腐 かつお節 梨	野菜雑炊 ブルー 米 鮭 大根 人参 島人参 いんげん 豚肉 かつお節 ブルー	コーン雑炊 バナナ 米 鶏もも肉 キャベツ 人参 じゃが芋 ホールコーン缶 玉葱 バナナ かつお節	野菜雑炊 みかん 米 茄子 人参 玉葱 ピーマン 豚肉 みかん かつお節
29 お弁当	30 お粥 煮魚 豆腐と野菜の煮物 かつおだし汁	秋の味覚 秋は野菜や果物が冬に向けて、うま味や甘味などを蓄える時期です 大根や白菜、お芋、りんごやぶどうや柿・・・ 旬の栄養価が高くて美味しい物をお子さんと一緒に 美味しいね～、甘いね～と声掛けしながら味わってみてくださいね！ 			
バナナ 赤ちゃん用菓子 	野菜雑炊 りんご 米 白身魚 絹ごし豆腐 生しいたけ 人参 玉葱 白菜 ピーマン かつお節 りんご				

※材料、その他の都合により献立を変更することがあります。