

月	火	水	木	金	土		
 <p>季節の変わり目で体調を崩す子が増えてきました 食欲のないときは、形骸をもどして無理せず柔らかいお粥や煮奴 大根のおろし煮、南瓜柔らか煮など消化の良いものをあげましょう</p>			<p>1 お粥 煮魚 野菜の煮物 ほうれん草のすまし汁</p> <p>2 お粥 豚肉の柔らか煮 野菜煮物 わかめのすまし汁</p>				
<p>4</p> 			<p>5 お粥 チキンの柔らか煮 大根煮物 かつおだし汁</p> <p>野菜雑炊 みかん 米 鶏もも肉 キャベツ 人参 玉葱 ピーマン しめじ 大根 かつお節 みかん</p>	<p>6 お粥 煮魚 豚肉とじゃが芋の煮物 きのこの味噌汁</p> <p>野菜雑炊 梨 米 白身魚 もやし ピーマン 豚肉 じゃが芋 玉葱 人参 生しいたけ グリンピース 大根 かつお節 梨</p>	<p>7 お粥 豚肉の柔らか煮 野菜煮物 沖縄そば煮込み汁</p> <p>野菜雑炊 バナナ 米 ゆで沖縄そば 豚肉 玉葱 かつお節 ほうれん草 人参 もやし バナナ</p>	<p>8 お粥 マーボー豆腐風 きゃべつとささみの煮物 わかめのすまし汁</p> <p>コーン雑炊 プルーン 米 豚挽き肉 玉葱 グリンピース 沖縄豆腐 ささみ キャベツ 人参 ホールコーン缶 わかめ かつお節 プルーン</p>	<p>9 お粥 チキンと野菜の煮込み わかめのすまし汁 みかん</p> <p>米 鶏もも肉 鶏レバー 玉葱 人参 じゃが芋 南瓜 しめじ わかめ かつお節 みかん</p>
<p>11 お粥 ミンチと豆腐の煮込み 南瓜甘煮 かつおだし汁</p> <p>野菜雑炊 みかん 米 合挽き肉 玉葱 レタス トマト 南瓜 かつお節 みかん 絹ごし豆腐</p>	<p>12 お粥 煮魚 納豆煮 野菜煮物 かつおだし汁</p> <p>南瓜雑炊 りんご 米 納豆 白身魚 人参 キャベツ 豚肉 玉葱 かつお節 りんご 南瓜</p>	<p>13 お粥 豚肉の柔らか煮 野菜煮物 うどん煮込み汁</p> <p>鶏雑炊 マッシュさつま芋 米 うどん かつお節 豚肉 玉葱 じゃが芋 人参 ねぎ 大根 黄ピーマン バナナ 鶏もも肉 さつま芋</p>	<p>14 お粥 お豆腐ハンバーグ ブロッコリー煮物 白菜の味噌汁</p> <p>南瓜雑炊 梨 米 合挽き肉 沖縄豆腐 玉葱 人参 じゃが芋 白菜 ブロッコリー ホールコーン缶 かつお節 梨 南瓜</p>	<p>15 お粥 煮魚 野菜煮物 大根の味噌汁</p> <p>野菜雑炊 フルーツヨーグルト 米 鮭 人参 豚肉 玉葱 ほうれん草 大根 ねぎ かつお節 柿 バナナ プレーンヨーグルト</p>	<p>16 お粥 牛肉の柔らか煮 野菜煮物 ほうれん草のみそ汁</p> <p>野菜雑炊 プルーン 米 牛肉 玉葱 にんじん 生しいたけ ごぼう グリンピース ほうれん草 かつお節 プルーン</p>		
<p>18 お粥 煮魚 いんげん煮込み 鶏レバーの味噌汁</p> <p>芋雑炊 バナナ 米 白身魚 いんげん 玉葱 人参 豚肉 鶏レバー 鶏むね肉 じゃが芋 かつお節 バナナ さつま芋</p>	<p>19 お粥 チキンの柔らか煮 ひじき煮 大根と小松菜の味噌汁</p> <p>野菜雑炊 りんご 米 鶏むね肉 玉葱 人参 ひじき 大根 小松菜 かつお節 りんご</p>	<p>20 お粥 豚肉の柔らか煮 ブロッコリー煮物 かつおだし汁</p> <p>野菜雑炊 マッシュさつま芋 米 豚肉 大根 じゃが芋 ブロッコリー 人参 かつお節 胡瓜 さつま芋</p>	<p>21</p> <p>お弁当</p>  <p>赤ちゃん菓子 バナナ</p>	<p>22 お粥 チキンの柔らか煮 野菜煮込み かつおだし汁</p> <p>野菜雑炊 プルーン 米 鶏もも肉 キャベツ 豚肉 人参 玉葱 白菜 プルーン 豚挽き肉 かつお節</p>	<p>23</p> <p>勤労感謝の日</p> 		
<p>25 お粥 豚肉の柔らか煮 茄子の煮物 わかめすまし汁</p> <p>コーン雑炊 みかん 米 茄子 人参 玉葱 ピーマン 豚肉 胡瓜 ホールコーン缶 わかめ かつお節 みかん</p>	<p>26 お粥 豚肉の柔らか煮 野菜煮物 沖縄そば煮込み汁</p> <p>野菜雑炊 バナナ 米 沖縄そば 豚肉 かつお節 ブロッコリー 玉葱 人参 ねぎ 柿 大根 バナナ</p>	<p>27 お粥 煮魚 大根煮物 小松菜としめじの味噌汁</p> <p>野菜雑炊 プルーン 米 白身魚 大根 人参 豚肉 小松菜 しめじ かつお節 プルーン</p>	<p>28 お粥 チキンと野菜の煮込み マッシュポテト ほうれん草のみそ汁</p> <p>お芋雑炊 梨 米 鶏もも肉 玉葱 にんじん ピーマン 生しいたけ じゃが芋 ほうれん草 かつお節 梨 さつま芋</p>	<p>29 お粥 煮魚 豆腐と野菜の煮込み ごぼうの味噌汁</p> <p>ほうれん草雑炊 りんご 米 白身魚 沖縄豆腐 豚肉 キャベツ にんじん 玉葱 絹ごし豆腐 ピーマン じゃが芋 ねぎ かつお節 バナナ</p>	<p>30 お粥 煮奴 ミンチと野菜の煮込み じゃが芋の味噌汁</p>		

※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。