



日曜	献立	材料名
1月	全粥～軟飯 (えんどう) ビーフン煮 豆腐のすまし汁 オレンジ	米、グリーンピース ビーフン、たまねぎ、にんじん、ピーマン、だし汁、しょうゆ 豆腐、たまねぎ、わかめ、にんじん、ねぎ、だし汁、しょうゆ、オレンジ
2火	全粥～軟飯 鶏じゃが サラダ煮 いちご	米 鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、グリーンピース、しょうゆ、砂糖、だし汁 キャベツ、きゅうり、にんじん、酢、しょうゆ、砂糖、だし汁、いちご
8月	全粥～軟飯 鶏肉と野菜煮 そら豆入りサラダ煮	米 鶏肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、グリーンピース、油、だし汁、しょうゆ、米粉 キャベツ、きゅうり、そらまめ、酢、しょうゆ、砂糖、だし汁
9火	全粥～軟飯 ビビンバ風あんかけ 豆腐スープ オレンジ	米 豚ひき肉、油、こまつな、にんじん、だし汁、砂糖、しょうゆ、片栗粉 豆腐、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ、オレンジ
10水	全粥～軟飯 はまちと野菜煮 新玉ねぎのみそ汁	米 はまち、アスパラガス、キャベツ、にんじん、だし汁、しょうゆ たまねぎ、じゃがいも、わかめ、ねぎ、だし汁、みそ
11木	全粥～軟飯 マーボー豆腐 いちご 青菜のおかか煮	米 豆腐、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、しいたけ、砂糖、しょうゆ、水、片栗粉、いちご キャベツ、こまつな、にんじん、かつお節、しょうゆ、だし汁
12金	全粥～軟飯 (金時豆) ひき肉入りお焼き スナップえんどうのツナ煮	米、いんげんまめ じゃがいも、牛ひき肉、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、米粉、油 スナップえんどう、きゅうり、キャベツ、にんじん、ツナ缶、だし汁
15月	全粥～軟飯 野菜そうめん 納豆のみそ風味	米 そうめん、キャベツ、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ 納豆、豚ひき肉、たまねぎ、ねぎ、だし汁、みそ、砂糖
16火	全粥～軟飯 あかうおの煮付 茹でじゃが きゃべつのスープ	米 あかうお、砂糖、しょうゆ じゃがいも、塩、キャベツ、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、だし汁
17水	全粥～軟飯 鶏肉と野菜煮 切干大根のみそ汁	米 鶏肉、片栗粉、こまつな、にんじん、だし汁、しょうゆ 切り干しだいこん、じゃがいも、にんじん、わかめ、ねぎ、だし汁、みそ
18木	全粥～軟飯 鶏肉とじゃがいも煮 豆腐スープ パナナ	米 鶏ひき肉、じゃがいも、にんじん、ピーマン、だし汁、砂糖、しょうゆ 豆腐、たまねぎ、にんじん、しいたけ、だし汁、しょうゆ、バナナ
19金	全粥～軟飯 さわらと野菜煮 茹でじゃが、しょうゆフレンチ煮	米 さわら、たまねぎ、にんじん、だし汁 じゃがいも、塩、キャベツ、ほうれんそう、にんじん、しょうゆ、酢、油、だし汁
22月	全粥～軟飯 鶏肉のスープ ポテトサラダ風 オレンジ	米 鶏ひき肉、片栗粉、たまねぎ、にんじん、ねぎ、だし汁、しょうゆ じゃがいも、きゅうり、キャベツ、にんじん、しょうゆ、酢、オレンジ
23火	全粥～軟飯 あかうおと野菜煮 じゃが芋のみそ汁	米 あかうお、キャベツ、きゅうり、にんじん、だし汁、しょうゆ じゃがいも、たまねぎ、にんじん、わかめ、ねぎ、だし汁、みそ
24水	全粥～軟飯 おから入りお焼き 春雨スープ	米 鶏ひき肉、おから、豆腐、たまねぎ、スナップえんどう、片栗粉、しょうゆ、油 はるさめ、たまねぎ、チンゲンサイ、にんじん、しいたけ、だし汁、しょうゆ
25木	全粥～軟飯 さわら煮 春雨サラダ オレンジ	米 さわら、だし汁、しょうゆ、片栗粉 はるさめ、キャベツ、きゅうり、にんじん、だし汁、しょうゆ、酢、オレンジ
26金	全粥～軟飯 大豆と野菜煮 きゃべつの磯香煮 オレンジ	米 大豆、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油、砂糖、しょうゆ、だし汁 キャベツ、こまつな、にんじん、だし汁、のり、しょうゆ、オレンジ
29月	全粥～軟飯 鶏肉と玉ねぎ煮 サラダ煮 パナナ	米 鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ、米粉 キャベツ、きゅうり、にんじん、ツナ缶、しょうゆ、酢、砂糖、だし汁、バナナ
30火	全粥～軟飯 鶏肉と野菜煮 わかめスープ	米 鶏肉、キャベツ、きゅうり、にんじん、だし汁、しょうゆ わかめ、たまねぎ、ねぎ、にんじん、しいたけ、だし汁、しょうゆ
31水	全粥～軟飯 さわらの磯焼き オニオンスープ アスパラサラダ煮	米 さわら、あおのり、片栗粉、油、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ アスパラガス、キャベツ、にんじん、だし汁、酢、しょうゆ

※ 離乳食後は欲しがるだけミルクを飲みます。
また、午前、午後の間食時間にもミルクを飲みます。
※ 使用食材の中に食べたことのないものがあれば、お知らせください。
※ 都合により献立を変更する場合がありますがご了承ください。

～お茶や白湯で水分補給をしましょう～
お風呂上りや散歩の後など、のどの渇いている時には、お茶や白湯で水分補給をしましょう。暑い時は定期的にとすると良いですね。