



日曜	献立	材料名
1月	軟飯～ご飯	米
	茹で豚のごまだれ	豚肉、きゅうり、キャベツ、にんじん、ごま、砂糖、しょうゆ、酢、油
	ミネストローネ バナナ	たまねぎ、じゃがいも、にんじん、トマト、トマトジュース、水、洋風だしの素、パセリ粉 バナナ
	しらすごはんおにぎり	米、しらす干し、ごま油、しょうゆ
2火	軟飯～ご飯	米
	キャベツとツナのサラダ	キャベツ、にんじん、ツナ缶、しょうゆ、酢
	わかめスープ	わかめ、たまねぎ、豆腐、しいたけ、中華だしの素、水
	牛乳(ミルク) おからのパンケーキ	おから、米粉、きな粉、ベーキングパウダー、砂糖、水、油
3水	軟飯～ご飯	米
	大豆入りミートボール	大豆、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、片栗粉、米粉、塩、油
	即席漬け ふのすまし汁	キャベツ、きゅうり、にんじん、塩こんぶ、塩、酢 たまねぎ、麩、にんじん、しいたけ、ねぎ、だし汁、しょうゆ
	牛乳(ミルク) ベビーせんべい	ベビーせんべい
4木	軟飯～ご飯	米
	さわらのマヨネーズ焼き	さわら、油、たまねぎ、マヨネーズ、パセリ粉
	細きゅうり和え みそ汁	きゅうり、ごま油、しょうゆ たまねぎ、しめじ、にんじん、わかめ、ねぎ、だし汁、みそ
	牛乳(ミルク) 焼きそば	中華めん、豚ひき肉、たまねぎ、キャベツ、にんじん、しょうゆ、油
5金	軟飯～ご飯	米
	ビビンバ風あんかけ	豚ひき肉、ごま油、こまつな、にんじん、砂糖、みそ、しょうゆ、片栗粉
	七夕そうめん バナナ	そうめん、たまねぎ、にんじん、オクラ、しいたけ、だし汁、しょうゆ バナナ
	牛乳(ミルク) かぼちゃのパンケーキ	米粉、砂糖、ベーキングパウダー、かぼちゃ、油、水
8月	夏野菜カレーライス	米、鶏肉、たまねぎ、じゃがいも、なす、かぼちゃ、にんじん、ピーマン、油、カレー粉、中華だしの素、ケチャップ、しょうゆ、水、米粉
	キャベツの香り漬け バナナ	キャベツ、きゅうり、にんじん、ごま、レモン、砂糖 バナナ
	牛乳(ミルク) ツナサンド	食パン、ツナ缶、マヨネーズ、パセリ粉
9火	軟飯～ご飯	米
	豚肉と切り干しの炒め煮	豚肉、生揚げ、切り干しだいこん、たまねぎ、にんじん、さやえんどう、油、だし汁、砂糖、しょうゆ
	シルバーサラダ すいか	はるさめ、キャベツ、きゅうり、にんじん、マヨネーズ、酢 すいか
	わかめおにぎり	米、炊き込みわかめ
10水	軟飯～ご飯	米
	あかうおの磯揚げ	あかうお、あおのり、米粉、水、油
	トマトのサラダ かぼちゃのみそ汁	トマト、きゅうり、わかめ、酢、しょうゆ、油、砂糖 かぼちゃ、たまねぎ、油揚げ、ねぎ、みそ、だし汁
	牛乳(ミルク) バナナ	バナナ
11木	軟飯～ご飯	米
	焼きビーフン	ビーフン、豚肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、油、中華だしの素、しょうゆ、砂糖
	豆腐スープ バナナ	豆腐、たまねぎ、にんじん、中華だしの素、水 バナナ
	牛乳(ミルク) ベビーせんべい	ベビーせんべい
12金	軟飯～ご飯	米
	ひじきのさらさ炒め	ひじき、豆腐、鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、グリーンピース、油、砂糖、しょうゆ
	レモンサラダ オレンジ	キャベツ、きゅうり、にんじん、ツナ缶、レモン、しょうゆ、酢、砂糖 オレンジ
	牛乳(ミルク) ベビーせんべい	ベビーせんべい
16火	軟飯～ご飯	米
	トマトシチュー	鶏肉、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、グリーンピース、油、ホールトマト、水、洋風だしの素、ケチャップ、米粉
	春雨サラダ バナナ	ハム、キャベツ、きゅうり、にんじん、はるさめ、酢、しょうゆ、砂糖 バナナ
	牛乳(ミルク) ふのラスク	麩、油、砂糖
17水	軟飯～ご飯	米
	さわらのマヨネーズ焼き フライドポテト	さわら、マヨネーズ、油 じゃがいも、油
	ささみとひじきのサラダ	ささ身、ひじき、きゅうり、キャベツ、にんじん、しょうゆ、砂糖、油、酢
	フルーツヨーグルト	ヨーグルト、バナナ、レーズン
18木	軟飯～ご飯	米
	鶏肉と野菜煮	鶏肉、キャベツ、いんげん、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉
	切り干し大根のみそ汁	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
	炊き込みおにぎり	米、鶏ひき肉、にんじん、ごぼう、しいたけ、しょうゆ、酒
19金	軟飯～ご飯	米
	あかうおの煮付	あかうお、砂糖、しょうゆ
	小松菜のナムル 豆腐のすまし汁	こまつな、キャベツ、にんじん、砂糖、しょうゆ、酢、ごま油 豆腐、たまねぎ、にんじん、麩、ねぎ、だし汁、しょうゆ
	牛乳(ミルク) バナナ	バナナ
22月	軟飯～ご飯	米
	冷やしわかめうどん	うどん、わかめ、たまねぎ、にんじん、しいたけ、ねぎ、だし汁、みりん、しょうゆ
	納豆みそ オレンジ	納豆、豚ひき肉、ねぎ、ごま、みそ、砂糖、だし汁 オレンジ
	牛乳(ミルク) 焼きじゃが	じゃがいも、塩、しょうゆ、油
23火	軟飯～ご飯	米
	ポークビーンズ	豚肉、大豆、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油、ケチャップ、砂糖、洋風だしの素、塩、水、パセリ粉
	ピーマンのツナ和え すいか	ピーマン、キャベツ、ツナ缶、だし汁 すいか
	牛乳(ミルク) バナナ	バナナ
24水	軟飯～ご飯	米
	あかうおのレモンソース	あかうお、片栗粉、油、砂糖、酢、みりん、しょうゆ、レモン、パセリ粉
	きゅうりの昆布和え 野菜スープ	きゅうり、にんじん、塩こんぶ たまねぎ、キャベツ、にんじん、パセリ粉、洋風だしの素、水
	牛乳(ミルク) ベビーせんべい	ベビーせんべい
25木	軟飯～ご飯	米
	鶏肉のさっぱり煮	鶏肉、酢、しょうゆ、砂糖、水
	ゆかり和え なすのみそ汁	キャベツ、きゅうり、にんじん、ふりかけ じゃがいも、たまねぎ、なす、にんじん、わかめ、ねぎ、だし汁、みそ
	牛乳(ミルク) ベビーせんべい	ベビーせんべい
26金	軟飯～ご飯	米
	夏野菜マーボー豆腐	豆腐、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、なす、ピーマン、しいたけ、油、水、中華だしの素、みそ、しょうゆ、砂糖、片栗粉
	コールスローサラダ バナナ	キャベツ、きゅうり、にんじん、酢、油、砂糖 バナナ
	おかかおにぎり	米、しょうゆ、ごま、かつお節
29月	カレーピラフ	米、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、カレー粉、中華だしの素、油
	鶏だんごのスープ	鶏ひき肉、ねぎ、塩、片栗粉、キャベツ、ミニトマト、にんじん、にら、水、中華だしの素
	牛乳(ミルク) バナナ	バナナ
30火	軟飯～ご飯	米
	さわらのキャロット焼き	さわら、にんじん、たまねぎ、マヨネーズ、パセリ粉
	かりこりきゅうり オニオンスープ	きゅうり、ひじき、酢、砂糖、しょうゆ、ごま油 たまねぎ、にんじん、洋風だしの素、水、パセリ粉
	牛乳(ミルク) やきじゃが	じゃがいも、油、塩
31水	軟飯～ご飯	米
	おから入りナゲット	鶏ひき肉、おから、豆腐、たまねぎ、洋風だしの素、片栗粉、油
	しょうゆフレンチ 金時煮豆	キャベツ、きゅうり、にんじん、しょうゆ、酢、油 いんげんまめ、砂糖、しょうゆ
	フルーツポンチ	かんてん、ぶどうジュース、バナナ

※ 午前の間食時には牛乳（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。

～自分で食べる楽しみを味わいましょう～

手に持ちやすいもの、つかみやすいものを準備すると、自分で食べられます。
 注) 前歯で噛み切れても、奥歯が生えていないために、丸のみになったり、喉に詰めることも心配です。軟らかいもので、手づかみしやすいものが適しています。