



|      |                             |                                              |                                                       |                                            |                                   |                                  |                                   |
|------|-----------------------------|----------------------------------------------|-------------------------------------------------------|--------------------------------------------|-----------------------------------|----------------------------------|-----------------------------------|
| 朝おやつ |                             |                                              |                                                       |                                            |                                   | 1(金)                             | 2(土)                              |
| 昼食   |                             |                                              |                                                       |                                            |                                   | 牛乳、せんべい                          | 牛乳、せんべい                           |
| 昼食   |                             |                                              |                                                       |                                            |                                   | 御飯、かぼちゃのみそ汁、白身魚の煮つけ、★納豆あえ        | 御飯、中華スープ、★マーボーなす                  |
| 昼おやつ |                             |                                              |                                                       |                                            |                                   | 麦茶、カレーパン                         | 牛乳、スイートポテト                        |
| 朝おやつ | 3(日)                        | 4(月)                                         | 5(火)                                                  | 6(水)                                       | 7(木)                              | 8(金)                             | 9(土)                              |
| 朝おやつ | 牛乳、せんべい                     | 牛乳、せんべい                                      | 牛乳、せんべい                                               | 牛乳、せんべい                                    | 牛乳、せんべい                           | 牛乳、せんべい                          | 牛乳、せんべい                           |
| 昼食   | 親子うどん、ブロッコリーのごまあえ、かぼちゃの甘煮   | 御飯、じゃがいものみそ汁、★さけのコーンマヨネーズ焼き、★ピーマンの塩昆布あえ、みかん缶 | ロールパン、豆乳スープ、豆腐チキンナゲット、★マカロニサラダ                        | わかめ御飯、はるさめスープ、ヤンニョムチキン、焼きかぼちゃ              | 御飯、★なすのみそ汁、浦上そばろ、★野菜のゆかり和え、★ずいか   | ★タコライス、野菜コンソメスープ、コールスローサラダ、★バイン缶 | 御飯、具だくさんみそ汁、凍り豆腐の卵とじ              |
| 昼おやつ | 牛乳、★ゆでとうもろこし                | 麦茶、水ようかん                                     | 麦茶、しらすとほうれんそうの雑炊                                      | 牛乳、のりごまクッキー                                | 牛乳、カステラ                           | 牛乳、★コーン蒸しパン                      | 牛乳、麩のラスク、バナナ                      |
| 朝おやつ | 10(日)                       | 11(月)                                        | 12(火)                                                 | 13(水)                                      | 14(木)                             | 15(金)                            | 16(土)                             |
| 朝おやつ | 牛乳、せんべい                     | 牛乳、せんべい                                      | 牛乳、せんべい                                               | 牛乳、せんべい                                    | 牛乳、せんべい                           | 牛乳、せんべい                          | 牛乳、せんべい                           |
| 昼食   | キャベツの中華丼、さつまいものみそ汁          | 御飯、豆腐のみそ汁、豚肉とごぼうの炒め煮                         | 御飯、卵スープ、揚げ餃子、ほうれんそうのナムル                               | あさりの炊き込み御飯、あおさ汁、さけの西京焼き、なます                | 御飯、かぼちゃの豚汁、照り焼きチキン、ブロッコリーとひじきのソテー | 御飯、そうめん汁、筑前煮、★オクラのおかか和え、オレンジ     | 豚玉丼、かぼちゃとチンゲンサイのみそ汁、★きゅうりとみかんの酢の物 |
| 昼おやつ | 牛乳、マカロニきな粉                  | 牛乳、黒糖蒸しパン                                    | 麦茶、じゃがチーズ                                             | 麦茶、おはぎ                                     | 牛乳、豆乳バナナおからドーナツ                   | 牛乳、どら焼き                          | 牛乳、ココア蒸しパン                        |
| 朝おやつ | 17(日)                       | 18(月)                                        | 19(火)                                                 | 20(水)                                      | 21(木)                             | 22(金)                            | 23(土)                             |
| 朝おやつ | 牛乳、せんべい                     | 牛乳、せんべい                                      | 牛乳、せんべい                                               | 牛乳、せんべい                                    | 牛乳、せんべい                           | 牛乳、せんべい                          | 牛乳、せんべい                           |
| 昼食   | 御飯、★なすとオクラのすまし汁、さけのちゃんちゃん焼き | ★夏野菜カレーライス、★レタスとしらすのサラダ、★ずいか                 | 御飯、キャベツのみそ汁、魚のかば焼き風、★はるさめサラダ                          | コッペパン、ビシソワーズ(冷製スープ)、鶏のチーズ焼き、★ほうれん草とコーンのソテー | 御飯、こまつなのすまし汁、かしわのじゅんじゅん、★ポテトサラダ   | 菜飯おにぎり、★とうがんの卵スープ、塩焼きそば、もも缶      | 御飯、豆腐となめこのみそ汁、肉じゃが                |
| 昼おやつ | 牛乳、★フルーツきんとん                | 麦茶、キャロットゼリー                                  | 牛乳、★パイナップルケーキ                                         | 麦茶、しらすとねぎのおにぎり                             | 牛乳、サーターアングギー                      | 牛乳、かぼちゃのいとこ煮                     | 麦茶、黒みつ豆乳もち                        |
| 朝おやつ | 24(日)                       | 25(月)                                        | 26(火)                                                 | 27(水)                                      | 28(木)                             | 29(金)                            | 30(土)                             |
| 朝おやつ | 牛乳、せんべい                     | 牛乳、せんべい                                      | 牛乳、せんべい                                               | 牛乳、せんべい                                    | 牛乳、せんべい                           | 牛乳、せんべい                          | 牛乳、せんべい                           |
| 昼食   | ★野菜そばろ丼、かぼちゃとわかめのみそ汁        | 御飯、じゃがいものすまし汁、鶏肉の甘辛からあげ、★ピーマンのごま炒め           | ロールパン、豆乳クラムチャウダー、★なすとじゃがいものミートグラタン、キャベツとチンゲン菜のさっぱりサラダ | 御飯、★とうがんのみそ汁、★魚の南蛮漬け、★かぼちゃの和風サラダ           | 御飯、もやしのみそ汁、ひじき入りハンバーグ、★トマトのツナ和え   | 坦々麺、★中華風酢の物、オレンジ                 | 御飯、五目みそ汁、豚肉とたまねぎのソテー              |
| 昼おやつ | 牛乳、いちごジャム蒸しパン               | 牛乳、ほうれんそうとバナナのスティックパン                        | 麦茶、★焼きもちろしおにぎり                                        | 牛乳、きな粉ポテト                                  | 牛乳、★フルーツポンチ                       | 牛乳、★ゆでとうもろこし                     | 牛乳、あんまん                           |
| 朝おやつ | 31(日)                       |                                              |                                                       |                                            |                                   |                                  |                                   |
| 朝おやつ | 牛乳、せんべい                     |                                              |                                                       |                                            |                                   |                                  |                                   |
| 昼食   | ★ピラフ、★チキントマトスープ、バナナ         |                                              |                                                       |                                            |                                   |                                  |                                   |
| 昼おやつ | 牛乳、豆乳フレンチトースト               |                                              |                                                       |                                            |                                   |                                  |                                   |

★マークのある献立は旬の食材を使用しています



|      |                      |                      |                      |                      |                      |              |                      |
|------|----------------------|----------------------|----------------------|----------------------|----------------------|--------------|----------------------|
| 朝おやつ |                      |                      |                      |                      |                      | 1(金)         | 2(土)                 |
| 昼食   |                      |                      |                      |                      |                      | 10倍粥、野菜のペースト | 10倍粥、豆腐のすり流し、野菜のペースト |
| 昼おやつ |                      |                      |                      |                      |                      |              |                      |
| 朝おやつ | 3(日)                 | 4(月)                 | 5(火)                 | 6(水)                 | 7(木)                 | 8(金)         | 9(土)                 |
| 昼食   | 10倍粥、野菜のペースト         | 10倍粥、野菜のペースト         | 10倍粥、豆腐のすり流し、野菜のペースト | 10倍粥、野菜のペースト         | 10倍粥、野菜のペースト         | 10倍粥、野菜のペースト | 10倍粥、野菜のペースト         |
| 昼おやつ |                      |                      |                      |                      |                      |              |                      |
| 朝おやつ | 10(日)                | 11(月)                | 12(火)                | 13(水)                | 14(木)                | 15(金)        | 16(土)                |
| 昼食   | 10倍粥、豆腐のすり流し、野菜のペースト | 10倍粥、豆腐のすり流し、野菜のペースト | 10倍粥、野菜のペースト         | 10倍粥、豆腐のすり流し、野菜のペースト | 10倍粥、野菜のペースト         | 10倍粥、野菜のペースト | 10倍粥、野菜のペースト         |
| 昼おやつ |                      |                      |                      |                      |                      |              |                      |
| 朝おやつ | 17(日)                | 18(月)                | 19(火)                | 20(水)                | 21(木)                | 22(金)        | 23(土)                |
| 昼食   | 10倍粥、野菜のペースト         | 10倍粥、野菜のペースト         | 10倍粥、野菜のペースト         | 10倍粥、野菜のペースト         | 10倍粥、野菜のペースト         | 10倍粥、野菜のペースト | 10倍粥、豆腐のすり流し、野菜のペースト |
| 昼おやつ |                      |                      |                      |                      |                      |              |                      |
| 朝おやつ | 24(日)                | 25(月)                | 26(火)                | 27(水)                | 28(木)                | 29(金)        | 30(土)                |
| 昼食   | 10倍粥、野菜のペースト         | 10倍粥、野菜のペースト         | 10倍粥、野菜のペースト         | 10倍粥、野菜のペースト         | 10倍粥、豆腐のすり流し、野菜のペースト | 10倍粥、野菜のペースト | 10倍粥、豆腐のすり流し、野菜のペースト |
| 昼おやつ |                      |                      |                      |                      |                      |              |                      |
| 朝おやつ | 31(日)                |                      |                      |                      |                      |              |                      |
| 昼食   | 10倍粥、野菜のペースト         |                      |                      |                      |                      |              |                      |
| 昼おやつ |                      |                      |                      |                      |                      |              |                      |



|      |                             |                            |                        |                                |                              |                        |                             |
|------|-----------------------------|----------------------------|------------------------|--------------------------------|------------------------------|------------------------|-----------------------------|
|      |                             |                            |                        |                                |                              | 1(金)                   | 2(土)                        |
| 朝おやつ |                             |                            |                        |                                |                              | せんべい                   | せんべい                        |
| 昼食   |                             |                            |                        |                                |                              | 全粥、かぼちゃのみそ風味だし煮、白身魚の煮物 | 全粥、チンゲンサイスープ、なすと豆腐の煮物       |
| 昼おやつ |                             |                            |                        |                                |                              | クッキー                   | 蒸し芋                         |
|      | 3(日)                        | 4(月)                       | 5(火)                   | 6(水)                           | 7(木)                         | 8(金)                   | 9(土)                        |
| 朝おやつ | せんべい                        | せんべい                       | せんべい                   | せんべい                           | せんべい                         | せんべい                   | せんべい                        |
| 昼食   | 親子うどん、かぼちゃとブロッコリーの煮物        | 全粥、じゃがいものみそ風味だし煮、さけのコーン煮   | 全粥、豆乳スープ、豆腐と鶏ひき肉のそぼろ煮  | 全粥、野菜スープ、鶏肉とかぼちゃの煮物            | 全粥、なすのみそ風味だし煮、野菜の卵とじ         | 全粥、野菜スープ、じゃがいものトマト煮    | 全粥、具だくさんみそ風味だし煮、凍り豆腐の卵とじ    |
| 昼おやつ | コーン粥                        | クッキー                       | しらすとほうれんそうの雑炊          | クッキー                           | クッキー                         | コーン粥                   | バナナ                         |
|      | 10(日)                       | 11(月)                      | 12(火)                  | 13(水)                          | 14(木)                        | 15(金)                  | 16(土)                       |
| 朝おやつ | せんべい                        | せんべい                       | せんべい                   | せんべい                           | せんべい                         | せんべい                   | せんべい                        |
| 昼食   | 全粥、さつまいものみそ風味だし煮、豆腐とキャベツの煮物 | 全粥、みそ風味だし煮、豆腐とたまねぎの煮物      | 全粥、スープ、野菜の卵とじ          | 全粥、すまし汁、さけのみそ煮                 | 全粥、かぼちゃのみそ風味だし煮、鶏肉とブロッコリーの煮物 | 全粥、そうめん汁、筑前煮風          | 野菜と卵の粥、チンゲンサイのみそ風味だし煮       |
| 昼おやつ | きな粉粥                        | クッキー                       | じゃが芋の豆乳煮               | クッキー                           | バナナの豆乳煮                      | クッキー                   | 蒸しかぼちゃ                      |
|      | 17(日)                       | 18(月)                      | 19(火)                  | 20(水)                          | 21(木)                        | 22(金)                  | 23(土)                       |
| 朝おやつ | せんべい                        | せんべい                       | せんべい                   | せんべい                           | せんべい                         | せんべい                   | せんべい                        |
| 昼食   | 全粥、なすのすまし汁、さけとキャベツのみそ煮      | 全粥、夏野菜スープ、鶏肉とかぼちゃの煮物       | 全粥、キャベツのみそ風味だし煮、魚の煮つけ  | 全粥、じゃがいものポタージュ(温)、鶏肉とキャベツのコーン煮 | 全粥、こまつなのすまし汁、かしわのじゅんじゅん風     | 菜粥、たまねぎのスープ、野菜の卵とじ     | 全粥、にんじんのみそ風味だし煮、豆腐とじゃがいもの煮物 |
| 昼おやつ | さつまいもマッシュ                   | にんじんのだし煮                   | クッキー                   | しらすとほうれんそうのお粥                  | じゃがいもの煮つけ                    | かぼちゃのだし煮               | 豆乳きなこ粥                      |
|      | 24(日)                       | 25(月)                      | 26(火)                  | 27(水)                          | 28(木)                        | 29(金)                  | 30(土)                       |
| 朝おやつ | せんべい                        | せんべい                       | せんべい                   | せんべい                           | せんべい                         | せんべい                   | せんべい                        |
| 昼食   | 野菜そぼろ粥、かぼちゃのみそ風味だし煮         | 全粥、じゃがいものすまし汁、鶏肉とほうれんそうの煮物 | 全粥、豆乳スープ、なすとじゃがいものトマト煮 | 全粥、みそ風味だし煮、魚の煮つけ、かぼちゃのコーン煮     | 全粥、みそ風味だし煮、豆腐のトマト煮           | 全粥、豆乳コーンスープ、そぼろ煮       | 全粥、みそ風味だし煮、豆腐と野菜の煮物         |
| 昼おやつ | クッキー                        | バナナ                        | コーン粥                   | さつまいもマッシュのきなこかけ                | クッキー                         | クッキー                   | じゃがいもの煮つけ                   |
|      | 31(日)                       |                            |                        |                                |                              |                        |                             |
| 朝おやつ | せんべい                        |                            |                        |                                |                              |                        |                             |
| 昼食   | 全粥、野菜スープ、野菜のトマト煮            |                            |                        |                                |                              |                        |                             |
| 昼おやつ | バナナ                         |                            |                        |                                |                              |                        |                             |



|      |                            |                           |                        |                               |                                   |                              |                          |
|------|----------------------------|---------------------------|------------------------|-------------------------------|-----------------------------------|------------------------------|--------------------------|
|      |                            |                           |                        |                               |                                   | 1(金)                         | 2(土)                     |
| 朝おやつ |                            |                           |                        |                               |                                   | せんべい                         | せんべい                     |
| 昼食   |                            |                           |                        |                               |                                   | 硬粥、かぼちゃのみそ風味だし煮、白身魚の煮つけ、納豆あえ | 硬粥、チンゲンサイスープ、なすのマーボー風    |
| 昼おやつ |                            |                           |                        |                               |                                   | クッキー                         | 蒸し芋                      |
|      | 3(日)                       | 4(月)                      | 5(火)                   | 6(水)                          | 7(木)                              | 8(金)                         | 9(土)                     |
| 朝おやつ | せんべい                       | せんべい                      | せんべい                   | せんべい                          | せんべい                              | せんべい                         | せんべい                     |
| 昼食   | 親子うどん、かぼちゃとブロッコリーの煮物       | 硬粥、じゃがいものみそ風味だし煮、さけのコン煮   | 硬粥、豆乳スープ、豆腐チキンナゲット     | 硬粥、野菜スープ、鶏肉とかぼちゃのケチャップ煮       | 硬粥、なすのみそ風味だし煮、豚肉とキャベツの炒め煮         | 硬粥、野菜スープ、じゃがいものトマト煮          | 硬粥、具だくさんみそ風味だし煮、凍り豆腐の卵とじ |
| 昼おやつ | コーン粥                       | みかん缶                      | しらすとほうれんそうの雑炊          | クッキー                          | クッキー                              | コーン粥                         | 麩とバナナのだし煮                |
|      | 10(日)                      | 11(月)                     | 12(火)                  | 13(水)                         | 14(木)                             | 15(金)                        | 16(土)                    |
| 朝おやつ | せんべい                       | せんべい                      | せんべい                   | せんべい                          | せんべい                              | せんべい                         | せんべい                     |
| 昼食   | キャベツの中華丼風粥、さつまいものみそ風味だし煮   | 硬粥、みそ風味だし煮、豚肉とたまねぎの炒め煮    | 硬粥、卵スープ、野菜とひき肉のそぼろ煮    | 硬粥、すまし汁、さけのみそ煮                | 硬粥、かぼちゃの豚汁風、鶏肉とひじきの煮物             | 硬粥、そうめん汁、筑前煮風、オクラとキャベツの和え物   | 豚玉丼風粥、チンゲンサイのみそ風味だし煮     |
| 昼おやつ | マカロニきな粉                    | クッキー                      | じゃが芋のお焼き               | クッキー                          | バナナの豆乳煮                           | クッキー                         | 蒸しかぼちゃ                   |
|      | 17(日)                      | 18(月)                     | 19(火)                  | 20(水)                         | 21(木)                             | 22(金)                        | 23(土)                    |
| 朝おやつ | せんべい                       | せんべい                      | せんべい                   | せんべい                          | せんべい                              | せんべい                         | せんべい                     |
| 昼食   | 硬粥、なすとオクラのすまし汁、さけとキャベツのみそ煮 | 硬粥、夏野菜スープ、鶏肉とかぼちゃの煮物      | 硬粥、キャベツのみそ風味だし煮、魚の煮つけ  | 硬粥、じゃがいものポタージュ(温)、鶏肉とキャベツのコン煮 | 硬粥、こまつなのすまし汁、かしわのじゅんじゅん風          | 菜粥、卵スープ、豚肉と野菜の炒め煮            | 硬粥、豆腐のみそ風味だし煮、肉じゃが風      |
| 昼おやつ | さつまいもマッシュ                  | にんじんのだし煮                  | クッキー                   | しらすとほうれんそうのお粥                 | じゃがいもの煮つけ                         | かぼちゃのだし煮                     | 豆乳きなこ粥                   |
|      | 24(日)                      | 25(月)                     | 26(火)                  | 27(水)                         | 28(木)                             | 29(金)                        | 30(土)                    |
| 朝おやつ | せんべい                       | せんべい                      | せんべい                   | せんべい                          | せんべい                              | せんべい                         | せんべい                     |
| 昼食   | 野菜そぼろ粥、かぼちゃとわかめのみそ風味だし煮    | 硬粥、じゃがいものすまし汁、鶏肉とピーマンの炒め煮 | 硬粥、豆乳スープ、なすとじゃがいものトマト煮 | 硬粥、みそ風味だし煮、魚の煮つけ、かぼちゃのサラダ     | 硬粥、もやしのみそ風味だし煮、ひじき入りハンバーグトマトソースかけ | 硬粥、豆乳コーンスープ、そぼろ煮             | 硬粥、みそ風味だし煮、豚肉とたまねぎの炒め煮   |
| 昼おやつ | クッキー                       | バナナ                       | コーン粥                   | きな粉ポテト                        | みかん缶                              | クッキー                         | じゃがいもの煮つけ                |
|      | 31(日)                      |                           |                        |                               |                                   |                              |                          |
| 朝おやつ | せんべい                       |                           |                        |                               |                                   |                              |                          |
| 昼食   | 硬粥、野菜スープ、野菜のトマト煮           |                           |                        |                               |                                   |                              |                          |
| 昼おやつ | 豆乳バナナフレンチトースト              |                           |                        |                               |                                   |                              |                          |