

6月 **こんだてひょう**

風の子保育園

	こんだて	ごぜんおやつ ごごおやつ	材料名				栄養価		栄養価	
			ストロング	パワー	ヘルシー	その他	(とら・つき・ほし)	(にじ・はな)		
01 (げつ)	あんかけやきそば とうふスープ バナナ	ホワイトアップル ミルク にんじんケーキ	木綿豆腐、卵、豚肉(もも)、脱脂粉乳、	焼きそばめん、小麦粉、砂糖、無塩バター、片栗粉、ごま油	バナナ、はくさい、にんじん、もやし、ごまつな、ねぎ、ごま、カットわかめ、ホワイトアップル乳酸菌	鶏ガラ、みりん、しょうゆ、酒、オイスターソース、おろししょうが、こしょう	エネルギー 510 kcal 炭水化物 81.1 g たんぱく質 19.6 g 脂質 11.9 g 塩分 1.6 g	エネルギー 450 kcal 炭水化物 74.6 g たんぱく質 16.5 g 脂質 9.5 g 塩分 1.3 g		
02 (か)	ごはん とりにくのごもくに ほうれんそうのごまあえ あおさのみぞしる	ヤクルト ぎゅうにゅう はらじゅくドック	牛乳、絹ごし豆腐、鶏もも肉、蒸し大豆、米みぞ(淡色辛みぞ)、いわし(煮干し)、ヤクルト	米、原宿ドック(メープルカスタード)、砂糖	ほうれんそう、にんじん、ごぼう、しいたけ、ねぎ、すりごま、あおさ	しょうゆ、みりん、酒、本だし	エネルギー 450 kcal 炭水化物 64.1 g たんぱく質 19.1 g 脂質 13.3 g 塩分 1.6 g	エネルギー 431 kcal 炭水化物 64.7 g たんぱく質 16.7 g 脂質 11.7 g 塩分 1.4 g		
03 (すい)	ごはん あつあげのにくニラのせ フロッコリーとツナのあえもの はくさいのみぞしる	ホワイトアップル おちゃ フリッツ	牛乳、生揚げ、豚肉(もも)、ツナ水煮缶、米みぞ(淡色辛みぞ)、油揚げ、しらす干し、いわし(煮干し)	米、フリッツ旨サラダ、砂糖	フロッコリー、にんじん、はくさい、たまねぎ、えのきたけ、にら、ねぎ、ごま、塩こんぶ、ホワイトアップル乳酸菌	しょうゆ、酒、みりん、本だし	エネルギー 472 kcal 炭水化物 58.4 g たんぱく質 22.3 g 脂質 16.6 g 塩分 1.6 g	エネルギー 398 kcal 炭水化物 53.5 g たんぱく質 18.3 g 脂質 12.3 g 塩分 1.2 g		
04 (もく)	ごはん ひじきいりミートローフ れんこんサラダ きのこのコンソメスープ	のおヨーグルト ミルク ほしたべよ	豚ひき肉、木綿豆腐、脱脂粉乳、牛乳、ベーコン、コアコアのおヨーグルト	米、パン粉、星たべよ、ごまドレッシング、てんさい含蜜糖	たまねぎ、にんじん、れんこん、ほうれんそう、しめじ、コーン(冷凍)、すりごま、ひじき	ケチャップ、中濃ソース、コンソメ、おろししょうが、食塩、パセリ粉、おろしにんにく、こしょう	エネルギー 477 kcal 炭水化物 64 g たんぱく質 19.5 g 脂質 15.9 g 塩分 1.4 g	エネルギー 438 kcal 炭水化物 60.5 g たんぱく質 17.5 g 脂質 14 g 塩分 1.2 g		
05 (きん)	ごはん ぶりのたつたあげ オクラとトマトのこんぶあえ きりほしだいこんのみぞしる	ぎゅうにゅう ミルク マシュマロサンド	ぶり、木綿豆腐、脱脂粉乳、米みぞ(淡色辛みぞ)、いわし(煮干し)、ヤクルト、牛乳	米、マリー、片栗粉、油、マシュマロ	にんじん、トマト、オクラ、切り干しだいこん、塩こんぶ、ごま	しょうゆ、酢、酒、おろししょうが、本だし	エネルギー 467 kcal 炭水化物 65.9 g たんぱく質 21.2 g 脂質 13.2 g 塩分 1.5 g	エネルギー 428 kcal 炭水化物 54.4 g たんぱく質 20.2 g 脂質 14.4 g 塩分 1.3 g		
06 (ど)	ナポリタン ほうれんそうのスーフ ヨーグルト	ヤクルト(マスカット) ぎゅうにゅう ほたほたやき	牛乳、ソファール、木綿豆腐、皮なしウインナー、粉チーズ、ヤクルト(マスカット)	スパゲティ、ほたほた焼き、オリーブ油、バター	たまねぎ、ほうれんそう(冷凍)、にんじん、ピーマン、ねぎ、干ししいたけ	ケチャップ、鶏ガラ、しょうゆ、コンソメ、食塩、こしょう、パセリ粉	エネルギー 447 kcal 炭水化物 63.8 g たんぱく質 18 g 脂質 13.3 g 塩分 1.7 g	エネルギー 424 kcal 炭水化物 65.2 g たんぱく質 15.8 g 脂質 11.1 g 塩分 1.5 g		
08 (げつ)	ごはん ポークビーンズ きゅうりのちゅうかふうあえもの とうふとほうれんそうのスーフ	ホワイトアップル ミルク かためきクッキー	木綿豆腐、豚肉(もも)、脱脂粉乳、蒸し大豆、ツナ水煮缶、粉チーズ	米、じゃがいも、小麦粉、砂糖、無塩バター、油、てんさい含蜜糖、ごま油	ホールトマト缶詰、たまねぎ、にんじん、きゅうり、ほうれんそう(冷凍)、切り干しだいこん、ねぎ、にんにく、ごま、ホワイトアップル乳酸菌	ケチャップ、酢、しょうゆ、鶏ガラ、コンソメ、食塩、パセリ粉	エネルギー 549 kcal 炭水化物 81.8 g たんぱく質 21 g 脂質 15.3 g 塩分 1.4 g	エネルギー 481 kcal 炭水化物 75.2 g たんぱく質 17.6 g 脂質 12.2 g 塩分 1.2 g		



6月 こんだてひょう

風の子保育園

	こんだて	ごぜんおやつ ごこおやつ	材料名				栄養価		栄養価	
			ストロング	パワー	ヘルシー	その他	(とら・つき・ほし)	(にじ・はな)		
09 (か)	わふうパスタ （とうふときゅうりのあえもの） オレンジ	ヤクルト(マスカット) ぎゅうにゅう しらすマヨトースト	牛乳、木綿豆腐、ツナ油漬缶、とろけるチーズ、しらす干し、ヤクルト(マスカット)	スパゲティ、食パン、マヨネーズ、ごま油、砂糖	オレンジ、ほうれんそう(冷凍)、たまねぎ、しめじ、きゅうり、塩こんぶ、焼きのり、ごま、にんにく、あおのり	みりん、本だし	エネルギー 481 kcal 炭水化物 60 g たんぱく質 21.3 g 脂質 17.3 g 塩分 1.5 g	エネルギー 431 kcal 炭水化物 58.5 g たんぱく質 17.8 g 脂質 14 g 塩分 1.3 g		
10 (すい)	ごはん ちくさやき たけのこのにも じゃがいものみぞしる	のおヨーグルト ぎゅうにゅう くりしぐれ	牛乳、卵、生揚げ、ハム、油揚げ、米みそ(淡色辛みそ)、いわし(煮干し)、コアコアのおヨーグルト	米、じゃがいも、栗しぐれ、砂糖	たけのこ(ゆで)、にんじん、ほうれんそう、いんげん、ねぎ、カットわかめ	しょうゆ、本だし、食塩	エネルギー 456 kcal 炭水化物 63.3 g たんぱく質 20.3 g 脂質 13.5 g 塩分 1.6 g	エネルギー 424 kcal 炭水化物 61.4 g たんぱく質 18.3 g 脂質 11.7 g 塩分 1.3 g		
11 (もく)	だいちいりキーマカレー ゆでたまご きゅうりのすのもの	のおヨーグルト カルピスボンチ あじつきこざかな ウエハース	牛乳、豚ひき肉、卵、蒸し大豆、かにかまぼこ、カルピス、味付小魚、カルシウムウエハース、のおヨーグルト	米、砂糖、油	たまねぎ、みかん缶、もも缶(黄桃)、ホールトマト缶詰、にんじん、きゅうり、キウイフルーツ(黄)、ピーマン、コーン(冷凍)、カットわかめ	カレールー、酢、しょうゆ、ケチャップ、ウスターソース、おろしにんにく	エネルギー 465 kcal 炭水化物 66.4 g たんぱく質 18.6 g 脂質 13.9 g 塩分 2 g	エネルギー 471 kcal 炭水化物 69 g たんぱく質 16.8 g 脂質 14.2 g 塩分 1.6 g		
12 (きん)	ごはん あじフライ マカロニサラダ キャベツのみぞしる	ぎゅうにゅう ミルクココア きなこせんべい	あじ、脱脂粉乳、ハム、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、いわし(煮干し)、牛乳	米、マヨネーズ、マカロニ、きなこ餅、パン粉、小麦粉、油	キャベツ、にんじん、きゅうり	中濃ソース、酒、本だし、食塩、こしょう	エネルギー 506 kcal 炭水化物 69.7 g たんぱく質 22.4 g 脂質 15.3 g 塩分 1.9 g	エネルギー 469 kcal 炭水化物 60.6 g たんぱく質 20 g 脂質 16.3 g 塩分 1.6 g		
13 (ど)	ハヤシライス （とうふサラダ） バナナ	ヤクルト ぎゅうにゅう サッポロポテト	牛乳、木綿豆腐、豚肉(もも)、脱脂粉乳、粉チーズ、ヤクルト	米、サッポロポテトつぶつぶベジタブル ミニ、油、和風ドレッシング	バナナ、たまねぎ、フロッキー、にんじん、レタス、ホールトマト缶詰、きゅうり、コーン(冷凍)	ハヤシルウ、ケチャップ、おろしにんにく	エネルギー 516 kcal 炭水化物 73.8 g たんぱく質 17.4 g 脂質 16.8 g 塩分 1.7 g	エネルギー 472 kcal 炭水化物 71.9 g たんぱく質 14.8 g 脂質 13.9 g 塩分 1.5 g		
15 (げつ)	わかめごはん （こうやとうふのもの） なめこのみぞしる	のおヨーグルト ぎゅうにゅう こめこフラウニー	牛乳、絹ごし豆腐、凍り豆腐、油揚げ、米みそ(淡色辛みそ)、いわし(煮干し)、のおヨーグルト	米、米粉、砂糖、油、片栗粉、粉糖	カットなめこ、にんじん、ごまつな、ねぎ、ごま、カットわかめ	しょうゆ、酒、みりん、本だし、食塩	エネルギー 467 kcal 炭水化物 61.4 g たんぱく質 17.6 g 脂質 16.8 g 塩分 1.5 g	エネルギー 453 kcal 炭水化物 62.7 g たんぱく質 17.5 g 脂質 14.7 g 塩分 1.3 g		
16 (か)	ハムチーズサンド （ジャムサンド） ポテト （だいちいりコンソメスープ）	ホワイトアップル ミルク ゆでとうもろこし	脱脂粉乳、蒸し大豆、スライスチーズ、ハム	ミニオンスポテト、食パン、油、マヨネーズ	とうもろこし、キャベツ、にんじん、たまねぎ、いちごジャム、ホワイトアップル乳酸菌	コンソメ、バセリ粉	エネルギー 525 kcal 炭水化物 74.5 g たんぱく質 19.9 g 脂質 16.4 g 塩分 2.2 g	エネルギー 440 kcal 炭水化物 66 g たんぱく質 16.6 g 脂質 12.2 g 塩分 1.7 g		

6月 **こんだてひょう**

風の子保育園

	こんだて	ごぜんおやつ ごごおやつ	材料名				栄養価		栄養価	
			ストロング	パワー	ヘルシー	その他	(ぞら・つき・ほし)	(にじ・はな)		
17 (すい)	むぎごはん とりじゃが ほうれんそうとコーンのソテー とうふとわかめのみそしる	のおヨーグルト ぎゅにゅう マシュマロおこし	牛乳、木綿豆腐、鶏もも肉、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、いわし(煮干し)、コアコアのおヨーグルト	米、じゃがいも、コーンフレーク、押麦、バター、無塩バター、砂糖、油	たまねぎ、ほうれんそう、にんじん、コーン(冷凍)、しめじ、いんげん、ねぎ、カットわかめ	しょうゆ、みりん、本だし、食塩、こしょう	エネルギー 489 kcal 炭水化物 70.6 g たんぱく質 18.6 g 脂質 14.7 g 塩分 1.6 g	エネルギー 441 kcal 炭水化物 65 g たんぱく質 16.7 g 脂質 12.7 g 塩分 1.4 g		
18 (もく)	きつねうどん きんぴらごぼう メロン	ヤクルト(マスカット) ぎゅにゅう ブルーベリーのパウダーケーキ	牛乳、油揚げ、豚肉(もも)、かつお節、ヤクルト(マスカット)	ゆでうどん、小麦粉、グラニュー糖、砂糖、無塩バター、油、ごま油	メロン(緑肉)、たまねぎ、ごぼう、にんじん、ほうれんそう(冷凍)、いんげん、ブルーベリージャム、こんぶ(だし用)、ごま、カットわかめ	しょうゆ、みりん、本だし、食塩	エネルギー 466 kcal 炭水化物 59.6 g たんぱく質 18.7 g 脂質 17 g 塩分 1.6 g	エネルギー 420 kcal 炭水化物 58.5 g たんぱく質 15.7 g 脂質 13.7 g 塩分 1.3 g		
19 (きん)	ごはん たらの千りソース こまつなのあまずあえ きのこのちゅうかスープ	やさしいジュース ぎゅにゅう チーズいももち	牛乳、たら、木綿豆腐、とろけるチーズ	米、じゃがいも、片栗粉、油、砂糖、小麦粉、バター	こまつな、にんじん、レタス、ねぎ、しめじ、コーン(冷凍)、しょうが、黒きくらげ、野菜生活	ケチャップ、しょうゆ、酢、鶏ガラ、酒、トウバンジャン	エネルギー 461 kcal 炭水化物 63.6 g たんぱく質 21.7 g 脂質 13.3 g 塩分 1.8 g	エネルギー 402 kcal 炭水化物 58.6 g たんぱく質 17.8 g 脂質 10.7 g 塩分 1.5 g		
20 (ど)	ひじきごはん ぶたしゃぶサラダ かぼちゃのみそしる	ヤクルト(マスカット) ぎゅにゅう ソフトサラダ	牛乳、豚肉(肩ロース)、ぶどう豆(昆布入り煮豆)、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、いわし(煮干し)、ヤクルト(マスカット)	米、ソフトサラダ、砂糖、ごま油	かぼちゃ、にんじん、レタス、ミニトマト、きゅうり、みずな、えのきたけ、いんげん、ねぎ、ひじき	おろしたれ、しょうゆ、酒、みりん、本だし	エネルギー 499 kcal 炭水化物 69.7 g たんぱく質 18.4 g 脂質 16.3 g 塩分 1.8 g	エネルギー 459 kcal 炭水化物 68.6 g たんぱく質 15.6 g 脂質 13.6 g 塩分 1.6 g		
22 (げつ)	ちゃんぽん チキンのオーブン焼き ベビーパイン	ヤクルト ぎゅにゅう ジャムのセクラッカー	牛乳、鉄腕チキンのオーブン焼き、豚肉(もも)、かまぼこ、ヤクルト	ゆで中華めん、クラッカー、ごま油	ベビーパイン、キャベツ、にんじん、緑豆もやし、ぶどうジャム、こまつな、ねぎ、コーン(冷凍)、黒きくらげ	オイスターソース、酒、鶏ガラ、みりん、しょうゆ	エネルギー 435 kcal 炭水化物 52.9 g たんぱく質 22.3 g 脂質 14.9 g 塩分 1.8 g	エネルギー 412 kcal 炭水化物 53.2 g たんぱく質 20.1 g 脂質 13.2 g 塩分 1.6 g		
23 (か)	ごはん さわらのバターしょうゆ焼き ひじきに チンゲンサイとぶのみそしる	ホワイトアップル ミルク ポテトのキャベツ焼き	さわら、脱脂粉乳、ぶどう豆(昆布入り煮豆)、豚ひき肉、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、いわし(煮干し)、干しえび、かつお節	じゃがいも、米、無塩バター、片栗粉、小麦粉、油、焼ふ、砂糖、ごま油	にんじん、キャベツ、チンゲンサイ、いんげん、ひじき、万能ねぎ、あおのり、ホワイトアップル乳酸菌	しょうゆ、ウスターソース、みりん、ケチャップ、本だし	エネルギー 507 kcal 炭水化物 70.6 g たんぱく質 26 g 脂質 13.4 g 塩分 2 g	エネルギー 468 kcal 炭水化物 66.5 g たんぱく質 23.3 g 脂質 12.1 g 塩分 1.7 g		
24 (すい)	むぎごはん あつあげのちゅうかあんかけ こまつなのなっとうあえ だいごのみそしる	のおヨーグルト おちゃ ポンテケーキ	生揚げ、牛乳、豚肉(もも)、挽きわり納豆、粉チーズ、米みそ(淡色辛みそ)、いわし(煮干し)、コアコアのおヨーグルト	米、ホットケーキ粉、白玉粉、押麦、片栗粉、ごま油、無塩バター	にんじん、はくさい、たまねぎ、だいご、こまつな、ねぎ、塩こんぶ、黒きくらげ、ごま、カットわかめ	しょうゆ、鶏ガラ、みりん、本だし	エネルギー 475 kcal 炭水化物 64.5 g たんぱく質 20.7 g 脂質 14.9 g 塩分 1.8 g	エネルギー 429 kcal 炭水化物 60 g たんぱく質 18.5 g 脂質 12.8 g 塩分 1.5 g		

	こんだて	ごぜんおやつ ごごおやつ	材料名				栄養価		栄養価	
			ストロング	パワー	ヘルシー	その他	(とら・つき・ほし)	(にじ・はな)		
25 (もく)	ごはん にくやさしいため かぼちゃサラダ けんちんじる	のおヨーグルト ももフルーチェ じゃこきぶん	牛乳、豚肉(もも)、木綿豆腐、ツナ水煮缶、ヨーグルト(無糖)、かつお節、のおヨーグルト	フルーチェ(もも)、米、じゃこ気分、マヨネーズ、片栗粉、砂糖、ごま油	かぼちゃ、にんじん、たまねぎ、だいこん、きゅうり、にら、しめじ、ごぼう、ねぎ、こんぶ(だし用)、ごま	しょうゆ、酒、鶏ガラ、本だし、おろしにんにく、おろししょうが	エネルギー 491 Kcal 炭水化物 73.9 g たんぱく質 17.1 g 脂質 14.1 g 塩分 1.7 g	エネルギー 479 Kcal 炭水化物 73.8 g たんぱく質 17.2 g 脂質 12.8 g 塩分 1.5 g		
26 (きん)	カレーライス わふうサラダ ベビーパイン	ぎゅうにゅう ミルク ボンテリング	豚肉(もも)、脱脂粉乳、木綿豆腐、絹ごし豆腐、ヨーグルト(無糖)、牛乳	米、じゃがいも、白玉粉、ホットケーキ粉、油、和風ドレッシング	ベビーパイン、たまねぎ、フロッコリー、にんじん、レタス、ホールトマト缶詰、赤ピーマン、コーン(冷凍)	カレーウ、ケチャップ、ウスターソース、おろしにんにく	エネルギー 550 Kcal 炭水化物 83.6 g たんぱく質 19.9 g 脂質 15.1 g 塩分 1.7 g	エネルギー 495 Kcal 炭水化物 68.8 g たんぱく質 19.2 g 脂質 15.9 g 塩分 1.5 g		
27 (ど)	さけチャーハン とうふスープ ソフール	やさしいジュース ぎゅうにゅう ほかうけ	牛乳、ソフール、卵、木綿豆腐、鮭フレーク	米、ほかうけ(あおのり)、油	ほうれんそう(冷凍)、にんじん、ねぎ、干しいたけ、野菜生活(マンゴーサラダ)	しょうゆ、鶏ガラ、食塩	エネルギー 447 Kcal 炭水化物 62.6 g たんぱく質 18.3 g 脂質 13.7 g 塩分 2 g	エネルギー 416 Kcal 炭水化物 62.5 g たんぱく質 15.6 g 脂質 11.5 g 塩分 1.8 g		
29 (げつ)	おぎごはん にくだんご きりほしだいこんのもの ほうれんそうのすましじる	のおヨーグルト ミルク きなこあんクッキー	国産肉団子、生揚げ、脱脂粉乳、つぶしあん(砂糖添加)、油揚げ、きな粉、のおヨーグルト	米、小麦粉、押麦、油、無塩バター、砂糖	ほうれんそう(冷凍)、にんじん、いんげん、切り干しだいこん、こんぶ(だし用)、干しいたけ	しょうゆ、みりん、本だし	エネルギー 479 Kcal 炭水化物 69.1 g たんぱく質 17.6 g 脂質 14.7 g 塩分 1.6 g	エネルギー 462 Kcal 炭水化物 68.8 g たんぱく質 17.5 g 脂質 13 g 塩分 1.4 g		
30 (か)	とうふフレッド じゃがいものミートやき だいちりコンソメスープ	ホワイトアップル おちゃ アジサイゼリー えびかつ	牛乳、豚ひき肉、蒸し大豆、チーズ、牛ひき肉、脱脂粉乳、ゼラチン	豆腐フレッド、じゃがいも、砂糖、水みつ(フルーハワイ)、えび気分、カップゼリーの素(ぶどう)、カップゼリーの素(クール)、オリーブ油	たまねぎ、にんじん、キャベツ、ホールトマト缶詰、ピーマン、ホワイトアップル乳酸菌	ケチャップ、ウスターソース、コンソメ、食塩、パセリ粉、こしょう	エネルギー 467 Kcal 炭水化物 64.9 g たんぱく質 18.1 g 脂質 15 g 塩分 2 g	エネルギー 423 Kcal 炭水化物 63.1 g たんぱく質 15.4 g 脂質 12.1 g 塩分 1.7 g		

梅雨のシーズンがやってきました。湿度や気温が高くなるこの時期は、食中毒への注意が特に必要となってきます。園では衛生管理を徹底し、安全な給食を提供していきます。また、蒸し暑さから少し疲れが出やすくなる時期でもあります。しっかり食べて、元気に梅雨を乗り切る体づくりを行っていきましょう。

健康的で栄養バランスの良い食事を意識するための日本の伝統食材の頭文字を並べた合言葉である「まごわやさしい」という言葉をご存じでしょうか？
毎日の食材に取り入れたい7つの食材の頭文字から成り立っています。
ま=豆(大豆製品) ご=ごま わ=わかめ(海藻類) や=野菜 さ=魚
し=しいたけ(きのこ類) い=芋 となっています。意識することから始めてみませんか？

キウイフルーツについて

キウイが果物コーナーに沢山並ぶようになりましたね。普段、ご家庭でキウイフルーツを食べる機会がありますか？その際、グリーンキウイとゴールドキウイがありますが、購入する際にはどちらを選んでいきますか？
実はグリーンキウイとゴールドキウイでは、栄養価が大きく違います。ゴールドキウイは、グリーンキウイよりもビタミンCが2倍多く含んでおり、食物繊維は、グリーンキウイのほうが多く含まれています。また、最近ではルビーレッドキウイも見かけます。
ルビーレッドキウイは、旬が短くあまり手に入らないかもしれませんが、ベリーのような甘酸っぱさが特徴なようです。私も一度食べましたが、自分の知っているキウイの味ではなく、食べやすかったと感じました。まだ食べたことがない方は、スーパー等で見かけた際には一度食べてみてください。
発行者 新藤 麻衣



献立表

主菜、副菜、汁物の材料は幼児食のメニューの中から提供します。

離乳食

風の子保育園

	こ ん だ て			こ ん だ て	
1(月)	おかゆ・軟飯 やさいの煮物	たらの煮つけ スープ つぶしバナナ	16(火)	おかゆ・軟飯 やさいの煮物	ほきの煮つけ スープ
2(火)	おかゆ・軟飯 やさいの煮物	ほきの煮つけ みそ汁	17(水)	おかゆ・軟飯 やさいの煮物	たらの煮つけ みそ汁
3(水)	おかゆ・軟飯 やさいの煮物	たらの煮つけ みそ汁	18(木)	おかゆ・軟飯 やさいの煮物	ほきの煮つけ すまし汁
4(木)	おかゆ・軟飯 やさいの煮物	ほきの煮つけ スープ	19(金)	おかゆ・軟飯 やさいの煮物	たらの煮つけ スープ
5(金)	おかゆ・軟飯 やさいの煮物	たらの煮つけ みそ汁	20(土)	おかゆ・軟飯 やさいの煮物	ほきの煮つけ みそ汁
6(土)	おかゆ・軟飯 やさいの煮物	ほきの煮つけ スープ	22(月)	おかゆ・軟飯 やさいの煮物	たらの煮つけ スープ
8(月)	おかゆ・軟飯 やさいの煮物	たらの煮つけ スープ	23(火)	おかゆ・軟飯 やさいの煮物	ほきの煮つけ みそ汁
9(火)	おかゆ・軟飯 やさいの煮物	ほきの煮つけ スープ オレンジ果汁	24(水)	おかゆ・軟飯 やさいの煮物	たらの煮つけ みそ汁
10(水)	おかゆ・軟飯 やさいの煮物	たらの煮つけ みそ汁	25(木)	おかゆ・軟飯 やさいの煮物	ほきの煮つけ すまし汁
11(木)	おかゆ・軟飯 やさいの煮物	ほきの煮つけ スープ	26(金)	おかゆ・軟飯 やさいの煮物	たらの煮つけ スープ
12(金)	おかゆ・軟飯 やさいの煮物	たらの煮つけ みそ汁	27(土)	おかゆ・軟飯 やさいの煮物	ほきの煮つけ スープ
13(土)	おかゆ・軟飯 やさいの煮物	ほきの煮つけ スープ つぶしバナナ	29(月)	おかゆ・軟飯 やさいの煮物	たらの煮つけ すまし汁
15(月)	おかゆ・軟飯 やさいの煮物	たらの煮つけ みそ汁	30(火)	おかゆ・軟飯 やさいの煮物	ほきの煮つけ スープ