



63から



給食こんだて



令和4年

★赤・黄・緑の食べ物のグループ分けは、6つの基礎食品(厚生労働省)と、食べ物の3つのはたらき(文部科学省)をもとにしています(作成者)榮妻士 野原正子

日曜	献立名	おやつ 午前(1~2歳児) 午後(1~5歳児)	おもな材料(昼食)			日曜	献立名	おやつ 午前(1~2歳児) 午後(1~5歳児)	おもな材料(昼食)		
			あか	きいろ	みどり				あか	きいろ	みどり
水	マージンごはん 揚げ鶏のケチャップあん 蒸しかぼちゃ 切干大根のゴマ酢あえ もずくスープ りんご	米せんべい オートミールスナック	鶏胸肉 ●ハム(卵不使用) もずく	精白米強化米 もちきび 白ゴマ	かぼちゃ 切干大根 人参 ごぼう きゅうり たけのこ りんご レーズン	16	お弁当会	りんご ジャム入りマフィン			
木	へちまどんぶり(強化米) 魚の磯天ぷら トマトときゅうりの酢みそあえ ゆし豆腐汁 みそ汁 ネーブル	りんご ジャムサンド	鶏ひき肉 白身魚 ●竹小町(卵不使用) わかめ ゆし豆腐	精白米強化米 めんがら粉 (卵不使用)	人参 しめじ 玉ねぎ へちま 小松菜 ニラ トマト きゅうり ネーブル	17	マージンごはん 揚げ魚のケチャップあん 八宝菜 そうめん汁 バナナ	米せんべい ココアプリン せんべい 保育乳	白身魚 豚もも肉	精白米強化米 もちきび ▲そうめん	白菜 たけのこ(水煮) 人参 生しいたけ バナナ
金	黒米ごはん 沖縄風煮つけ マカロニサラダ みそ汁 スイカ	米せんべい ゴマスティック	豚肩ロース △厚揚げ わかめ	精白米強化米 黒米強化米 ▲マカロニ 白ゴマ	大根 昆布 しめじ 人参 パイン缶 りんご レーズン 白菜 スイカ	18	ハヤシライス(ささみ) スティックきゅうり すまし汁 ネーブル	*** 職員研修の為 13時までの保育	鶏ささみ	精白米強化米 じゃが芋	玉ねぎ 人参 GP きゅうり たけのこ えのきたけ ネーブル
土	鶏肉の照り焼き丼 かりかりきゅうり みそ汁 ネーブル	*** くろ棒	鶏もも肉 △油揚げ わかめ	精白米強化米 白ゴマ	人参 さやいんげん きゅうり 大根 ネーブル	20	豚焼肉どんぶり マカロニサラダ みそ汁 ネーブル 食育の日	米せんべい ちんびん 保育乳	豚肩ロース △豆腐 わかめ	精白米強化米 白ゴマ ▲マカロニ	玉ねぎ 人参 ビーン パイン缶 りんご きゅうり とうがん ネーブル
月	納豆ごはん 豚肉のしょうが焼き ひじきの五目煮 ブロッコリー そうめん汁 ネーブル	米せんべい お麩ラスク	△ひきわり納豆 豚肩ロース 干ひじき ●竹小町(卵不使用)	精白米強化米 ▲そうめん ▲麩	赤ピーマン 人参 糸こんにゃく さやいんげん ブロッコリー ネーブル	21	黒米ごはん 魚と野菜の甘酢あんかけ ごまかぼちゃ みそ汁 ネーブル	米せんべい シナモントースト 保育乳	白身魚 △豆腐 わかめ	精白米強化米 白ゴマ	玉ねぎ 人参 青ピーマン たけのこ かぼちゃ へちま ネーブル
火	黒米ごはん さばのみそ焼き 人参リシリ きゅうりの中華風 春雨スープ バナナ	りんご かみかみ揚げせんべい	さば(切り身) △豆腐 白身魚 ちりめんじゃこ	精白米強化米 黒米強化米 白ゴマ 春雨	人参 ブロッコリー もやし きゅうり えのきたけ 人参 バナナ	22	スパゲティミートソース ポイルウィナー マッシュポテト コーンスープ スイカ	バナナ しらすおにぎり 保育乳	牛ひき肉 豚ひき肉 ●ウィナー しらす干し	▲スパゲティ じゃが芋	人参 玉ねぎ トマト セロリ ピーマン コーン缶 キャベツ スイカ
水	レタスごはん 鶏肉のさっぱり煮 炒り豆腐 みそ汁 スイカ	米せんべい 蒸し芋	鮭フレーク 鶏もも肉 △豆腐 鶏ひき肉 干ひじき わかめ	精白米強化米 白ゴマ 黒ゴマ	レタス 干しいたけ 人参 玉ねぎ さやいんげん なす スイカ	23	慰霊の日				
木	沖縄そば ブロッコリーとトマトのごまあえ マッシュポテト ネーブル	バナナ わかめおにぎり	豚三枚肉 ●丸かまぼこ(卵不使用) わかめ	▲沖縄そば(茹) 練りごま じゃが芋	刺身昆布 ブロッコリー トマト ネーブル 人参	24	夏野菜カレー(ささみ) きゅうりのごまあえ 豆腐のすまし汁 スイカ	米せんべい ゴマ風味焼き菓子 保育乳	鶏ささみ もずく(塩抜き) △豆腐	精白米強化米 じゃが芋 ごま	人参 玉ねぎ へちま なす ピーマン きゅうり えのきたけ スイカ
金	のりごはん レバーのゴマソースがらめ きんぴらごぼう(カレー風味) コーンサラダ 魚のみそ汁 スイカ	米せんべい バナナケーキ	豚レバー 鶏もも肉 白身魚 △調製豆腐	精白米強化米 白ゴマ 炒りごま	ごぼう 人参 さやいんげん Hコーン缶 サラダ菜 みかん缶 きゅうり 大根 スイカ	25	もずくどんぶり キャベツのツナあえ みそ汁 ネーブル	*** はちや棒 保育乳	もずく(塩抜き) 豚ひき肉 ツナ缶 △油揚げ	精白米強化米	ピーマン 赤ピーマン Hコーン缶 キャベツ きゅうり 大根 ネーブル
土	ごはん(強化米入り) 麻婆豆腐 きゅうりの中華風 レタスのスープ ネーブル	*** スティックパン	△豆腐 豚ひき肉 わかめ	精白米強化米	生しいたけ 人参 玉ねぎ たけのこ ニラ きゅうり レタス えのきたけ ネーブル	27	ごはん 豚肉の香味焼き 春雨の中華炒め ブロッコリーのゴまあえ とうがん汁 ネーブル	米せんべい ココア蒸しパン 保育乳	豚肩ロース ●竹小町(卵不使用) わかめ	精白米強化米 白ゴマ 春雨 ごま	長ねぎ たけのこ 人参 キャベツ しめじ とうがん さやいんげん ブロッコリー ネーブル
月	カレーピラフ 豚肉のマーメレード焼き ほうれん草炒め みそ汁 ネーブル	米せんべい 人参入りホットケーキ	鶏もも肉 ●ハム(卵不使用) 豚肩ロース ●竹小町(卵不使用) わかめ	精白米強化米	人参 GP ほうれん草 Hコーン缶 とうがん ネーブル	28	黒米ごはん 厚揚げのきのこソース 切干大根のイリチー トマト みそ汁 スイカ	バナナ 人参クラッカー 保育乳	△厚揚げ 鶏ひき肉 豚肉 わかめ	精白米強化米 白ゴマ	えのきたけ 切干大根 かんぴょう 人参 へちま 糸こんにゃく トマト スイカ
火	ロールパン かぼちゃのミートグラタン コーンサラダ 豆乳スープ バナナ	りんご ツナマヨおにぎり	豚ひき肉 ★ビザチーズ わかめ ●ペーコン(卵不使用) △調製豆腐	◎ロールパン(超熟)	かぼちゃ 人参 玉ねぎ Hコーン缶 レタス みかん缶 白菜 しめじ バナナ	29	マージンごはん 魚の竜田揚げ こんにゃくのソテー 芋とひじきのサラダ レタスのスープ バイン	米せんべい ヨーグルト入りスコーン 保育乳	白身魚 豚肩ロース 干ひじき わかめ ●絹ごし豆腐	精白米強化米 もちきび さつまい芋	糸こんにゃく 人参 玉ねぎ Hコーン缶 小松菜 レタス えのきたけ バイン
水	黒米ごはん 鮭のパン粉焼き ゴーヤーチャンプルー もずくの酢物 みそ汁	米せんべい くずもち	鮭 △豆腐 豚肉 ●卵 もずく わかめ	精白米強化米	にがろり 人参 もやし 玉ねぎ しめじ きゅうり えのきたけ ネーブル	30	タコライス かみかみごぼう キャベツとコーンのスープ バナナ	りんご カルピスゼリー せんべい 保育乳	豚ひき肉 ★ビザチーズ	精白米強化米 白ゴマ	玉ねぎ 人参 レタス トマト ごぼう コーン缶 キャベツ バナナ

★材料、行事、その他の都合により、献立を変更することがあります。
★食物アレルギー対応食は、医師の診断書に基づき、『保育所におけるアレルギー対応ガイドライン(厚生省2019)』に沿って実施します。

★「離乳食の献立表」は、該当者だけにお配りしています。
★幼児食移行期(1歳~1歳半頃)は、咀嚼能力にあわせて調理形態や食材を替える場合があります。





【令和 4年】

- ★厚生労働省『授乳・離乳の支援ガイド』に沿って、離乳食を進めます。
- ★献立は月齢ごとの目安です。使用食品・調理形態・分量など、個人差を考慮します。
- ★離乳の完了は1歳から1歳6ヶ月頃です。進み具合をみながら、幼児食へ移行していきます。



【NO1】

(作成者) 栄養士 野原正子

回数	1回食 (午前)			2回食 (午後)	
月令	離乳初期 5・6ヶ月頃 (開始後1ヶ月間)	離乳中期 7・8ヶ月頃	離乳後期 9・10・11ヶ月頃	離乳中期 7・8ヶ月頃	離乳後期 9・10・11ヶ月頃
形態 固さ	なめらかにすりつぶした状態 プレーンヨーグルト状(ごっくん)	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(かみかみ)	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(かみかみ)
1 水	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し かぼちゃペースト すまし汁 (主な材料) 米 かぼちゃ 白身魚 レタス 人参 そうめん りんご	かぼちゃがゆ(べたべた) 白身魚のトマト煮風 たくたくそうめん汁 りんご	かぼちゃがゆ ⇒ 軟飯 白身魚のトマト煮風 そうめん汁 りんご	あおさがゆ(べたべた) ささみのくず煮 みそ汁 ネーブル 米 あおさ ささみ きゅうり 人参 じゃが芋 ネーブル	あおさがゆ ⇒ 軟飯 ささみのくず煮 みそ汁 ネーブル
2 木	10倍がゆ(とろとろ) 人参ペースト ポテトすり流し すまし汁 (主な材料) 米 青のり じゃが芋 鶏肉 玉ねぎ 人参 ゆし豆腐 ネーブル	全がゆ(べたべた) ポテトそぼろ煮風 ゆし豆腐汁 ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 ポテトそぼろ煮風 ゆし豆腐汁 ネーブル	パンがゆ→ころころトースト 魚のケチャップ風味 小松菜スープ りんご 食パン 食パン 人参 トマト 小松菜 玉ねぎ コーン缶 りんご	スティックトースト(手づかみ) 魚のケチャップ風味 ポテトポタージュ りんご
3 金	10倍がゆ(とろとろ) 豆腐のすり流し 根菜ペースト すまし汁 (主な材料) 米 絹ごし豆腐 人参 大根 白菜 わかめ スイカ	全がゆ(べたべた) 豆腐のみぞれ煮 白菜汁(みそ風味) スイカ	全がゆ ⇒ 軟飯 豆腐のみぞれ煮 みそ汁 スイカ	全がゆ(べたべた) 白身魚とポテトのうま煮 人参スープ きなこバナナ 米 白身魚 じゃが芋 玉ねぎ コーン缶 人参 バナナ きなこ	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚とポテトのうま煮 人参スープ きなこバナナ
4 土	10倍がゆ(とろとろ) 人参ペースト ポテトペースト すまし汁 (主な材料) 米 ささみ 人参 じゃが芋 白菜 あおさ ネーブル	おじや すまし汁 ネーブル	おじや すまし汁 ネーブル	全がゆ(べたべた) 白身魚のケチャップ煮 大根汁(みそ風味) りんご 米 白身魚 玉ねぎ 人参 大根 りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のケチャップ煮 大根のみそ汁 りんご
6 月	10倍がゆ(とろとろ) 人参ペースト 大根ペースト 野菜スープ (主な材料) 米 ひき割り納豆 人参 大根 ブロッコリー そうめん ネーブル	納豆がゆ(べたべた) 根菜スープ煮 たくたくそうめん汁 ネーブル	納豆がゆ(べたべた) 根菜スープ煮 そうめん汁 ネーブル	全がゆ(べたべた) ブロッコリーのささみあん ポテトスープ りんご 米 ささみ ブロッコリー じゃが芋 人参 コーン缶 りんご	全がゆ(べたべた) ブロッコリーのささみあん ポテトスープ 手づかみポテト りんご
7 火	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し ポテトすり流し ほうれん草ペースト すまし汁 (主な材料) 米 白身魚 じゃが芋 ブロッコリー 人参 玉ねぎ バナナ	全がゆ(べたべた) 白身魚とポテトのみどり煮 人参スープ バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚とポテトのみどり煮 人参スープ バナナ	鶏がゆ 野菜ポタージュ スイカゼリー 米 鶏肉 人参 ブロッコリー コーン缶 じゃが芋 スイカ ゼラチン	鶏がゆ 野菜ポタージュ スイカゼリー
8 水	10倍がゆ(とろとろ) 絹ごし豆腐のすり流し 根菜ペースト すまし汁 (主な材料) 米 あおさ 絹ごし豆腐 人参 なす スイカ	あおさがゆ(べたべた) 絹ごし豆腐の人参あん なす汁(みそ風味) スイカ	全がゆ ⇒ 軟飯 絹ごし豆腐の人参あん なすのみそ汁 スイカ	ツナがゆ 芋マッシュ 野菜スープ りんご 米 ツな缶 ブロッコリー さつま芋 きなこ 人参 コーン缶 りんご	ツナがゆ 芋だんご(手づかみ) 野菜スープ りんご
9 木	10倍がゆ(とろとろ) かぼちゃペースト トマトペースト すまし汁 (主な材料) 米 ブロッコリー 玉ねぎ ささみ そうめん かぼちゃ ミルク 粉寒天	全がゆ(べたべた) たくたくそうめん汁 かぼちゃ寒天 バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 そうめん汁 かぼちゃ寒天 バナナ	のりがゆ(べたべた) 魚のポテト煮 ブロッコリースープ ネーブル 米 白身魚 じゃが芋 人参 ブロッコリー 玉ねぎ コーン缶 ネーブル	のりがゆ ⇒ 軟飯 魚のポテト煮 ブロッコリースープ ネーブル
10 金	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し 大根すり流し すまし汁 (主な材料) 米 サラダ菜 レバー 白身魚 人参 コーン缶 大根 あおさ スイカ	菜がゆ(べたべた) 白身魚と人参のスープ煮 大根汁(みそ風味) スイカ	レバーがゆ ⇒ 軟飯 豆腐と野菜のだし煮 大根のみそ汁 手づかみ大根 スイカ	菜がゆ(べたべた) 鶏と野菜のトマト煮 コーンスープ バナナ 米 サラダ菜 ささみ 人参 じゃが芋 コーン缶 玉ねぎ バナナ	菜がゆ ⇒ 軟飯 鶏と野菜のトマト煮 コーンスープ バナナ
11 土	10倍がゆ(とろとろ) 人参ペースト ポテトすり流し すまし汁 (主な材料) 米 コーン缶 玉ねぎ 人参 キャベツ 豆腐 わかめ ネーブル	おじや 豆腐のみそ汁 ネーブル	おじや 豆腐のみそ汁 ネーブル	かぼちゃがゆ(べたべた) チキンスープ りんご 米 かぼちゃ ささみ じゃが芋 人参 玉ねぎ りんご	かぼちゃがゆ ⇒ 軟飯 チキンスープ りんご
13 月	10倍がゆ(とろとろ) ほうれん草ペースト 人参ペースト すまし汁 (主な材料) 米 鶏肉 ほうれん草 とうがん あおさ ネーブル	全がゆ(べたべた) 鶏とほうれん草のだし煮 とうがん汁 ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 鶏とほうれん草のだし煮 とうがん汁 ネーブル	納豆がゆ(べたべた) ツナポテト 人参スープ りんご 米 ひき割り納豆 ツな缶 玉ねぎ じゃが芋 人参 コーン缶 りんご	納豆がゆ ⇒ 軟飯 ツナポテト 人参スープ りんご
14 火	10倍がゆ(とろとろ) かぼちゃペースト 白菜すりつぶし ポテトすり流し 野菜スープ (主な材料) 米 レタス かぼちゃ 玉ねぎ 鶏肉 白菜 バナナ	菜がゆ(べたべた) かぼちゃそぼろ煮風 野菜スープ バナナ	菜がゆ ⇒ 軟飯 かぼちゃそぼろ煮風 野菜スープ バナナ 手づかみかぼちゃ	全がゆ(べたべた) 魚のポテトあん たくたくそうめん汁 りんご 米 白身魚 じゃが芋 人参 玉ねぎ そうめん キャベツ りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 魚のポテトあん たくたくそうめん汁 りんご

※ 離乳食の進め方など気になることは、担任の先生へお気軽にお問合せください。

回数	1回食 (午前)			2回食 (午後)	
月令	離乳初期 5・6ヶ月頃 (開始後1ヶ月間)	離乳中期 7・8ヶ月頃	離乳後期 9・10・11ヶ月頃	離乳中期 7・8ヶ月頃	離乳後期 9・10・11ヶ月頃
形態 固さ	なめらかにすりつぶした状態 プレーンヨーグルト状(ごっくん)	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(かみかみ)	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(かみかみ)
15 水	10倍がゆ(とろとろ) かぼちゃペースト 人参ペースト バナナ すまし汁 <small>(主な材料) 米 かぼちゃ 豆腐 人参 じゃが芋 玉ねぎ ネーブル</small>	全がゆ(べたべた) かぼちゃと豆腐のだし煮 根菜スープ ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 煮かぼちゃ 根菜スープ 手づかみポテト ネーブル	全がゆ(べたべた) 白身魚のコーン風味 ほうれん草スープ りんご <small>米 白身魚 じゃが芋 Cコーン缶 ほうれん草 玉ねぎ 人参 りんご</small>	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のコーン風味 ほうれん草スープ りんご
16 木	お弁当 			全がゆ(べたべた) 魚のトマト煮 人参スープ りんご <small>米 白身魚 じゃが芋 トマト 人参 玉ねぎ Cコーン缶 りんご</small>	全がゆ ⇒ 軟飯 魚のトマト煮 人参スープ 手づかみ人参 りんご
17 金	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚すり流し 人参ペースト 芋ペースト すまし汁 <small>(主な材料) 米 白身魚 人参 玉ねぎ Cコーン缶 そうめん 白菜 パナナ きなこ</small>	全がゆ(べたべた) 白身魚のコーン風味 たくたくそうめん汁 きなこバナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のコーン風味 そうめん汁 手づかみ芋 きなこバナナ	納豆がゆ(べたべた) 煮かぼちゃ 根菜スープ(みそ風味) りんご <small>米 ひき割り納豆 かぼちゃ 人参 じゃが芋 白菜 わかめ りんご</small>	納豆がゆ ⇒ 軟飯 煮かぼちゃ 根菜みそ汁 りんご
18 土	10倍がゆ(とろとろ) ポテトすり流し 人参ペースト すまし汁 <small>(主な材料) 米 ささみ 人参 じゃが芋 玉ねぎ あおさ ネーブル</small>	鶏おじや あおさ汁 ネーブル	鶏おじや あおさ汁 ネーブル	職員研修の為、13時までの保 <small>---</small> 	
20 月	10倍がゆ(とろとろ) とうがんすり流し 人参ペースト すまし汁 <small>(主な材料) 米 玉ねぎ 人参 豆腐 きゅうり とうがん あおさ ネーブル</small>	おじや 煮豆腐(きゅうりあん) とうがん汁(みそ風味) ネーブル	おじや 煮豆腐 とうがん汁(みそ風味) ネーブル	全がゆ(べたべた) 白身魚のスープ煮 ポテトスープ りんご <small>米 白身魚 とうがん じゃが芋 玉ねぎ 人参 Cコーン缶 りんご</small>	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のスープ煮 ポテトスープ 手づかみポテト りんご
21 火	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し かぼちゃペースト おろし大根スープ <small>(主な材料) 米 キャベツ 豆腐 かぼちゃ 玉ねぎ あおさ ネーブル</small>	葉がゆ(べたべた) 豆腐とかぼちゃのだし煮 あおさ汁 ネーブル	葉がゆ ⇒ 軟飯 豆腐とかぼちゃのだし煮 あおさ汁 ネーブル	パンがゆ→ころころトースト 白身魚のミルク煮 かぼちゃスープ バナナ <small>食パン 白身魚 玉ねぎ 人参 かぼちゃ Cコーン缶 パナナ</small>	スティックトースト(手づかみ) 白身魚のミルク煮 かぼちゃスープ バナナ
22 水	10倍がゆ(とろとろ) ポテトすり流し トマトペースト バナナ <small>(主な材料) 米 玉ねぎ ツナ缶 キャベツ トマト ささみ じゃが芋 人参 パナナ</small>	おじや つぶしトマト チキンスープ バナナ	おじや トマト チキンスープ バナナ	しらすがゆ(べたべた) 豆腐と野菜のだし煮 とうがん汁 ネーブル <small>米 しらす干し 絹ごし豆腐 キャベツ とうがん わかめ ネーブル</small>	しらすがゆ ⇒ 軟飯 豆腐と野菜のだし煮 冬瓜のみそ汁 ネーブル
23 木	 慰霊の日				
24 金	10倍がゆ(とろとろ) ポテトすり流し 人参ペースト すまし汁 <small>(主な材料) 米 ささみ じゃが芋 玉ねぎ 人参 あおさ 豆腐 スイカ</small>	鶏おじや あおさ汁 スイカ	鶏おじや あおさ汁 スイカ 手づかみポテト	全がゆ(べたべた) 白身魚のトマト風味 ポテトスープ りんご <small>米 白身魚 玉ねぎ 人参 じゃが芋 Cコーン缶 りんご</small>	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のトマト風味 ポテトスープ りんご
25 土	10倍がゆ(とろとろ) ポテトすり流し 大根すり流し すまし汁 <small>(主な材料) 米 ひき割り納豆 白身魚 大根 人参 ネーブル</small>	納豆がゆ(べたべた) 魚と根菜のスープ ネーブル	納豆がゆ ⇒ 軟飯 魚と根菜のスープ ネーブル 	全がゆ(べたべた) ツナポテト あおさ汁 バナナ <small>米 じゃが芋 玉ねぎ キャベツ ツナ缶 あおさ パナナ</small>	全がゆ ⇒ 軟飯 ツナポテト あおさ汁 バナナ
27 月	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し ポテトほうれん草のせ すまし汁 <small>(主な材料) 米 白身魚 じゃが芋 とうがん わかめ ネーブル</small>	全がゆ(べたべた) 白身魚とポテトのみどり煮 とうがんスープ ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚とポテトのみどり煮 とうがんスープ ネーブル	鶏がゆ 野菜ポタージュ スイカゼリー <small>米 鶏肉 人参 ほうれん草 キャベツ Cコーン缶 じゃが芋 スイカ</small>	鶏がゆ 野菜ポタージュ スイカゼリー
28 火	10倍がゆ(とろとろ) 絹ごし豆腐のすり流し 人参ペースト ポテトすり流し <small>(主な材料) 米 絹ごし豆腐 ブロッコリー 人参 じゃが芋 玉ねぎ Cコーン缶 スイカ</small>	全がゆ(べたべた) 絹ごし豆腐の二色あん ポテトスープ スイカ	全がゆ ⇒ 軟飯 絹ごし豆腐の二色あん あおさ汁 スイカ	全がゆ(べたべた) かぼちゃのそぼろ煮風 たくたくそうめん汁 バナナ <small>米 かぼちゃ 玉ねぎ ささみ そうめん 人参 パナナ</small>	全がゆ ⇒ 軟飯 かぼちゃのそぼろ煮風 たくたくそうめん汁 バナナ
29 水	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し 人参ペースト 野菜スープ <small>(主な材料) 米 白身魚 さつま芋 小松菜 人参 玉ねぎ ネーブル</small>	全がゆ(べたべた) 白身魚と芋のスープ煮 野菜スープ ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚と芋のスープ煮 野菜スープ ネーブル	おじや あおさ汁 りんご <small>米 さつま芋 レタス 人参 ツナ缶 絹ごし豆腐 あおさ りんご</small>	おじや あおさ汁 りんご 手づかみ芋
30 木	10倍がゆ(とろとろ) 人参ペースト トマトペースト 野菜スープ <small>(主な材料) 米 鶏肉 玉ねぎ 人参 トマト Cコーン缶 かぼちゃ りんご</small>	おじや つぶしトマト かぼちゃスープ りんご	おじや つぶしトマト かぼちゃスープ りんご	全がゆ(べたべた) 白身魚のポテト焼き キャベツのスープ かぼちゃ寒天 <small>米 白身魚 じゃが芋 キャベツ 人参 かぼちゃ 粉寒天</small>	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のポテト焼き キャベツのスープ かぼちゃ寒天