

令和8年



4月 給食献立表

五条くじら小規模保育園

日 曜	AMおやつ	昼食	PMおやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
1 水	牛乳	ご飯 鶏肉の塩こうじ焼き もやしナムル すまし汁	牛乳 黒ゴマちんすこう	牛乳・若鶏もも・絹ごし豆腐	サラダせんべい・米・塩こうじ・ごま油・いりごま・薄力粉・砂糖・油・ごま	もやし・ほうれんそう・にんじん・くりかぼちゃ・たまねぎ・カットわかめ
2 木	牛乳	カバオライス マセドアンサラダ 白菜のスーフ	牛乳 クラッカーサンド	牛乳・ふたひき肉	サラダせんべい・米・油・砂糖・じゃがいも・マヨネーズ・クラッカー	たまねぎ・赤ピーマン・しめじ・きゅうり・にんじん・はくさい・いちごジャム
3 金	牛乳	ご飯 カレイの照り焼き フロッキーサラダ 春キャベツのみそ汁	牛乳 フアマンケーキ	牛乳・まがれい・油揚げ・麦みそ	ビスケット・米・砂糖・油・ごま・薄力粉	フロッキー・きゅうり・にんじん・キャベツ・たまねぎ・青ねぎ
4 土	牛乳	チャーハン ほうれん草の胡麻和え 中華スーフ	牛乳 お菓子	牛乳・ふたロース・板かまぼこ	サラダせんべい・米・油・ごま・砂糖・ごま油・甘辛せんべい	長ねぎ・コーン・ほうれんそう・にんじん・しめじ・たまねぎ・ゆでだけのご・カットわかめ
6 月	牛乳	ご飯 鶏肉のコーンフレーク焼き アスパラとツナサラダ 春雨スーフ	牛乳 きなこマカロニ	牛乳・若鶏もも皮なし・まぐろ水煮缶詰・若鶏むね・きな粉	ソーダークラッカー・米・マヨネーズ・コーンフレーク・砂糖・油・緑豆はるさめ・マカロニ・スハゲティ	アスパラガス・きゅうり・コーン・チンゲンサイ・にんじん
7 火	牛乳	ミートソーススパゲティ かぼちゃサラダ 鶏肉と野菜のスーフ	お茶 炊き込みおにぎり	牛乳・牛ひき肉・ふたひき肉・鶏もも(皮なし)・油揚げ	しょうゆせんべい・マカロニ・スパゲティ・油・マヨネーズ・米・砂糖	たまねぎ・にんじん・グリーンピース・ホールトマト・トマトケチャップ・くりかぼちゃ・きゅうり・レタス・ごぼう・にんじん
8 水	牛乳	ご飯 鮭のコーンクリーム焼き 白菜のおひたし 里芋のみそ汁	お茶 フルーツポンチ	牛乳・さけ・しらす干し・かつお節・麦みそ	クラッカー・米・マヨネーズ・さといも	コーン缶詰クリーム・はくさい・きゅうり・にんじん・たまねぎ・カットわかめ・みかん缶詰・黄桃缶・バナナ・リンアップル缶詰・レモン果汁
9 木	牛乳	中華丼 豆腐とワカメのスーフ バナナ	牛乳 大学芋	牛乳・ふた肉・絹ごし豆腐	サラダせんべい・米・油・砂糖・片栗粉・さつまいも・なたね油・三温糖・いりごま	はくさい・たまねぎ・にんじん・乾しいたけ・青ねぎ・ほうれんそう・もやし・バナナ
10 金	牛乳	ご飯 さわらの西京焼き 切干し大根サラダ 花麩のすまし汁	牛乳 オレンジケーキ	牛乳・さわら・甘みそ	ビスケット・米・マヨネーズ・いりごま・花麩・ホットケーキミックス・砂糖・油	切干しだいこん・きゅうり・にんじん・チンゲンサイ・生しいたけ・たまねぎ・オレンジジュース
11 土	牛乳	焼き鳥丼 ほうれん草ナムル 味噌汁	牛乳 お菓子	牛乳・若鶏もも・絹ごし豆腐・麦みそ	サラダせんべい・米・片栗粉・油・砂糖・ごま油・ごま・甘辛せんべい	たまねぎ・焼きのり・ほうれんそう・もやし・にんじん・キャベツ・えのきたけ
13 月	牛乳	ご飯 照り焼きチキン ピーンスサラダ 玉ねぎスーフ	牛乳 米粉の蒸しパン	牛乳・若鶏もも・大豆水煮缶詰・豆乳	ソーダークラッカー・米・砂糖・じゃがいも・米粉・油・甘納豆(あずき)	ゆでフロッキー・にんじん・きゅうり・たまねぎ
14 火	牛乳	ご飯 あじの蒲焼 フロッキーの黒ごまあえ 味噌汁	お茶 じゃがいももち	牛乳・あじ・鶏ささ身・麦みそ	しょうゆせんべい・米・片栗粉・油・砂糖・ごま・じゃがいも・なたね油	フロッキー・りょくとうもやし・にんじん・チンゲンサイ・たまねぎ・えのきたけ・青ねぎ
15 水	牛乳	五目うどん 大根とツナのサラダ フルーツゼリー	お茶 ゆかりおにぎり	牛乳・ふた肉・油揚げ・まぐろ水煮缶詰	クラッカー・ゆでうどん・砂糖・ゼリー・米・いりごま	はくさい・にんじん・えのきたけ・青ねぎ・だいこん・きゅうり

区分	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 肪 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (レチノール当量: RE) (μg)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩相当量 (g)
1.2歳	453	19	16	242	1.3	73	0.25	0.39	20	3.4	1.4
3歳以上	495	21	15	187	1.7	51	0.29	0.36	26	4.3	1.5

令和 8年



4月 給食献立表

五条くじら小規模保育園

日	曜	AMおやつ	昼食	PMおやつ	赤・血や肉になる	黄・熱や力となる	緑・調子をととのえる
16	木	牛乳	ご飯 鶏肉の香り焼き スパゲティサラダ コーンスープ	牛乳 みかん寒天	牛乳・鶏もも・ツナ缶・豆乳	サラダせんべい・米・マカロニ・スパゲティ・マヨネーズ・油・砂糖	にんにく・青ねぎ・きゅうり・にんじん・コーン・たまねぎ・コーン缶詰クリーム・オレンジジュース・みかん缶詰
17	金	牛乳	奈良茶めし さばの塩焼き うりもみ にゅうめん汁 ★食育献立 奈良県の郷土料理	牛乳 しぎしぎ	牛乳・大豆水煮缶詰・さば・板かまぼこ・油揚げ・麦みそ	ビスケット・米・そうめん・ホットケーキミックス・油	きゅうり・キャベツ・にんじん・生しいたけ・こねぎ・りんごジャム
18	土	牛乳	豚丼 コンソメポテト 大根の味噌汁	牛乳 お菓子	牛乳・ぶた肉・麦みそ	サラダせんべい・米・油・砂糖・じゃがいも・甘辛せんべい	たまねぎ・にんじん・パセリ・だいこん・ほうれんそう
20	月	牛乳	ご飯 鶏肉のマーマレード焼き マカロニサラダ 豆乳スープ	お茶 フライドポテト	牛乳・鶏もも(皮なし)・まぐろ水煮缶詰・豆乳	ソーダクラッカー・米・マカロニ・スパゲティ・マヨネーズ・じゃがいも・油・薄力粉・片栗粉	マーマレードジャム・きゅうり・にんじん・ほうれんそう・たまねぎ
21	火	牛乳	ご飯 サケの照り焼き もやしときゅうりのナムル かぼちゃのすまし汁 オレンジ	牛乳 マシュマロサンド	牛乳・さけ	しょうゆせんべい・米・砂糖・ごま油・ごま・マシュマロ・リッツ	だいずもやし・にんじん・きゅうり・くりかぼちゃ・たまねぎ・しめじ・オレンジ
22	水	牛乳	ご飯 肉じゃが 切干大根の昆布和え もずくの味噌汁	牛乳 レモンケーキ	牛乳・ぶた肉・油揚げ・麦みそ・豆乳	クラッカー・米・じゃがいも・油・しらたき・砂糖・ごま油・しろごま・ホットケーキミックス	たまねぎ・にんじん・グリーンピース・切干しいたけ・きゅうり・塩昆布・もずく・キャベツ・レモン果汁
23	木	牛乳	焼きそば 小松菜の納豆和え 竹の子のスープ	お茶 鮭おにぎり	牛乳・ぶた肉・納豆・削り節	サラダせんべい・中華めん・米	たまねぎ・キャベツ・にんじん・青ねぎ・あおのり・こまつな・にんじん・にら・だけのこ水煮缶詰・もやし
24	金	牛乳	ご飯 ホークチャップ ひじきサラダ 野菜スープ	牛乳 人参蒸しパン	牛乳・ぶたかた・豆乳	しょうゆせんべい・米・薄力粉・油・砂糖・米粉	たまねぎ・青ピーマン・トマトケチャップ・乾ひじき・キャベツ・きゅうり・アスパラガス・にんじん・しめじ
25	土	牛乳	厚揚げ丼 ゴマタレサラダ あおさスープ	牛乳 お菓子	牛乳・生揚げ・ぶたひき肉・ちくわ	サラダせんべい・米・油・砂糖・片栗粉・せんべい	えのきたけ・にんじん・ゆでさやいんげん・ゆでブロッコリー・きゅうり・あおさ・たまねぎ
27	月	牛乳	ご飯 さばのしょうが煮 ポテトサラダ なめこの味噌汁	お茶 ハインとみかんのゼリー	牛乳・さば・麦みそ	ソーダクラッカー・米・砂糖・じゃがいも・マヨネーズ	しょうが・にんじん・きゅうり・なめこ・だいこん・ほうれんそう・みかん缶詰・ハインアップル缶詰
28	火	牛乳	菜めし 鶏のから揚げ きゅうりの中華サラダ レタスのスープ 桃缶 ★誕生日会メニュー	牛乳 ココアカップケーキ	牛乳・若鶏もも・ちくわ・豆乳	ビスケット・ご飯・片栗粉・油・砂糖・ごま油・ホットケーキミックス・ホイップクリーム	菜飯の素・きゅうり・にんじん・レタス・たまねぎ・コーン・白桃缶・バナナ
30	木	牛乳	ご飯 さわらのカレー風味焼き 春雨サラダ 豆腐の味噌汁	牛乳 きな粉バナナ	牛乳・さわら・かにかまぼこ・絹ごし豆腐・麦みそ・きな粉	サラダせんべい・米・薄力粉・油・はるさめ・砂糖・ごま油	きゅうり・にんじん・こまつな・たまねぎ・バナナ



離乳食後期 献立表

令和 8年 4月

五条くじら小規模保育園

日付	献立名			食品名
	AMおやつ	昼食	PMおやつ	
1 (水)	お茶	軟飯・鶏肉とほうれん草の煮物・にんじんスティック・かぼちゃのすまし汁	クッキー	・麦茶・米・鶏ひき肉・ほうれんそう・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・にんじん・絹ごし豆腐・くりかぼちゃ・薄口しょうゆ・マンナビスケット
2 (木)	お茶	軟飯・豚肉とじゃが芋の煮物・きゅうりスティック・白菜スープ	ポーロ	・麦茶・米・ぶたひき肉・じゃがいも・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・はくさい・たまねぎ・ブイヨン・赤ちゃんポーロ
3 (金)	お茶	軟飯・カレイと人参の煮物・ブロッコリースティック・春キャベツのみそ汁	ハイハイ	・麦茶・米・まがれい水煮・にんじん・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・ブロッコリー・キャベツ・麦みそ・ハイハイ
4 (土)	お茶	軟飯・鶏肉と人参の煮物・にんじんスティック・ブロッコリーの中華スープ	お菓子	・麦茶・米・鶏ひき肉・にんじん・ほうれんそう・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・にんじん・ゆでブロッコリー・たまねぎ・鶏がらだし・せんべい
6 (月)	お茶	軟飯・鶏肉と野菜のやわらか煮・アスパラの穂先・チンゲン菜スープ	ウエハース	・麦茶・米・鶏ひき肉・にんじん・きゅうり・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・アスパラガス・チンゲンサイ・鶏がらだし・ウエハース
7 (火)	お茶	軟飯・豚肉と野菜の中華煮・かぼちゃスティック・ほうれん草スープ	にんじん粥	・麦茶・米・ぶたひき肉・にんじん・たまねぎ・きゅうり・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・くりかぼちゃ・ほうれんそう・にんじん
8 (水)	お茶	軟飯・鮭と白菜の煮物・きゅうりスティック・里芋のみそ汁	バナナ	・麦茶・米・さけ・はくさい・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・さといも・たまねぎ・麦みそ・バナナ
9 (木)	お茶	中華粥・にんじんスティック・お豆腐スープ	クッキー	・麦茶・米・鶏ひき肉・はくさい・たまねぎ・にんじん・鶏がらだし・薄口しょうゆ・にんじん・絹ごし豆腐・ほうれんそう・やきいもクッキー
10 (金)	お茶	軟飯・たいと野菜の煮物・きゅうりスティック・花魁のすまし汁	オレンジ蒸しパン	・麦茶・米・たい・にんじん・きゅうり・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・花魁・チンゲンサイ・たまねぎ・ホットケーキミックス・オレンジジュース
11 (土)	お茶	鶏雑炊・にんじんスティック・豆腐の味噌汁	お菓子	・麦茶・米・鶏ひき肉・ほうれんそう・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・にんじん・絹ごし豆腐・キャベツ・麦みそ・せんべい
13 (月)	お茶	軟飯・鶏肉のケチャップ煮・ブロッコリースティック・玉ねぎスープ	白蒸しパン	・麦茶・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・ブイヨン・トマトケチャップ・片栗粉・ブロッコリー・じゃがいも・薄口しょうゆ・ホットケーキミックス・水
14 (火)	お茶	軟飯・カレイとブロッコリーの煮物・にんじんスティック・チンゲン菜の味噌汁	ウエハース	・麦茶・米・まがれい・ブロッコリー・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・にんじん・チンゲンサイ・たまねぎ・麦みそ・ウエハース
15 (水)	お茶	煮込みうどん・大根スティック・かぼちゃスープ	あおさ粥	・麦茶・ゆでうどん・鶏ひき肉・はくさい・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・だいこん・くりかぼちゃ・米・青のり・食塩
16 (木)	お茶	軟飯・鶏肉の洋風煮・きゅうりスティック・豆乳スープ	ベビースナック	・麦茶・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・ブイヨン・濃口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・ゆでブロッコリー・豆乳・水・薄口しょうゆ・お野菜すなっく かぼちゃとおいも
17 (金)	お茶	軟飯・鮭とキャベツの煮物・にんじんスティック・ブロッコリーの味噌汁	白蒸しパン	・麦茶・米・さけ・キャベツ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・にんじん・ゆでブロッコリー・麦みそ・ホットケーキミックス・水
18 (土)	お茶	鶏雑炊・にんじんスティック・大根の味噌汁	お菓子	・麦茶・米・鶏ひき肉・にんじん・じゃがいも・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・だいこん・ほうれんそう・麦みそ・せんべい
20 (月)	お茶	軟飯・鶏肉とブロッコリーの中華煮・きゅうりスティック・豆乳スープ	ビスケット	・麦茶・米・鶏ひき肉・ブロッコリー・にんじん・鶏がらだし・薄口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・ほうれんそう・たまねぎ・にんじん・ブイヨン・水・豆乳・ビスケット
21 (火)	お茶	軟飯・サケと野菜の煮物・きゅうりスティック・かぼちゃのすまし汁	ベビーせんべい	・麦茶・米・さけ・にんじん・きゅうり・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・くりかぼちゃ・たまねぎ・薄口しょうゆ・ハイハイ
22 (水)	お茶	軟飯・肉じゃが・にんじんスティック・キャベツの味噌汁	クッキー	・麦茶・米・鶏ひき肉・たまねぎ・じゃがいも・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・キャベツ・にんじん・麦みそ・やきいもクッキー
23 (木)	お茶	軟飯・鶏肉と小松菜の煮物・ブロッコリースティック・人参スープ	サケ粥	・麦茶・米・鶏ひき肉・こまつな・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・ブロッコリー・たまねぎ・鶏がらだし・薄口しょうゆ・鮭フレーク
24 (金)	お茶	軟飯・ポークチャップ・アスパラスティック・野菜スープ	白蒸しパン	・麦茶・米・ぶたひき肉・キャベツ・たまねぎ・ブイヨン・トマトケチャップ・片栗粉・アスパラガス・にんじん・薄口しょうゆ・ホットケーキミックス・水
25 (土)	お茶	軟飯・しらすとブロッコリーの煮物・にんじんスティック・あおさスープ	お菓子	・麦茶・米・しらすと・ゆでブロッコリー・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・ほうれんそう・たまねぎ・鶏がらだし・せんべい
27 (月)	お茶	軟飯・たいとじゃが芋の煮物・にんじんスティック・大根の味噌汁	ベビースナック	・麦茶・米・たい・じゃがいも・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・にんじん・だいこん・ほうれんそう・麦みそ・コーンスナック
28 (火)	お茶	軟飯・鶏肉とかぼちゃの煮物・きゅうりスティック・玉ねぎスープ	ウエハース	・麦茶・米・鶏ひき肉・くりかぼちゃ・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・にんじん・鶏がらだし・薄口しょうゆ・ウエハース
30 (木)	お茶	軟飯・鮭ときゅうりの煮物・きゅうりスティック・豆腐の味噌汁	バナナ	・麦茶・米・さけ・きゅうり・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・絹ごし豆腐・こまつな・麦みそ・バナナ



離乳食中期 献立表

令和 8年4月

五条くじら小規模保育園

日付	献立名 昼食	食品名
1 (水)	7倍粥・鶏肉とほうれん草の煮物・かぼちゃのすまし汁	・米・鶏ひき肉・ほうれんそう・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・絹ごし豆腐・くりかぼちゃ
2 (木)	7倍粥・鶏肉とじゃが芋の煮物・白菜スープ	・米・鶏ひき肉・じゃがいも・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・はくさい・たまねぎ
3 (金)	7倍粥・カレイと人参の煮物・春キャベツのすまし汁	・米・まがれい水煮・にんじん・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・キャベツ
4 (土)	7倍粥・鶏肉と人参の煮物・ブロッコリースープ	・米・鶏ひき肉・にんじん・ほうれんそう・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・ゆでブロッコリー・たまねぎ
6 (月)	7倍粥・鶏肉と野菜のやわらか煮・チンゲン菜スープ	・米・鶏ひき肉・にんじん・きゅうり・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・チンゲンサイ
7 (火)	7倍粥・鶏肉と人参の煮物・ほうれん草スープ	・米・鶏ひき肉・にんじん・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・ほうれんそう
8 (水)	7倍粥・鮭と白菜の煮物・かぼちゃスープ	・米・さけ・はくさい・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・くりかぼちゃ・たまねぎ
9 (木)	五目粥・お豆腐スープ	・米・鶏ひき肉・はくさい・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・絹ごし豆腐・ほうれんそう
10 (金)	7倍粥・たいと野菜の煮物・花麩のすまし汁	・米・たい・にんじん・きゅうり・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・花麩・チンゲンサイ・たまねぎ
11 (土)	鶏雑炊・豆腐のすまし汁	・米・鶏ひき肉・ほうれんそう・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・絹ごし豆腐・キャベツ
13 (月)	7倍粥・鶏肉のうま煮・玉ねぎスープ	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・じゃがいも
14 (火)	7倍粥・カレイとブロッコリーの煮物・チンゲン菜スープ	・米・まがれい・ブロッコリー・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・チンゲンサイ・たまねぎ
15 (水)	煮込みうどん・かぼちゃスープ	・ゆでうどん・鶏ひき肉・はくさい・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・くりかぼちゃ
16 (木)	7倍粥・鶏肉と野菜の煮物・豆乳スープ	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・ゆでブロッコリー・豆乳・水
17 (金)	7倍粥・鮭とキャベツの煮物・ブロッコリーのすまし汁	・米・さけ・キャベツ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・ゆでブロッコリー
18 (土)	鶏雑炊・大根のすまし汁	・米・鶏ひき肉・にんじん・じゃがいも・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・だいこん・ほうれんそう
20 (月)	7倍粥・鶏肉とブロッコリーの煮物・豆乳スープ	・米・鶏ひき肉・ブロッコリー・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・ほうれんそう・たまねぎ・にんじん・水・豆乳
21 (火)	7倍粥・サケと野菜の煮物・かぼちゃのすまし汁	・米・さけ・にんじん・きゅうり・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・くりかぼちゃ・たまねぎ
22 (水)	7倍粥・肉じゃが・キャベツのすまし汁	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・じゃがいも・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・キャベツ・にんじん
23 (木)	7倍粥・鶏肉と小松菜の煮物・人参スープ	・米・鶏ひき肉・こまつな・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・たまねぎ
24 (金)	7倍粥・鶏肉とキャベツの煮物・野菜スープ	・米・鶏ひき肉・キャベツ・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・にんじん
25 (土)	7倍粥・しらすとブロッコリーの煮物・ほうれん草スープ	・米・生しらす・ゆでブロッコリー・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・ほうれんそう・たまねぎ
27 (月)	7倍粥・たいとじゃが芋の煮物・大根のすまし汁	・米・たい・じゃがいも・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・だいこん・ほうれんそう
28 (火)	7倍粥・鶏肉とかぼちゃの煮物・玉ねぎスープ	・米・鶏ひき肉・くりかぼちゃ・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・にんじん
30 (木)	7倍粥・鮭ときゅうりの煮物・豆腐のすまし汁	・米・さけ・きゅうり・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・絹ごし豆腐・こまつな