

離乳食こんだてカレンダー

令和8(2026)年6月

	離乳中期(生後7~8か月頃)		離乳後期(生後9~11か月頃)		離乳完了期[A](生後12~18か月頃)	
	献立	主な食材	献立	主な食材	献立	主な食材
1	クリームシチュー / きゅうりのうま煮 / りんご煮	じゃがいも、にんじん、たまねぎ、牛乳、脱脂粉乳 / きゅうり、ちりめんじゃこ、わかめ / りんご	クリームシチュー / きゅうりのうま煮 / りんご煮	鶏ひき肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、牛乳、脱脂粉乳 / きゅうり、ちりめんじゃこ、わかめ / りんご	カレーシチュー / きゅうりの酢の物 / りんご煮	鶏ひき肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ / きゅうり、ちりめんじゃこ、わかめ / りんご
(月)	かれの煮付け / じゃがいものみたらし / 野菜スープ	かれい / じゃがいも / にんじん、たまねぎ、きゅうり	かれの煮付け / じゃがいものみたらし / 野菜スープ	かれい / じゃがいも / にんじん、たまねぎ、きゅうり	牛乳 / じゃがいものみたらし	牛乳 / じゃがいも
2	かれの煮付け / ラタトゥイユ / ささ身とキャベツのスープ	かれい / たまねぎ、なす、ズッキーニ、パプリカ、トマト / 鶏ささ身、キャベツ、たまねぎ、にんじん、葉ねぎ	かれの煮付け / ラタトゥイユ / ささ身とキャベツのスープ	かれい / たまねぎ、なす、ズッキーニ、パプリカ、トマト / 鶏ささ身、キャベツ、たまねぎ、にんじん、葉ねぎ	かれの揚げ焼き / ラタトゥイユ / ささ身とキャベツのスープ	かれい / たまねぎ、なす、ズッキーニ、パプリカ、トマト、にんにく / 鶏ささ身、キャベツ、たまねぎ、にんじん、葉ねぎ
(火)	おじや / 切り干しだいこんのうま煮 / トマトスープ	米、キャベツ、葉ねぎ / 切り干しだいこん、にんじん、たまねぎ / トマト、たまねぎ、ズッキーニ	お好み焼き / 切り干しだいこんのうま煮 / トマトスープ	豚ひき肉、キャベツ、長いも、葉ねぎ、小麦粉、卵、天かす、ソース、青のり、花かつお / 切り干しだいこん、にんじん、たまねぎ / トマト、たまねぎ、ズッキーニ	牛乳 / お好み焼き	牛乳 / 豚ひき肉、キャベツ、長いも、葉ねぎ、小麦粉、卵、天かす、ソース、青のり、花かつお
3	豆腐と野菜のうま煮 / みそ汁 / オレンジ	豆腐、にんじん、たまねぎ、キャベツ、葉ねぎ / かぼちゃ、たまねぎ、わかめ / オレンジ	炒り豆腐 / みそ汁 / オレンジ	豚ひき肉、豆腐、にんじん、たまねぎ、キャベツ、葉ねぎ、卵 / かぼちゃ、たまねぎ、わかめ / オレンジ	炒り豆腐 / みそ汁 / オレンジ	豚ひき肉、豆腐、にんじん、たまねぎ、キャベツ、葉ねぎ、卵 / かぼちゃ、たまねぎ、わかめ / オレンジ
(水)	ひじきと野菜のうま煮 / かぼちゃのきな粉和え / すまし汁	ひじき、にんじん、たまねぎ、キャベツ / かぼちゃ、きな粉 / 豆腐、にんじん、葉ねぎ	ひじきと野菜のうま煮 / かぼちゃのきな粉和え / すまし汁	ひじき、にんじん、たまねぎ、キャベツ / かぼちゃ、きな粉 / 豆腐、にんじん、葉ねぎ	牛乳 / かぼちゃのきな粉和え	牛乳 / かぼちゃ、きな粉
4	じゃがいもと野菜のトマト煮 / 麩と野菜のうま煮 / パナナ	じゃがいも、にんじん、たまねぎ、トマト缶 / 麩、ピーマン、にんじん / パナナ	ボークビーンズ / コーンのうま煮 / パナナ	大豆、豚ひき肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、トマト缶 / ホールコーン、ピーマン、にんじん / パナナ	ボークビーンズ / コーンソテー / パナナ	大豆、豚ひき肉、ベーコン、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、トマト缶 / ホールコーン、ベーコン、ピーマン / パナナ
(木)	ラーメン / じゃがいものうま煮 / にんじんのうま煮	中華そば、にんじん、もやし、キャベツ、葉ねぎ / じゃがいも、ピーマン / にんじん	ラーメン / じゃがいものうま煮 / にんじんスティック	中華そば、豚ひき肉、にんじん、もやし、キャベツ、葉ねぎ / じゃがいも、ピーマン / にんじん	牛乳 / ラーメン	牛乳 / 中華そば、豚ひき肉、にんじん、もやし、キャベツ、葉ねぎ
5	かれのくす煮 / 野菜のうま煮 / もやしとわかめのスープ	かれい / にんじん、キャベツ、きゅうり、たまねぎ / 豆腐、もやし、にんじん、わかめ	あじのムニエル / 野菜のうま煮 / もやしとわかめのスープ	あじ / にんじん、キャベツ、きゅうり、たまねぎ / 豆腐、もやし、にんじん、わかめ	あじのムニエル / 野菜サラダ / もやしとわかめのスープ	あじ / にんじん、キャベツ、きゅうり、たまねぎ / 豆腐、もやし、にんじん、わかめ
(金)	豆腐と野菜のうま煮 / にんじんのうま煮 / みそ汁	豆腐、にんじん、たまねぎ、きゅうり / にんじん / 麩、キャベツ、にんじん	豆腐と野菜のうま煮 / にんじんのグラッセ / みそ汁	豆腐、にんじん、たまねぎ、きゅうり / にんじん / 麩、キャベツ、にんじん	牛乳 / キウイ寒天	牛乳 / 寒天、キウイフルーツ、砂糖
6	じゃがいもと野菜のうま煮 / みそ汁 / オレンジ	じゃがいも、にんじん、たまねぎ、キャベツ、いんげんまめ / だいこん、にんじん、わかめ / オレンジ	じゃがいものそぼろ煮 / みそ汁 / オレンジ	鶏ひき肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、キャベツ、いんげんまめ / だいこん、にんじん、わかめ / オレンジ	じゃがいものそぼろ煮 / みそ汁 / オレンジ	鶏ひき肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、キャベツ、いんげんまめ / だいこん、にんじん、わかめ / オレンジ
(土)	だいこんと野菜のうま煮 / にんじんオレンジ煮 / 野菜スープ	だいこん、にんじん、キャベツ / にんじん、オレンジ / 麩、にんじん、たまねぎ、いんげんまめ	だいこんと野菜のうま煮 / にんじんオレンジ煮 / 野菜スープ	だいこん、鶏ひき肉、にんじん、キャベツ / にんじん、オレンジ / ツナ缶、にんじん、たまねぎ、いんげんまめ	牛乳 / おにぎり	牛乳 / 米、ツナ缶
8	おじや / じゃがいもと野菜のうま煮 / みそ汁	米、わかめ、にんじん / じゃがいも、にんじん、たまねぎ / 麩、にんじん、葉ねぎ	おじや / 肉じゃが / みそ汁	米、わかめ、ツナ缶 / 豚ひき肉、にんじん、たまねぎ、じゃがいも / にんじん、油揚げ、葉ねぎ	わかめごはん / 肉じゃが / みそ汁	米、わかめ、ツナ缶 / 豚ひき肉、にんじん、たまねぎ、じゃがいも、糸こんにゃく / にんじん、えのきたけ、油揚げ、葉ねぎ
(月)	高野含め煮 / りんごヨーグルト / すまし汁	高野豆腐、にんじん、たまねぎ / ヨーグルト、りんご / にんじん、たまねぎ、葉ねぎ	高野含め煮 / りんごヨーグルト / すまし汁	高野豆腐、にんじん、たまねぎ / ヨーグルト、りんご / にんじん、たまねぎ、葉ねぎ	牛乳 / ヨーグルトゼリー	牛乳 / ヨーグルト、牛乳、砂糖、ゼラチン、りんご
9	かれの煮付け / にんじんのうま煮 / 具だくさん中華スープ / パナナ	かれい / にんじん / 鶏ささ身、豆腐、トマト、にら / パナナ	さわらの煮付け / にんじんスティック / 具だくさん中華スープ / パナナ	さわら / にんじん / 鶏ささ身、卵、豆腐、トマト、にら / パナナ	さわらの煮付け / にんじんスティック / 具だくさん中華スープ / パナナ	さわら、しょうが / にんじん / 鶏ささ身、卵、豆腐、トマト、にら / パナナ
(火)	おじや / 豆腐と野菜のうま煮 / みそ汁	米、にんじん、たまねぎ / 豆腐、にんじん、たまねぎ / 麩、にんじん、にら	おじや / 豆腐と野菜のうま煮 / みそ汁	米、にんじん、たまねぎ / 豆腐、にんじん、たまねぎ、オクラ / 麩、にんじん、にら	牛乳 / 中華ちまき	牛乳 / もち米、米、ハム、たけのこ(ゆで)、干しいたけ、にんじん、しょうが
10	なすのみそ煮 / 野菜スープ	なす、にんじん、たまねぎ、葉ねぎ / にんじん、キャベツ、わかめ	マーボーなす / 中華スープ	豚ひき肉、なす、にんじん、たまねぎ、葉ねぎ / はるさめ、にんじん、キャベツ、わかめ	マーボーなす / 中華スープ	豚ひき肉、しょうが、なす、にんじん、たまねぎ、葉ねぎ / はるさめ、にんじん、キャベツ、わかめ、ハム
(水)	かれの野菜あんかけ / じゃがいものきな粉和え / にんじんのうま煮	かれい、にんじん、たまねぎ、キャベツ、葉ねぎ / じゃがいも、きな粉 / にんじん	かれの野菜あんかけ / じゃがいものきな粉和え / にんじんのグラッセ	かれい、にんじん、たまねぎ、キャベツ、葉ねぎ / じゃがいも、きな粉 / にんじん	牛乳 / とうもろこし	牛乳 / とうもろこし
11	かれの煮付け / じゃがいものうま煮 / すまし汁	かれい / じゃがいも、たまねぎ、パセリ / 麩、にんじん、こまつな	かれのケチャップ煮 / ジャーマンポテト / すまし汁	かれい / じゃがいも、たまねぎ、パセリ / 麩、にんじん、こまつな	かれのケチャップ煮 / ジャーマンポテト / すまし汁	かれい / じゃがいも、ベーコン、たまねぎ、パセリ / 麩、にんじん、こまつな
(木)	おじや / 切り干しだいこんのうま煮 / 豆乳スープ	米、にんじん、たまねぎ / 切り干しだいこん、にんじん、たまねぎ / にんじん、こまつな、豆乳	ホットケーキ / 切り干しだいこんのうま煮 / 豆乳スープ	小麦粉、ベーキングパウダー、卵、砂糖、バター、脱脂粉乳 / 切り干しだいこん、にんじん、たまねぎ / にんじん、こまつな、豆乳	牛乳 / ホットケーキ	牛乳 / 小麦粉、ベーキングパウダー、卵、砂糖、バター、脱脂粉乳
12	かれの甘辛煮 / にんじんのうま煮 / 五目千切りスープ	かれい / にんじん / にんじん、きゅうり、キャベツ	かれの甘辛煮 / にんじんスティック / 五目千切りスープ	かれい / にんじん / 豚ひき肉、にんじん、きゅうり、キャベツ	さばの揚げ焼き / にんじんスティック / 五目千切りスープ	さば、しょうが / にんじん / 豚ひき肉、にんじん、きゅうり、キャベツ、干しいたけ
(金)	じゃがいものおやき / 麩と野菜のうま煮 / みそ汁	じゃがいも、たまねぎ / 麩、にんじん、たまねぎ、プロックリー / にんじん、キャベツ、わかめ	じゃがいものおやき / 麩と野菜のうま煮 / みそ汁	じゃがいも、たまねぎ、豚ひき肉 / 麩、にんじん、たまねぎ、プロックリー / にんじん、キャベツ、わかめ	牛乳 / じゃがいものおやき	牛乳 / じゃがいも、たまねぎ、豚ひき肉
13	豆腐と野菜の含め煮 / 中華スープ / オレンジ	豆腐、キャベツ、にんじん、たまねぎ、葉ねぎ / もやし、わかめ、葉ねぎ / オレンジ	豚ひき肉と豆腐の含め煮 / 中華スープ / オレンジ	豚ひき肉、豆腐、キャベツ、にんじん、たまねぎ、葉ねぎ / 鶏ひき肉、もやし、わかめ、葉ねぎ / オレンジ	豚ひき肉と豆腐の含め煮 / 中華スープ / オレンジ	豚ひき肉、豆腐、キャベツ、にんじん、たまねぎ、葉ねぎ / 鶏ひき肉、もやし、わかめ、葉ねぎ / オレンジ
(土)	じゃがいもと野菜のうま煮 / にんじんオレンジ煮 / すまし汁	じゃがいも、にんじん、たまねぎ、キャベツ / にんじん、オレンジ / 豆腐、にんじん、葉ねぎ	じゃがいもと野菜のうま煮 / にんじんオレンジ煮 / すまし汁	じゃがいも、にんじん、たまねぎ、キャベツ / にんじん、オレンジ / 豆腐、にんじん、葉ねぎ	牛乳 / おにぎり	牛乳 / 米、ホールコーン
15	麩と野菜のうま煮 / すまし汁 / オレンジ	麩、にんじん、ピーマン、たまねぎ / 豆腐、にんじん、わかめ / オレンジ	チャブチェ / すまし汁 / オレンジ	はるさめ、牛ひき肉、にんじん、ピーマン、たまねぎ / 豆腐、にんじん、わかめ / オレンジ	チャブチェ / すまし汁 / キウイフルーツ	はるさめ、牛ひき肉、にんじん、ピーマン、たまねぎ、干しいたけ、にんにく、こま / 豆腐、にんじん、えのきたけ、わかめ / キウイフルーツ(黄)
(月)	おじや / 豆腐の磯煮 / 野菜スープ	米、にんじん、たまねぎ / 豆腐、青のり / にんじん、たまねぎ、ピーマン	にんじんホットケーキ / 豆腐の磯煮 / 野菜スープ	にんじん、小麦粉、ベーキングパウダー、卵、砂糖、バター、脱脂粉乳 / 豆腐、青のり / にんじん、たまねぎ、ピーマン、牛ひき肉	牛乳 / にんじんホットケーキ	牛乳 / にんじん、小麦粉、ベーキングパウダー、卵、砂糖、バター、脱脂粉乳

●16日(火)以降は裏面をご覧ください。



☆上段は1回目の食事、下段は2回目の食事になります。給食には主食(米)が付きまます。離乳の進行の状況や一人ひとりの子どもの様子に合わせてミルクの量や、おかゆなどを調整していきます。

☆献立カレンダーに記載している材料は主な食材です。調味料は別途使用しています。

☆天候等による食材の入荷事情や、保育所・認定こども園行事の都合により、急ぎで献立を変更することがありますので、あらかじめご了承ください。

	離乳中期(生後7~8か月頃)		離乳後期(生後9~11か月頃)		離乳完了期[A](生後12~18か月頃)	
	献立	主な食材	献立	主な食材	献立	主な食材
16	かれないのみそ煮 / にんじんのうま煮 / ささ身と野菜のうま煮 / りんご煮	かれない / にんじん / 鶏ささ身、きゅうり、にんじん / りんご	かれないのみそ煮 / にんじんスティック / ささ身と野菜のうま煮 / りんご煮	かれない / にんじん / 鶏ささ身、きゅうり、にんじん / りんご	さばのみそ煮 / にんじんスティック / 鶏肉のごま酢和え / りんご煮	さば、しょうが / にんじん / 鶏ささ身、きゅうり、にんじん、ごま / りんご
(火)	豆腐のおやき / ひじきと野菜のうま煮 / みそ汁	豆腐、にんじん、たまねぎ / ひじき、にんじん、たまねぎ、きゅうり / 麩、にんじん、たまねぎ	豆腐のおやき / ひじきと野菜のうま煮 / みそ汁	豆腐、ツナ缶、ホールコーン / ひじき、にんじん、たまねぎ、きゅうり / 麩、にんじん、たまねぎ	牛乳 / 豆腐のおやき	牛乳 / 豆腐、ツナ缶、ホールコーン
17	おじゃ / 切り干しだいこんのうま煮 / みそ汁	米、にんじん、さやえんどう / 切り干しだいこん、にんじん、いんげんまめ / じゃがいも、にんじん、わかめ	おじゃ / 切り干しだいこんのうま煮 / みそ汁	米、牛ひき肉、油揚げ、にんじん、さやえんどう / 切り干しだいこん、鶏ひき肉、にんじん、いんげんまめ / じゃがいも、にんじん、わかめ	牛飯 / 切り干しだいこんのうま煮 / みそ汁	米、牛ひき肉、糸こんにゃく、油揚げ、ごぼう、にんじん、さやえんどう / 切り干しだいこん、鶏ひき肉、ちくわ、にんじん、いんげんまめ / じゃがいも、にんじん、わかめ
(水)	かれないの煮付け / じゃがいものきな粉和え / すまし汁	かれない / じゃがいも、きな粉 / にんじん、たまねぎ、さやえんどう	かれないの煮付け / じゃがいものきな粉和え / すまし汁	かれない / じゃがいも、きな粉 / にんじん、たまねぎ、さやえんどう	牛乳 / じゃがいものきな粉和え	牛乳 / じゃがいも、きな粉
18	じゃがいもと野菜のうま煮 / すまし汁	じゃがいも、にんじん、たまねぎ、いんげんまめ / 豆腐、にんじん、葉ねぎ	変わり信田煮 / かきたま汁	鶏ひき肉、油揚げ、にんじん、いんげんまめ / 卵、豆腐、にんじん、葉ねぎ	変わり信田煮 / かきたま汁	鶏ひき肉、油揚げ、にんじん、ごぼう、いんげんまめ、糸こんにゃく / 卵、豆腐、にんじん、葉ねぎ
(木)	野菜うどん / 豆腐と野菜のうま煮 / にんじんのうま煮	うどん、たまねぎ、葉ねぎ / 豆腐、にんじん、いんげんまめ / にんじん	みそ煮込みうどん / 豆腐と野菜のうま煮 / にんじんのグラッセ	うどん、鶏ひき肉、油揚げ、葉ねぎ / 豆腐、にんじん、いんげんまめ / にんじん	牛乳 / みそ煮込みうどん	牛乳 / うどん、鶏ひき肉、かまぼこ、油揚げ、葉ねぎ
19	麩と野菜の甘辛煮 / みそ汁	麩、たまねぎ、にんじん、ピーマン、パプリカ / キャベツ、にんじん、葉ねぎ	鶏ひき肉の甘辛炒め / みそ汁	鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、パプリカ / キャベツ、にんじん、葉ねぎ	鶏ひき肉の甘辛炒め / みそ汁	鶏ひき肉、しょうが、たまねぎ、たけのこ(ゆで)、にんじん、干しいたけ、ピーマン、パプリカ / キャベツ、にんじん、しめじ、葉ねぎ
(金)	じゃがいもと野菜のうま煮 / すまし汁 / パナナ	じゃがいも、たまねぎ、ピーマン、パプリカ / 麩、にんじん、葉ねぎ / パナナ	じゃがいものそぼろ煮 / すまし汁 / パナナ	じゃがいも、鶏ひき肉、たまねぎ、ピーマン、パプリカ / 麩、にんじん、葉ねぎ / パナナ	牛乳 / フルーツポンチ	牛乳 / パナナ、キウイフルーツ、みかん缶、寒天、ぶどう果汁
20	豆腐と野菜のうま煮 / すまし汁 / りんご煮	豆腐、にんじん、はくさい、たまねぎ、白ねぎ、麩 / にんじん、たまねぎ、わかめ、葉ねぎ / りんご	鶏ひき肉のすき焼き / すまし汁 / りんご煮	鶏ひき肉、にんじん、はくさい、たまねぎ、白ねぎ、豆腐、麩 / にんじん、たまねぎ、わかめ、葉ねぎ / りんご	鶏ひき肉のすき焼き / すまし汁 / キウイフルーツ	鶏ひき肉、にんじん、はくさい、たまねぎ、白ねぎ、豆腐、麩、糸こんにゃく / にんじん、たまねぎ、わかめ、葉ねぎ / キウイフルーツ(黄)
(土)	ひじきと野菜のうま煮 / にんじんのうま煮 / みそ汁	ひじき、にんじん、たまねぎ、はくさい / にんじん / 豆腐、にんじん、葉ねぎ	ひじきと野菜のうま煮 / にんじんのグラッセ / みそ汁	ひじき、にんじん、たまねぎ、はくさい / にんじん / 豆腐、にんじん、葉ねぎ	牛乳 / おにぎり	牛乳 / 米、わかめ
22	麩と野菜のうま煮 / 冬瓜スープ / パナナ	麩、ピーマン、にんじん、たまねぎ / 冬瓜、にんじん、葉ねぎ / パナナ	チンジャオロース / 冬瓜スープ / パナナ	牛ひき肉、ピーマン、にんじん、たまねぎ / 鶏ひき肉、冬瓜、にんじん、葉ねぎ / パナナ	チンジャオロース / 冬瓜スープ / パナナ	牛ひき肉、ピーマン、にんじん、たまねぎ、たけのこ(ゆで)、干しいたけ / 鶏ひき肉、冬瓜、えのきたけ、にんじん、葉ねぎ / パナナ
(月)	じゃがいものおやき / 冬瓜のうま煮 / 野菜スープ	じゃがいも、たまねぎ / 冬瓜、にんじん / にんじん、たまねぎ、ピーマン	じゃがいものおやき / 冬瓜のそぼろ煮 / 野菜スープ	じゃがいも、たまねぎ / 冬瓜、鶏ひき肉、にんじん / にんじん、たまねぎ、ピーマン	牛乳 / じゃがいものおやき	牛乳 / じゃがいも、たまねぎ
23	かれないの煮付け / 切り干しだいこんのうま煮 / すまし汁	かれない / 切り干しだいこん、たまねぎ、にんじん / 麩、にんじん、チンゲンサイ	オムレツ / 切り干しだいこんの炒め煮 / すまし汁	卵、牛ひき肉、豚ひき肉、にんじん、たまねぎ / 切り干しだいこん、たまねぎ、にんじん / 麩、にんじん、チンゲンサイ	オムレツ / 切り干しだいこん / すまし汁	卵、牛ひき肉、豚ひき肉、にんじん、たまねぎ / 切り干しだいこん、ベーコン、たまねぎ / 麩、にんじん、チンゲンサイ
(火)	おじゃ / 麩と野菜のうま煮 / みそ汁	米、にんじん、葉ねぎ / 麩、にんじん、たまねぎ、チンゲンサイ / じゃがいも、たまねぎ、葉ねぎ	お米のおやき / 麩と野菜のうま煮 / みそ汁	米、葉ねぎ、花かつお、長いも / 麩、にんじん、たまねぎ、チンゲンサイ / じゃがいも、たまねぎ、葉ねぎ	牛乳 / お米のおやき	牛乳 / 米、葉ねぎ、花かつお、ごま、長いも
24	豆腐とひじきのうま煮 / にんじんのうま煮 / みそ汁	豆腐、にんじん、たまねぎ、ひじき / にんじん / さつまいも、たまねぎ、葉ねぎ	煮込みハンバーグ / にんじんスティック / みそ汁	鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、豆腐、ひじき、卵 / にんじん / さつまいも、たまねぎ、葉ねぎ	煮込みハンバーグ / にんじんスティック / みそ汁	鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、豆腐、ひじき、卵 / にんじん / さつまいも、たまねぎ、葉ねぎ
(水)	さつまいもと野菜のうま煮 / にんじんオレンジ煮 / すまし汁	さつまいも、にんじん、たまねぎ、ブロッコリー / にんじん、オレンジ果汁 / 豆腐、にんじん、わかめ	さつまいもと野菜のうま煮 / にんじんオレンジ煮 / すまし汁	さつまいも、にんじん、たまねぎ、ブロッコリー / にんじん、オレンジ果汁 / 豆腐、にんじん、わかめ	牛乳 / キャロットオレンジゼリー	牛乳 / にんじん、寒天、オレンジ果汁
25	おじゃ / わかめスープ / オレンジ	米、こまつな、にんじん、たまねぎ、もやし / わかめ、にんじん、豆腐、葉ねぎ / オレンジ	おじゃ / わかめスープ / オレンジ	米、豚ひき肉、こまつな、にんじん、たまねぎ、もやし / わかめ、にんじん、豆腐、葉ねぎ / オレンジ	ルーロー版 / わかめスープ / キウイフルーツ	米、豚ひき肉、しょうが、こまつな、にんじん、たまねぎ、もやし / わかめ、にんじん、しめじ、豆腐、葉ねぎ / キウイフルーツ(黄)
(木)	野菜うどん / 豆腐の磯煮 / にんじんのうま煮	うどん、にら、にんじん、たまねぎ / 豆腐、青のり / にんじん	うどんぎょうざ / 豆腐の磯煮 / にんじんスティック	うどん、鶏ひき肉、豚ひき肉、にら / 豆腐、青のり / にんじん	牛乳 / うどんぎょうざ	牛乳 / うどん、鶏ひき肉、豚ひき肉、にら、生しいたけ、にんにく、しょうが
26	かれないのくす煮 / 麩と野菜のうま煮 / じゃがいものポターージュ	かれない / 麩、きゅうり、にんじん / じゃがいも、たまねぎ、牛乳、パセリ	あじのムニエル / 大豆と野菜のうま煮 / じゃがいものポターージュ	あじ / 大豆、きゅうり、にんじん、ツナ缶 / じゃがいも、たまねぎ、牛乳、パセリ	あじのカレームニエル / 大豆サラダ / じゃがいものポターージュ	あじ / 大豆、きゅうり、にんじん、ツナ缶 / じゃがいも、たまねぎ、牛乳、パセリ
(金)	おじゃ / じゃがいもと野菜のうま煮 / 野菜スープ	米、にんじん、たまねぎ / じゃがいも、にんじん、たまねぎ / 麩、たまねぎ、きゅうり	ホットケーキ / じゃがいもと野菜のうま煮 / 野菜スープ	小麦粉、ベーキングパウダー、卵、砂糖、バター、脱脂粉乳 / じゃがいも、にんじん、たまねぎ / ツナ缶、たまねぎ、きゅうり	牛乳 / ホットケーキ	牛乳 / 小麦粉、ベーキングパウダー、卵、砂糖、バター、脱脂粉乳
27	麩と野菜のトマト煮 / 野菜スープ / オレンジ	麩、たまねぎ、にんじん、ピーマン、トマト缶 / たまねぎ、にんじん、じゃがいも / オレンジ	麩と野菜のトマト炒め煮 / 野菜スープ / オレンジ	麩、たまねぎ、にんじん、ピーマン、トマト缶 / たまねぎ、にんじん、じゃがいも / オレンジ	麩と野菜のトマト炒め / ベーコンと野菜のスープ / オレンジ	麩、たまねぎ、にんじん、ピーマン、トマト缶 / ベーコン、たまねぎ、にんじん、じゃがいも / オレンジ
(土)	高野含め煮 / ポテトチーズボール / トマトスープ	高野豆腐、にんじん、たまねぎ / じゃがいも、たまねぎ、チーズ / トマト缶、たまねぎ、ピーマン	高野含め煮 / ポテトチーズボール / トマトスープ	高野豆腐、にんじん、たまねぎ / じゃがいも、たまねぎ、チーズ / トマト缶、たまねぎ、ピーマン	牛乳 / おにぎり	牛乳 / 米、花かつお
29	ビーフン煮 / みそ汁 / りんご煮	ビーフン、にんじん、キャベツ、たまねぎ、葉ねぎ / 豆腐、たまねぎ、にんじん、わかめ / りんご	炒めビーフン煮 / みそ汁 / りんご煮	ビーフン、豚ひき肉、にんじん、キャベツ、たまねぎ、葉ねぎ / 豆腐、たまねぎ、にんじん、わかめ / りんご	炒めビーフン / みそ汁 / りんご煮	ビーフン、豚ひき肉、ちくわ、にんじん、キャベツ、たまねぎ、葉ねぎ / 豆腐、たまねぎ、にんじん、わかめ / りんご
(月)	かれないの煮付け / じゃがいものうま煮 / すまし汁	かれない / じゃがいも、にんじん / にんじん、キャベツ、葉ねぎ	かれないの煮付け / じゃがいものいとこ煮 / すまし汁	かれない / じゃがいも、あずき / にんじん、キャベツ、葉ねぎ	牛乳 / ようかん	牛乳 / 寒天、あずき、砂糖
30	高野含め煮 / じゃがいものみそ煮 / オレンジ	高野豆腐、にんじん、たまねぎ、ほうれんそう / じゃがいも、ピーマン / オレンジ	高野含め煮卵とじ / じゃがいもの甘辛みそ煮 / オレンジ	鶏ひき肉、にんじん、たまねぎ、高野豆腐、ほうれんそう、卵 / じゃがいも、鶏ひき肉、ピーマン / オレンジ	高野含め煮卵とじ / じゃがいもの甘辛みそ炒め / キウイフルーツ	鶏ひき肉、にんじん、たまねぎ、高野豆腐、ほうれんそう、卵 / じゃがいも、鶏ひき肉、ピーマン / キウイフルーツ(黄)
(火)	おじゃ / 麩と野菜のうま煮 / すまし汁	米、にんじん、たまねぎ / 麩、にんじん、たまねぎ、ピーマン / にんじん、たまねぎ、ほうれんそう	ホットケーキ / 野菜のそぼろ煮 / すまし汁	小麦粉、ベーキングパウダー、卵、砂糖、バター、脱脂粉乳 / にんじん、たまねぎ、ピーマン、鶏ひき肉 / にんじん、たまねぎ、ほうれんそう	牛乳 / ホットケーキ	牛乳 / 小麦粉、ベーキングパウダー、卵、砂糖、バター、脱脂粉乳