

離乳食こんだてカレンダー

令和8(2026)年9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 (火)	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	高野含め煮卵とし / 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	高野含め煮卵とし / 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)
	おじや / 麩と野菜のうま煮 / みそ汁	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、ほうれんそう	かぼちゃホットケーキ / 野菜のそぼろ煮 / みそ汁	かぼちゃ、小麦粉、ベーキングパウダー、卵、砂糖、バター、 脱脂粉乳 / 鶏ひき肉、にんじん、たまねぎ、ピーマン / にんじん、ほうれんそう	牛乳 / かぼちゃホットケーキ	牛乳 / かぼちゃ、小麦粉、ベーキングパウダー、卵、砂糖、 バター、脱脂粉乳
2 (水)	麩と野菜のうま煮 / すまし汁	麩、にんじん、たまねぎ、いんげんまめ / 豆腐、にんじん、葉ねぎ	豚ひき肉と野菜のうま煮 / すまし汁	豚ひき肉、にんじん、たまねぎ、いんげんまめ / 豆腐、にんじん、葉ねぎ	きんぴらごぼろ / すまし汁	豚ひき肉、さつま揚げ、にんじん、ごぼろ、糸こんにゃく、 いんげんまめ、こま / 豆腐、にんじん、えのきだけ、葉ねぎ
	かれいの煮付け / 切り干しだいこんのうま煮 / にんじんのうま煮	かれい / 切り干しだいこん、にんじん、たまねぎ / にんじん	かれいの煮付け / 切り干しだいこんのうま煮 / にんじんスティック	かれい / 切り干しだいこん、にんじん、たまねぎ / にんじん	牛乳 / 二色寒天	牛乳 / 寒天、ぶどう濃縮果汁、りんご濃縮果汁
3 (木)	ひじきと野菜のうま煮 / みそ汁 / オレンジ	ひじき、にんじん、いんげんまめ、麩 / かぼちゃ、たまねぎ、葉ねぎ、わかめ / オレンジ	ひじきと大豆の煮付け / みそ汁 / オレンジ	ひじき、大豆、鶏ひき肉、にんじん、いんげんまめ / かぼちゃ、たまねぎ、葉ねぎ、わかめ / オレンジ	ひじきと大豆の煮付け / みそ汁 / いちじく	ひじき、大豆、鶏ひき肉、にんじん、いんげんまめ / かぼちゃ、たまねぎ、葉ねぎ、わかめ / いちじく
	高野含め煮 / かぼちゃのきな粉和え / オニオンスープ	高野豆腐、にんじん、たまねぎ / かぼちゃ、きな粉 / たまねぎ、葉ねぎ、にんじん	高野含め煮 / かぼちゃのきな粉和え / オニオンスープ	高野豆腐、にんじん、たまねぎ / かぼちゃ、きな粉 / たまねぎ、葉ねぎ、にんじん	牛乳 / かぼちゃのきな粉和え	牛乳 / かぼちゃ、きな粉
4 (金)	かれいの甘辛煮 / さつまいもと野菜のうま煮 / すまし汁	かれい / さつまいも、にんじん、たまねぎ、ブロッコリー / キャベツ、わかめ	かれいの照り焼き / さつまいもと野菜のうま煮 / すまし汁	かれい / さつまいも、にんじん、たまねぎ、ブロッコリー / キャベツ、わかめ	かれいの照り焼き / マセドアンサラダ / すまし汁	かれい / さつまいも、にんじん、たまねぎ、ブロッコリー、 ヨーグルト、マヨドレ / キャベツ、えのきだけ、わかめ
	おじや / にんじんと野菜のうま煮 / 豆乳スープ	米、にんじん、たまねぎ / にんじん、たまねぎ、キャベツ / にんじん、ブロッコリー、豆乳	ホットケーキ / にんじんと野菜のうま煮 / 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 / にんじん、たまねぎ、キャベツ / にんじん、ブロッコリー、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
5 (土)	じゃがいものうま煮 / みそ汁 / オレンジ	じゃがいも、にんじん、ピーマン、たまねぎ / にんじん、わかめ / オレンジ	豚ひき肉とじゃがいものソテー / みそ汁 / オレンジ	豚ひき肉、じゃがいも、にんじん、ピーマン、たまねぎ / にんじん、油揚げ、わかめ / オレンジ	豚ひき肉とじゃがいものソテー / みそ汁 / オレンジ	豚ひき肉、じゃがいも、にんじん、ピーマン、たまねぎ / にんじん、えのきだけ、油揚げ、わかめ / オレンジ
	高野含め煮 / 野菜のうま煮 / じゃがいもの磯煮	高野豆腐、たまねぎ、にんじん / にんじん、たまねぎ、 ピーマン / じゃがいも、青のり	高野含め煮 / 野菜のうま煮 / じゃがいもの磯煮	高野豆腐、たまねぎ、にんじん / にんじん、たまねぎ、 ピーマン / じゃがいも、青のり	牛乳 / おにぎり	牛乳 / 米、ホールコーン
7 (月)	ミルクシチュー / 野菜のうま煮 / なし煮	じゃがいも、にんじん、たまねぎ、牛乳 / キャベツ、にんじん、ピーマン / なし	クリームシチュー / ツナと野菜のうま煮 / なし煮	豚ひき肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、牛乳 / キャベツ、にんじん、ピーマン、ツナ缶 / なし	カレーシチュー / フレンチサラダ / なし煮	豚ひき肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ / キャベツ、にんじん、ピーマン、ツナ缶 / なし
	かれいの煮付け / じゃがいものうま煮 / すまし汁	かれい / じゃがいも、にんじん / にんじん、たまねぎ、キャベツ	かれいの煮付け / じゃがいものいとこ煮 / すまし汁	かれい / じゃがいも、あずき / にんじん、たまねぎ、キャベツ	牛乳 / ようかん	牛乳 / 寒天、あずき、砂糖
8 (火)	かれいと野菜のみそ煮 / すまし汁	かれい、キャベツ、たまねぎ、もやし、にんじん、葉ねぎ / 豆腐、にんじん、だいこん、葉ねぎ	さけのちゃんちゃん焼き / けんちん汁	さけ、キャベツ、たまねぎ、もやし、にんじん、葉ねぎ / 鶏ひき肉、豆腐、にんじん、だいこん、葉ねぎ	さけのちゃんちゃん焼き / けんちん汁	さけ、キャベツ、たまねぎ、もやし、にんじん、しめじ、 にんにく、葉ねぎ / 鶏ひき肉、豆腐、ちくわ、にんじん、 だいこん、糸こんにゃく、葉ねぎ
	おじや / だいこんのうま煮 / オニオンスープ	米、にら、にんじん、たまねぎ / だいこん、キャベツ / たまねぎ、にんじん	チヂミ / だいこんのうま煮 / オニオンスープ	小麦粉、豚ひき肉、にら、にんじん、卵 / だいこん、キャベツ / たまねぎ、にんじん	牛乳 / チヂミ	牛乳 / 小麦粉、豚ひき肉、にら、にんじん、卵、こま
9 (水)	じゃがいもと野菜のうま煮 / 鶏レバー / すまし汁	じゃがいも、たまねぎ、にんじん、ほうれんそう / 鶏レバー / にんじん、たまねぎ、わかめ	親子煮 / レバー甘辛煮 / すまし汁	鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、 卵 / 鶏レバー / にんじん、たまねぎ、わかめ	親子煮 / レバー甘辛煮 / すまし汁	鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、 卵 / 鶏レバー、しょうが / にんじん、えのきだけ、わかめ
	麩と野菜のうま煮 / じゃがいものきな粉和え / みそ汁	麩、にんじん、たまねぎ / じゃがいも、きな粉 / にんじん、たまねぎ、ほうれんそう	麩と野菜のうま煮 / じゃがいものきな粉和え / みそ汁	麩、にんじん、たまねぎ / じゃがいも、きな粉 / にんじん、たまねぎ、ほうれんそう	牛乳 / じゃがいものきな粉和え	牛乳 / じゃがいも、きな粉
10 (木)	野菜の中華風煮 / 高野含め煮	にんじん、たまねぎ、チンゲンサイ、はくさい、もやし / 高野豆腐、にんじん、たまねぎ	八宝菜 / 高野含め煮	豚ひき肉、はるさめ、にんじん、たまねぎ、チンゲンサイ、 はくさい、もやし / 高野豆腐、にんじん、たまねぎ	八宝菜 / 高野含め煮	豚ひき肉、はるさめ、にんじん、たまねぎ、チンゲンサイ、 はくさい、もやし、干ししいたけ / 高野豆腐、にんじん、たまねぎ
	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、チンゲンサイ、はくさい / 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、チンゲンサイ、はくさい / 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
11 (金)	かれいのあんかけ / すまし汁 / オレンジ	かれい、たまねぎ、にんじん、葉ねぎ / 麩、にんじん、こまつな / オレンジ	さわらのあんかけ / すまし汁 / オレンジ	さわら、たまねぎ、にんじん、葉ねぎ / 麩、にんじん、こまつな / オレンジ	さわらの南蛮漬け / すまし汁 / キウイフルーツ	さわら、たまねぎ、にんじん、葉ねぎ / 麩、にんじん、こまつな / キウイフルーツ(黄)
	ひじきと野菜のうま煮 / にんじんオレンジ煮 / みそ汁	ひじき、にんじん、たまねぎ / にんじん、オレンジ / たまねぎ、こまつな、葉ねぎ	ひじきと野菜のうま煮 / にんじんオレンジ煮 / みそ汁	ひじき、にんじん、たまねぎ / にんじん、オレンジ / たまねぎ、こまつな、葉ねぎ	牛乳 / クリームパン	牛乳 / ドッグパン、卵、牛乳、コーンスターチ、バター、ワイン
12 (土)	じゃがいものうま煮 / 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 / 豆腐、葉ねぎ、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 / 豆腐、葉ねぎ、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 / 豆腐、しめじ、葉ねぎ、わかめ / オレンジ
	麩と野菜のうま煮 / じゃがいもの磯煮 / 野菜スープ	麩、にんじん、たまねぎ、キャベツ / じゃがいも、青のり / キャベツ、にんじん、葉ねぎ	ツナと野菜のうま煮 / じゃがいもの磯煮 / 野菜スープ	ツナ缶、にんじん、たまねぎ、キャベツ / じゃがいも、青のり / キャベツ、にんじん、葉ねぎ	牛乳 / おにぎり	牛乳 / 米、ツナ缶
14 (月)	ミルクシチュー / 麩と野菜のうま煮 / バナナ	じゃがいも、にんじん、たまねぎ、牛乳 / 麩、ピーマン、にんじん / バナナ	クリームシチュー / コーンのうま煮 / バナナ	鶏ひき肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、牛乳 / ホールコーン、ピーマン、にんじん / バナナ	クリームシチュー / コーンソテー / バナナ	鶏ひき肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、牛乳 / ホールコーン、ベーコン、ピーマン / バナナ
	おじや / 切り干しだいこんのうま煮 / すまし汁	米、にんじん、たまねぎ / 切り干しだいこん、にんじん、ピーマン / にんじん、たまねぎ	ホットケーキ / 切り干しだいこんのうま煮 / 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 / 切り干しだいこん、にんじん、ピーマン / にんじん、たまねぎ	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
15 (火)	かれいの煮付け / にんじんのうま煮 / さつま汁	かれい / にんじん / さつまいも、にんじん、だいこん、葉ねぎ	かれいの煮付け / にんじんスティック / さつま汁	かれい / にんじん / さつまいも、豚ひき肉、にんじん、 だいこん、油揚げ、葉ねぎ	さばの煮付け / にんじんスティック / さつま汁	さば、しょうが / にんじん / さつまいも、豚ひき肉、にんじん、 だいこん、糸こんにゃく、油揚げ、葉ねぎ
	だいこんのうま煮 / じゃがいもの磯煮 / すまし汁	だいこん、にんじん / じゃがいも、青のり / 麩、たまねぎ、さつまいも、葉ねぎ	だいこんのそぼろ煮 / じゃがいもの磯煮 / すまし汁	豚ひき肉、だいこん、にんじん / じゃがいも、青のり / 油揚げ、たまねぎ、さつまいも、葉ねぎ	牛乳 / 焼きおにぎり	牛乳 / 米、花かつお、こま

●16日(水)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)がつかます。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、急きょ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 (水)	豆腐と野菜のみそ煮 / 野菜スープ	豆腐、にんじん、たまねぎ、葉ねぎ / にんじん、キャベツ、わかめ	マーボー豆腐 / 中華スープ	豚ひき肉、にんじん、たまねぎ、豆腐、葉ねぎ / はるさめ、にんじん、キャベツ、わかめ	マーボー豆腐 / 中華スープ	豚ひき肉、しょうが、にんじん、たまねぎ、豆腐、葉ねぎ / はるさめ、にんじん、キャベツ、わかめ、ハム
	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、キャベツ / にんじん / 麩、キャベツ、にんじん	豆腐と野菜のうま煮 / にんじんスティック / みそ汁	豆腐、にんじん、たまねぎ、キャベツ / 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
17 (木)	麩と野菜のうま煮 / そうめん汁 / なし煮	麩、にんじん、じゃがいも、だいこん、さやえんどう / そうめん、にんじん、たまねぎ、葉ねぎ / なし	鶏ひき肉と野菜のうま煮 / そうめん汁 / なし煮	鶏ひき肉、にんじん、じゃがいも、だいこん、さやえんどう / そうめん、油揚げ、にんじん、たまねぎ、葉ねぎ / なし	筑前煮 / そうめん汁 / なし煮	鶏ひき肉、ちくわ、にんじん、ごぼう、れんこん、じゃがいも、だいこん、さやえんどう / そうめん、油揚げ、にんじん、たまねぎ、葉ねぎ / なし
	おじや / 野菜のうま煮 / にんじんのうま煮	米、にんじん、たまねぎ / にんじん、だいこん、たまねぎ / にんじん	ホットケーキ / 野菜のうま煮 / にんじんのグラッセ	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、だいこん、たまねぎ / にんじん	牛乳 / クレープ	牛乳 / 小麦粉、砂糖、卵、牛乳、バター、いちごジャム
18 (金)	かれいの煮付け / ゆばとキャベツの煮浸し / すまし汁	かれい / ゆば、キャベツ、にんじん / 豆腐、にんじん、葉ねぎ	かれいの煮付け / ゆばとキャベツの煮浸し / すまし汁	かれい / ゆば、キャベツ、にんじん / 豆腐、にんじん、葉ねぎ	かれいの揚げ焼き / ゆばサラダ / すまし汁	かれい / ゆば、キャベツ、にんじん、ハム / 豆腐、にんじん、葉ねぎ
	じゃがいものうま煮 / 豆腐の磯煮 / みそ汁	じゃがいも、たまねぎ / 豆腐、青のり / にんじん、キャベツ、わかめ	じゃがいものおやき / 豆腐の磯煮 / みそ汁	じゃがいも、たまねぎ、鶏ひき肉 / 豆腐、青のり / にんじん、キャベツ、わかめ	牛乳 / 麩のラスク	牛乳 / 麩、バター、砂糖
19 (土)	麩と野菜のみそ煮 / 中華スープ / オレンジ	麩、キャベツ、にんじん、たまねぎ、ピーマン、葉ねぎ / もやし、わかめ / オレンジ	豚ひき肉と野菜のみそ炒め / 中華スープ / オレンジ	豚ひき肉、キャベツ、にんじん、たまねぎ、ピーマン、葉ねぎ / 鶏ひき肉、もやし、わかめ / オレンジ	豚ひき肉と野菜のみそ炒め / 中華スープ / オレンジ	豚ひき肉、キャベツ、にんじん、たまねぎ、ピーマン、葉ねぎ、にんにく / 鶏ひき肉、もやし、わかめ / オレンジ
	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 / にんじん / もやし、キャベツ、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 / にんじん / もやし、キャベツ、葉ねぎ	牛乳 / おにぎり	牛乳 / 米、ホールコーン
21 (月)	敬老の日 					
22 (火)	国民の休日					
23 (水)	秋分の日 					
24 (木)	じゃがいもと野菜のうま煮 / すまし汁 / パナナ	じゃがいも、にんじん、たまねぎ / 豆腐、にんじん、葉ねぎ / パナナ	肉じゃが / すまし汁 / パナナ	豚ひき肉、にんじん、たまねぎ、じゃがいも / 豆腐、にんじん、葉ねぎ / パナナ	肉じゃが / すまし汁 / パナナ	豚ひき肉、にんじん、たまねぎ、じゃがいも、糸こんにゃく / 豆腐、えのきだけ、にんじん、葉ねぎ / パナナ
	かれいの煮付け / じゃがいものうま煮 / 野菜スープ	かれい / じゃがいも、にんじん / にんじん、たまねぎ、葉ねぎ	かれいの煮付け / じゃがいものいとこ煮 / 野菜スープ	かれい / じゃがいも、あずき / にんじん、たまねぎ、葉ねぎ	牛乳 / おはぎ	牛乳 / もち米、米、あずき、きな粉
25 (金)	おじや / 切り干しだいこんのうま煮 / みそ汁	米、にんじん、たまねぎ / 切り干しだいこん、にんじん、いんげんまめ / 麩、にんじん、たまねぎ、わかめ	おじや / 切り干しだいこんのうま煮 / みそ汁	米、鶏ひき肉、油揚げ、にんじん / 切り干しだいこん、豚ひき肉、大豆、にんじん、いんげんまめ / 麩、にんじん、たまねぎ、わかめ	炊き込みごはん / 切り干しだいこんのうま煮 / みそ汁	米、鶏ひき肉、ちくわ、油揚げ、にんじん、糸こんにゃく、ごぼう、干しいたけ / 切り干しだいこん、豚ひき肉、大豆、にんじん、いんげんまめ / 麩、にんじん、たまねぎ、わかめ
	じゃがいものきな粉和え / 野菜のうま煮 / オニオンスープ	じゃがいも、きな粉 / にんじん、たまねぎ、いんげんまめ / たまねぎ、にんじん	じゃがいものきな粉和え / 野菜のそぼろ煮 / オニオンスープ	じゃがいも、きな粉 / 鶏ひき肉、にんじん、たまねぎ、いんげんまめ / たまねぎ、にんじん	牛乳 / じゃがいものきな粉和え	牛乳 / じゃがいも、きな粉
26 (土)	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 / じゃがいも、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 / じゃがいも、わかめ / オレンジ	炒り豆腐 / みそ汁 / キウイフルーツ	豚ひき肉、豆腐、にんじん、たまねぎ、キャベツ、葉ねぎ / じゃがいも、しめじ、わかめ / キウイフルーツ (黄)
	じゃがいもと野菜のうま煮 / にんじんのうま煮 / すまし汁	じゃがいも、にんじん、たまねぎ / にんじん / 豆腐、にんじん、キャベツ、葉ねぎ	じゃがいもと野菜のそぼろ煮 / にんじんスティック / すまし汁	じゃがいも、豚ひき肉、にんじん、たまねぎ / にんじん / 豆腐、にんじん、キャベツ、葉ねぎ	牛乳 / おにぎり	牛乳 / 米、わかめ
28 (月)	ビーフン煮 / 豆乳みそスープ / オレンジ	ビーフン、にんじん、キャベツ、たまねぎ、葉ねぎ / にんじん、だいこん、はくさい、葉ねぎ、豆乳 / オレンジ	炒めビーフン煮 / 豆乳みそスープ / オレンジ	ビーフン、豚ひき肉、にんじん、キャベツ、たまねぎ、葉ねぎ / にんじん、だいこん、はくさい、油揚げ、葉ねぎ、豆乳 / オレンジ	炒めビーフン / 豆乳みそスープ / オレンジ	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 / にんじん、だいこん、はくさい、油揚げ、葉ねぎ、豆乳 / オレンジ
	じゃがいものうま煮 / だいこんのうま煮 / 野菜スープ	じゃがいも、たまねぎ / だいこん、にんじん / にんじん、だいこん、キャベツ	じゃがいものおやき / だいこんのそぼろ煮 / 野菜スープ	じゃがいも、たまねぎ / だいこん、豚ひき肉、にんじん / にんじん、だいこん、キャベツ	牛乳 / じゃがいものおやき	牛乳 / じゃがいも、たまねぎ
29 (火)	かれいのみそ煮 / 切り干しだいこんのうま煮 / すまし汁	かれい / 切り干しだいこん、たまねぎ、にんじん / にんじん、チンゲンサイ	ポテトオムレツ / 切り干しだいこんの炒め煮 / すまし汁	卵、じゃがいも、鶏ひき肉、にんじん、たまねぎ / 切り干しだいこん、たまねぎ、にんじん / にんじん、チンゲンサイ	ポテトオムレツ / 切り干しナポリタン / すまし汁	卵、じゃがいも、鶏ひき肉、にんじん、たまねぎ / 切り干しだいこん、ベーコン、たまねぎ / にんじん、えのきだけ、チンゲンサイ
	麩と野菜のうま煮 / じゃがいもの磯煮 / みそ汁	麩、にんじん、たまねぎ、チンゲンサイ / じゃがいも、青のり / にんじん、たまねぎ、わかめ	野菜のそぼろ煮 / じゃがいもの磯煮 / みそ汁	鶏ひき肉、にんじん、たまねぎ、チンゲンサイ / じゃがいも、青のり / にんじん、たまねぎ、わかめ	牛乳 / 五平もち	牛乳 / 米、赤みそ、砂糖、みりん
30 (水)	豆腐と野菜のうま煮 / ほうれんそうのうま煮 / なし煮	豆腐、にんじん、たまねぎ、葉ねぎ / ほうれんそう、にんじん / なし	大豆つくね / ほうれんそうのうま煮 / なし煮	鶏ひき肉、大豆、豆腐、葉ねぎ / ほうれんそう、ホールコーン、にんじん / なし	れんこん大豆つくね / ほうれんそうサラダ / なし煮	鶏ひき肉、れんこん、大豆、豆腐、葉ねぎ / ほうれんそう、ベーコン、ホールコーン / なし
	かれいのみそ煮 / さつまいもの甘煮 / すまし汁	かれい / さつまいも / 豆腐、にんじん、たまねぎ、ほうれんそう	かれいのみそ煮 / さつまいもの甘煮 / すまし汁	かれい / さつまいも / 豆腐、にんじん、たまねぎ、ほうれんそう	牛乳 / いちようかん	牛乳 / 寒天、さつまいも、砂糖