


離乳食こんだてカレンダー

令和7(2025)年11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	麩と野菜のうま煮 / 野菜スープ / オレンジ	麩、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 / オレンジ	麩と野菜のうま煮 / 野菜スープ / オレンジ	麩、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、じゃがいも / オレンジ	きのこと野菜のうま煮 / ベーコンと野菜のスープ / オレンジ	鶏ひき肉、にんじん、たまねぎ、いんげんまめ、しめじ、麩 / ベーコン、たまねぎ、にんじん、じゃがいも / オレンジ
(土)	じゃがいものうま煮 / ゆばと野菜のうま煮 / にんじんのオレンジ煮	じゃがいも、たまねぎ、いんげんまめ / ゆば、にんじん、たまねぎ / にんじん、オレンジ	じゃがいものそぼろ煮 / ゆばと野菜のうま煮 / にんじんのオレンジ煮	鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、いんげんまめ / ゆば、にんじん、たまねぎ / にんじん、オレンジ	牛乳 / おにぎり	牛乳 / 米、花かつお
3						
4	じゃがいもと野菜のうま煮 / みそ汁	じゃがいも、にんじん、だいこん、ゆば、さやえんどう / だいこん、にんじん、わかめ	鶏ひき肉と野菜のうま煮 / みそ汁	鶏ひき肉、にんじん、じゃがいも、だいこん、さやえんどう / だいこん、にんじん、わかめ	筑前煮 / みそ汁	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 / だいこん、にんじん、わかめ
(火)	高野含め煮 / たまねぎのうま煮 / フルーツヨーグルト	高野豆腐、にんじん、たまねぎ / たまねぎ、にんじん、さやえんどう / バナナ、みかん缶、もも缶、ヨーグルト	高野含め煮 / たまねぎのそぼろ煮 / フルーツヨーグルト	高野豆腐、にんじん、たまねぎ / 鶏ひき肉、たまねぎ、さやえんどう / バナナ、みかん缶、もも缶、ヨーグルト	牛乳 / フルーツヨーグルト	牛乳 / ヨーグルト、バナナ、みかん缶、もも缶、キウイフルーツ
5	野菜のうま煮 / レバー甘辛煮 / 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、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、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、えのきたけ、わかめ
(水)	じゃがいものきな粉和え / 麩と野菜のうま煮 / みそ汁	じゃがいも、きな粉 / 麩、にんじん、たまねぎ / ほうれんそう、じゃがいも、にんじん	じゃがいものきな粉和え / 麩と野菜のうま煮 / みそ汁	じゃがいも、きな粉 / 麩、にんじん、たまねぎ / ほうれんそう、じゃがいも、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、砂糖
6	じゃがいもと野菜のうま煮 / みそ汁 / りんご煮	じゃがいも、にんじん、いんげんまめ、 / にんじん、麩、たまねぎ / りんご	牛ひき肉と野菜のうま煮 / みそ汁 / りんご煮	牛ひき肉、にんじん、いんげんまめ、じゃがいも / にんじん、麩、たまねぎ / りんご	きんぴらごぼう / みそ汁 / りんご煮	牛ひき肉、さつま揚げ、にんじん、ごぼう、糸こんにゃく、いんげんまめ、ごま / にんじん、しめじ、たまねぎ / りんご
(木)	フォー / 野菜のうま煮 / にんじんのうま煮	ビーフン、にんじん、葉ねぎ、砂糖 / にんじん、たまねぎ、いんげんまめ / にんじん	フォー / 野菜のうま煮 / にんじんのグラッセ	ビーフン、豚ひき肉、にんじん、葉ねぎ、砂糖 / にんじん、たまねぎ、いんげんまめ / にんじん、バター、砂糖	牛乳 / フォー	牛乳 / ビーフン、豚ひき肉、にんじん、葉ねぎ、砂糖
7	かれのいあんかけ / 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、チンゲンサイ / オレンジ	あじのあんかけ / すまし汁 / オレンジ	あじ、たまねぎ、にんじん、葉ねぎ / 麩、にんじん、チンゲンサイ / オレンジ	あじの南蛮漬け / すまし汁 / オレンジ	あじ、たまねぎ、にんじん、葉ねぎ / 麩、にんじん、チンゲンサイ / オレンジ
(金)	高野含め煮 / 野菜のうま煮 / オニオンスープ	高野豆腐、にんじん、たまねぎ / にんじん、ちんげんさい / たまねぎ、にんじん、葉ねぎ	高野含め煮 / 野菜のうま煮 / オニオンスープ	高野豆腐、にんじん、たまねぎ / にんじん、ちんげんさい / たまねぎ、にんじん、葉ねぎ	牛乳 / クリームパン	牛乳 / ドックパン、卵、牛乳、砂糖、コーンスターチ、バター、ワイン
8	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、ゆば、いんげんまめ / かぼちゃ、たまねぎ、わかめ、葉ねぎ / 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 / かぼちゃ、たまねぎ、わかめ、葉ねぎ / オレンジ	じゃがいものそぼろ煮 / みそ汁 / キウイフルーツ	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 / かぼちゃ、たまねぎ、わかめ、葉ねぎ / キウイフルーツ
(土)	かぼちゃと野菜のうま煮 / すまし汁 / にんじんのオレンジ煮	かぼちゃ、キャベツ、たまねぎ / にんじん、麩、わかめ / にんじん、オレンジ	かぼちゃと野菜のうま煮 / すまし汁 / にんじんのオレンジ煮	かぼちゃ、キャベツ、たまねぎ / にんじん、麩、わかめ / にんじん、オレンジ	牛乳 / おにぎり	牛乳 / 米、ツナ缶
10	ミルクシチュー / 野菜のうま煮 / りんご煮	じゃがいも、にんじん、たまねぎ、牛乳、脱脂粉乳 / キャベツ、にんじん、ピーマン / りんご	クリームシチュー / ツナと野菜のうま煮 / りんご煮	鶏ひき肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、バター、小麦粉、牛乳、脱脂粉乳 / キャベツ、にんじん、ピーマン、ツナ缶 / りんご	カレーシチュー / フレンチサラダ / りんご煮	鶏ひき肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、バター、小麦粉、カレー粉、脱脂粉乳 / キャベツ、にんじん、ピーマン、ツナ缶 / りんご
(月)	ピーマンと野菜のうま煮 / 麩の磯煮 / ポテトチーズボール	ピーマン、にんじん、キャベツ / 麩、青のり / じゃがいも、たまねぎ、チーズ	ピーマンと野菜のうま煮 / 麩の磯煮 / ポテトチーズボール	ピーマン、にんじん、キャベツ / 麩、青のり / じゃがいも、たまねぎ、チーズ	牛乳 / ココアゼリー	牛乳 / 牛乳、ココア、砂糖、ゼラチン
11	かれのい煮付け / 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	かれのい煮付け / 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
(火)	おじや / 野菜のうま煮 / すまし汁	米、にんじん、たまねぎ / さつまいも、だいこん、にんじん / ゆば、たまねぎ、葉ねぎ	ホットケーキ / 野菜のうま煮 / すまし汁	小麦粉、ベーキングパウダー、脱脂粉乳、卵、砂糖、バター / さつまいも、だいこん、にんじん / 油揚げ、たまねぎ、葉ねぎ	牛乳 / クレープ	牛乳 / 小麦粉、砂糖、卵、牛乳、バター、イチゴジャム
12	豆腐と野菜のみそ煮 / 中華スープ	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
(水)	さつまいもと野菜のうま煮 / 豆腐の磯煮 / にんじんのうま煮	さつまいも、キャベツ、たまねぎ / 豆腐、青のり / にんじん	さつまいもと野菜のうま煮 / 豆腐の磯煮 / にんじんのグラッセ	さつまいも、キャベツ、たまねぎ / 豆腐、青のり / にんじん、バター	牛乳 / ふかしいも / きなココアクッキー	牛乳 / さつまいも / きな粉、小麦粉、ココア、砂糖、卵
13	ミルクシチュー / 野菜のうま煮 / りんご煮	じゃがいも、にんじん、たまねぎ、脱脂粉乳、牛乳 / たまねぎ、ピーマン / りんご	クリームシチュー / コーンのうま煮 / りんご煮	鶏ひき肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、バター、小麦粉、脱脂粉乳、牛乳 / ホールコーン、ピーマン / りんご	クリームシチュー / コーンソテー / キウイフルーツ	鶏ひき肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、バター、小麦粉、脱脂粉乳、牛乳 / ホールコーン、ベーコン、ピーマン / キウイフルーツ
(木)	ひじきと野菜のうま煮 / 高野含め煮 / みそ汁	ひじき、ピーマン、にんじん / 高野豆腐、にんじん、たまねぎ / さつまいも、たまねぎ、わかめ	ひじきと野菜のうま煮 / 高野含め煮 / みそ汁	ひじき、ピーマン、にんじん / 高野豆腐、にんじん、たまねぎ / さつまいも、たまねぎ、わかめ	牛乳 / 鬼まんじゅう	牛乳 / さつまいも、小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖
14	かれのい煮付け / ゆばと野菜のうま煮 / すまし汁	かれい / ゆば、キャベツ、にんじん / 麩、にんじん、こまつな	かれのい煮付け / ゆばと野菜のうま煮 / すまし汁	かれい / ゆば、キャベツ、にんじん / 麩、にんじん、こまつな	かれのい煮付け / ゆばサラダ / すまし汁	かれい / ゆば、キャベツ、にんじん、ハム / 麩、にんじん、こまつな
(金)	野菜のうま煮 / 麩の磯煮 / オニオンスープ	キャベツ、にんじん / 麩、青のり / たまねぎ、こまつな、にんじん	鶏むね肉と野菜のうま煮 / 麩の磯煮 / オニオンスープ	鶏むね肉、キャベツ、にんじん / 麩、青のり / たまねぎ、こまつな、にんじん	牛乳 / 焼きおにぎり	牛乳 / 米、花かつお、ごま
15	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	鶏ひき肉と野菜のみそ炒め煮 / 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	鶏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
(土)	キャベツと野菜のうま煮 / ポテトチーズボール / みそ汁	キャベツ、もやし、にんじん / じゃがいも、たまねぎ、チーズ / 麩、にんじん、葉ねぎ	キャベツと野菜のそぼろ煮 / ポテトチーズボール / みそ汁	豚ひき肉、キャベツ、もやし、にんじん / じゃがいも、たまねぎ、チーズ / 麩、にんじん、葉ねぎ	牛乳 / おにぎり	牛乳 / 米、ホールコーン

● 17日(月)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、急遽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
17	麩と野菜のうま煮 / みそ汁 / パナナ	麩、にんじん、ピーマン、たまねぎ / 豆腐、にんじん、もやし、里いも / パナナ	チャプチェ / 豚汁 / パナナ	はるさめ、牛ひき肉、にんじん、ピーマン、たまねぎ / 豚ひき肉、豆腐、にんじん、もやし、里いも / パナナ	チャプチェ / 豚汁 / パナナ	はるさめ、牛ひき肉、にんじん、ピーマン、たまねぎ、干ししいたけ、ごま / 豚ひき肉、豆腐、にんじん、もやし、糸こんにゃく、里いも、葉ねぎ / パナナ
(月)	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 / 豆腐、たまねぎ、ピーマン / にんじん	ホットケーキ / 豆腐と野菜のうま煮 / 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 / 豆腐、たまねぎ、ピーマン / にんじん、バター、砂糖	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
18	かれないと野菜のみそ煮 / すまし汁 / りんご煮	かれない、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 / りんご	さけのちゃんちゃん焼き / けんちん汁 / りんご煮	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 / りんご	さけのちゃんちゃん焼き / けんちん汁 / りんご煮	さけ、キャベツ、たまねぎ、もやし、にんじん、しめじ、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 / りんご
(火)	さつまいものチーズ煮 / 野菜のうま煮 / みそ汁	さつまいも、牛乳、チーズ / だいこん、キャベツ、にんじん / 豆腐、たまねぎ、にんじん	さつまいものチーズ焼き / 野菜のそぼろ煮 / みそ汁	さつまいも、バター、牛乳、チーズ / 鶏ひき肉、だいこん、キャベツ、にんじん / 豆腐、たまねぎ、にんじん	牛乳 / さつまいものチーズ焼き	牛乳 / さつまいも、バター、牛乳、チーズ
19	おじや / 切り干し大根のうま煮 / 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、たまねぎ、にんじん、葉ねぎ	おじや / 切り干し大根のうま煮 / みそ汁	米、鶏ひき肉、にんじん、油揚げ / 切り干しだいこん、鶏ひき肉、にんじん、いんげんまめ / 麩、たまねぎ、にんじん、葉ねぎ	きのこごはん / 切り干しだいこんのうま煮 / みそ汁	米、鶏ひき肉、しめじ、干ししいたけ、まいたけ、にんじん、油揚げ / 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 / 麩、たまねぎ、にんじん、葉ねぎ
(水)	かれないのあんかけ / かぼちゃと野菜のうま煮 / 野菜スープ	かれない、にんじん、たまねぎ / かぼちゃ、たまねぎ、いんげんまめ / にんじん、じゃがいも、葉ねぎ	かれないのあんかけ / かぼちゃと野菜のうま煮 / 野菜スープ	かれない、にんじん、たまねぎ / かぼちゃ、たまねぎ、いんげんまめ / にんじん、じゃがいも、油揚げ、葉ねぎ	牛乳 / かぼちゃプリン	牛乳 / かぼちゃ、砂糖、牛乳、ゼラチン
20	野菜の中華風煮 / 高野含め煮	にんじん、たまねぎ、ちんげんさい、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、ちんげんさい、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、ちんげんさい、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
(木)	野菜うどん / ゆばと野菜のうま煮 / ポテトチーズボール	うどん、にんじん、たまねぎ、葉ねぎ / ゆば、ちんげんさい、はくさい / じゃがいも、たまねぎ、チーズ	肉うどん / ゆばと野菜のうま煮 / ポテトチーズボール	うどん、牛ひき肉、にんじん、たまねぎ、葉ねぎ / ゆば、ちんげんさい、はくさい / じゃがいも、たまねぎ、チーズ	牛乳 / カレーうどん	牛乳 / うどん、牛ひき肉、にんじん、たまねぎ、葉ねぎ、カレー粉
21	かれないのあんかけ / 白和え / オレンジ	かれない、にんじん、もやし、さやえんどう / 豆腐、ほうれんそう、にんじん / オレンジ	さわらのあんかけ / 白和え / オレンジ	さわら、小麦粉、にんじん、もやし、さやえんどう / 豆腐、ほうれんそう、にんじん / オレンジ	さわらのあんかけ / 白和え / オレンジ	さわら、小麦粉、にんじん、もやし、さやえんどう、生しいたけ / 豆腐、ほうれんそう、にんじん、糸こんにゃく、ごま / オレンジ
(金)	じゃがいものうま煮 / 豆腐と野菜のうま煮 / すまし汁	じゃがいも / 豆腐、ほうれんそう、にんじん / もやし、たまねぎ、にんじん	じゃがいものいとこ煮 / 豆腐と野菜のうま煮 / すまし汁	じゃがいも、あずき、砂糖 / 豆腐、ほうれんそう、にんじん / もやし、たまねぎ、にんじん	牛乳 / あんパン	牛乳 / ドックパン、あずき、砂糖
22	豆腐と野菜のうま煮 / みそ汁 / オレンジ	豆腐、にんじん、ほうれんそう、たまねぎ、キャベツ / にんじん、たまねぎ、わかめ、葉ねぎ / 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、ほうれんそう、たまねぎ、キャベツ / にんじん、たまねぎ、わかめ、葉ねぎ / 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、ほうれんそう、たまねぎ、キャベツ / にんじん、たまねぎ、わかめ、葉ねぎ / キウイフルーツ
(土)	キャベツのうま煮 / にんじんのうま煮 / すまし汁	キャベツ、たまねぎ / にんじん / ほうれんそう、たまねぎ、豆腐、葉ねぎ	キャベツのうま煮 / にんじんのグラッセ / すまし汁	キャベツ、豚ひき肉、たまねぎ / にんじん、バター、砂糖 / ほうれんそう、たまねぎ、豆腐、葉ねぎ	牛乳 / おにぎり	牛乳 / 米、わかめ
24						
25	菜飯粥 / じゃがいもと野菜のうま煮 / かれないの煮つけ	米、こまつな / にんじん、たまねぎ、じゃがいも / かれない	菜飯粥 / 肉じゃが / 卵焼き	米、こまつな / 牛ひき肉、にんじん、たまねぎ、じゃがいも / 卵、砂糖	菜飯 / 肉じゃが / 卵焼き	米、こまつな / 牛ひき肉、にんじん、たまねぎ、じゃがいも、糸こんにゃく / 卵、砂糖
(火)	高野含め煮 / にんじんと野菜のうま煮 / みそ汁	高野豆腐、にんじん、たまねぎ / にんじん、こまつな / じゃがいも、たまねぎ、わかめ	高野含め煮 / にんじんと野菜のそぼろ煮 / みそ汁	高野豆腐、にんじん、たまねぎ / 牛ひき肉、にんじん、こまつな / じゃがいも、たまねぎ、わかめ	牛乳 / 五平もち	牛乳 / 米、赤みそ、砂糖
26	おじや / ひじきの煮付け / そうめん汁 / りんご煮	米、さつまいも / ひじき、にんじん、いんげんまめ / そうめん、にんじん、たまねぎ、ゆば、葉ねぎ / りんご	おじや / ひじきと大豆の煮付け / そうめん汁 / りんご煮	米、さつまいも / ひじき、大豆、鶏ひき肉、にんじん、いんげんまめ / そうめん、油揚げ、にんじん、たまねぎ、葉ねぎ / りんご	さつまいもごはん / ひじきと大豆の煮付け / そうめん汁 / りんご煮	米、さつまいも / ひじき、大豆、鶏ひき肉、にんじん、いんげんまめ / そうめん、油揚げ、にんじん、たまねぎ、葉ねぎ / りんご
(水)	野菜のうま煮 / じゃがいものきな粉和え / オニオンスープ	にんじん、たまねぎ、いんげんまめ / じゃがいも、きな粉 / たまねぎ、にんじん、葉ねぎ	野菜のそぼろ煮 / じゃがいものきな粉和え / オニオンスープ	鶏ひき肉、にんじん、たまねぎ、いんげんまめ / じゃがいも、きな粉 / たまねぎ、にんじん、葉ねぎ	牛乳 / じゃがいものきな粉和え	牛乳 / じゃがいも、きな粉、砂糖
27	おじや / わかめスープ / パナナ	米、にんじん、たまねぎ、ピーマン / わかめ、にんじん、豆腐、葉ねぎ / パナナ	おじや / わかめスープ / パナナ	米、鶏ひき肉、にんじん、たまねぎ、ホールコーン、ピーマン、バター / わかめ、にんじん、豆腐、葉ねぎ / パナナ	チキンライス / わかめスープ / パナナ	米、鶏ひき肉、にんじん、たまねぎ、ホールコーン、ピーマン、バター / わかめ、にんじん、しめじ、豆腐、葉ねぎ / パナナ
(木)	中華そば煮 / 麩と野菜のうま煮 / ポテトチーズボール	中華そば、にんじん、キャベツ、もやし、青のり / 麩、にんじん、ピーマン / じゃがいも、たまねぎ、チーズ	中華そば / 麩と野菜のうま煮 / ポテトチーズボール	中華そば、鶏ひき肉、にんじん、キャベツ、もやし、青のり / 麩、にんじん、ピーマン / じゃがいも、たまねぎ、チーズ	牛乳 / やきそば	牛乳 / 中華そば、豚ひき肉、にんじん、キャベツ、もやし、青のり
28	かれないのくす煮 / ひじきのうま煮 / じゃがいものポターージュ	かれない / ひじき、にんじん、ピーマン / じゃがいも、たまねぎ、牛乳、パセリ	さわらのムニエル / イタリアンひじき / じゃがいものポターージュ	さわら、小麦粉、バター / ひじき、にんじん、ピーマン、ホールコーン / じゃがいも、たまねぎ、牛乳、バター、パセリ	さわらのムニエル / イタリアンひじき / じゃがいものポターージュ	さわら、小麦粉、バター / ベーコン、ひじき、にんじん、ピーマン、ホールコーン / じゃがいも、たまねぎ、牛乳、バター、パセリ
(金)	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、じゃがいも、ピーマン、ゆば / 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、じゃがいも、ピーマン / にんじん、バター	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
29	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 / 野菜スープ / オレンジ	麩、ベーコン、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)	ゆばと野菜のうま煮 / じゃがいもの磯煮 / みそ汁	ゆば、にんじん、たまねぎ、ピーマン / じゃがいも、青のり / たまねぎ、にんじん、わかめ	ゆばと野菜のうま煮 / じゃがいもの磯煮 / みそ汁	ゆば、にんじん、たまねぎ、ピーマン / じゃがいも、青のり / たまねぎ、にんじん、わかめ	牛乳 / おにぎり	牛乳 / 米、花かつお