

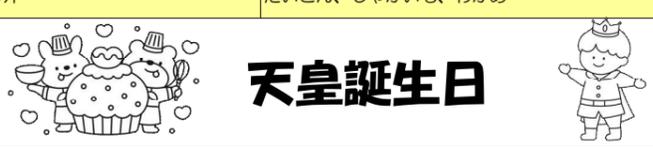
## 離乳食こんだてカレンダー

令和8(2026)年2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  |
| 2<br>(月)  | ゆばと野菜のうま煮 / みそ汁   | ゆば、にんじん、じゃがいも、だいこん、さやえんどう / たまねぎ、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 / たまねぎ、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 / たまねぎ、にんじん、わかめ                        |
|           | おじや / にんじんの磯煮 / すまし汁  | 米、にんじん、たまねぎ / にんじん、青のり / だいこん、にんじん、たまねぎ               | 豆腐のおやしき / にんじんの磯煮 / すまし汁         | 豆腐、片栗粉、ツナ缶、ホールコーン / にんじん、青のり / だいこん、にんじん、たまねぎ                       | 牛乳 / 豆腐のおやしき                  | 牛乳 / 豆腐、片栗粉、ツナ缶、ホールコーン  |
| 3<br>(火)  | かれのい甘辛煮 / けんちん汁 / みかん   | かれのい、にんじん / 豆腐、にんじん、だいこん、葉ねぎ / みかん                    | かれのい甘辛煮 / けんちん汁 / みかん            | かれのい、にんじん / 鶏ひき肉、豆腐、にんじん、だいこん、葉ねぎ / みかん                             | かれのい甘辛焼き / けんちん汁 / みかん        | かれのい、にんじん / 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 / みかん                              |
|           | 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 / 麩、わかめ、たまねぎ                     | ひじきと野菜のうま煮 / にんじんグラッセ / みそ汁      | ひじき、にんじん、たまねぎ、大豆 / にんじん、バター / 麩、わかめ、たまねぎ                            | 牛乳 / 大豆の甘煮                    | 牛乳 / 大豆、砂糖  |
| 4<br>(水)  | 野菜のうま煮 / ゆばと野菜のうま煮 / りんご煮   | じゃがいも、にんじん、だいこん / ゆば、はくさい、にんじん、みずな / りんご              | おでん / はくさいのおかか煮 / りんご煮           | 鶏ひき肉、厚揚げ、じゃがいも、にんじん、だいこん / はくさい、にんじん、みずな、花かつお / りんご                 | おでん / はくさいのおかか和え / りんご煮       | 鶏ひき肉、厚揚げ、じゃがいも、にんじん、だいこん / はくさい、にんじん、みずな、花かつお / りんご                             |
|           | 高野含め煮 / じゃがいものきな粉和え / みそ汁   | 高野豆腐、にんじん、たまねぎ / じゃがいも、きな粉 / はくさい、にんじん、だいこん           | 高野含め煮 / じゃがいものきな粉和え / みそ汁        | 高野豆腐、にんじん、たまねぎ / じゃがいも、きな粉 / はくさい、にんじん、だいこん                         | 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   |
| 5<br>(木)  | じゃがいものトマト煮 / 三色野菜の煮浸し / パナナ   | じゃがいも、にんじん、たまねぎ、トマト缶、麩 / ほうれんそう、にんじん、キャベツ / パナナ       | ポークビーンズ / 三色野菜の煮浸し / 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、バター、ケチャップ / ほうれんそう、にんじん、キャベツ / パナナ     | ポークビーンズ / 三色ごま和え / 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、バター、ケチャップ、ワイン / ほうれんそう、にんじん、キャベツ、ごま / パナナ     |
|           | フォー / 麩と野菜のうま煮 / ポテトチーズボール  | 平麺ビーフン、にんじん、葉ねぎ / 麩、ほうれんそう、たまねぎ、にんじん / じゃがいも、たまねぎ、チーズ | フォー / 野菜のうま煮 / ポテトチーズボール         | 平麺ビーフン、豚ひき肉、にんじん、葉ねぎ / ほうれんそう、たまねぎ、にんじん / じゃがいも、たまねぎ、チーズ            | 牛乳 / フォー                      | 牛乳 / 平麺ビーフン、豚ひき肉、にんじん、葉ねぎ   |
| 6<br>(金)  | かれのい煮付け / さつまいもと野菜のうま煮 / みそ汁  | かれのい / さつまいも、にんじん、たまねぎ、ブロッコリー / だいこん、豆腐、葉ねぎ           | さけの煮付け / さつまいもと野菜のうま煮 / みそ汁      | さけ / さつまいも、にんじん、たまねぎ、ブロッコリー / だいこん、油揚げ、豆腐、葉ねぎ                       | さけの煮付け / マゼドアンサラダ / みそ汁       | さけ / 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 / だいこん、油揚げ、豆腐、葉ねぎ                        |
|           | ひじきと野菜のうま煮 / さつまいものチーズ煮 / 野菜スープ   | ひじき、にんじん、たまねぎ / さつまいも、たまねぎ、チーズ / 麩、にんじん、ブロッコリー        | ひじきと野菜のうま煮 / さつまいものチーズ煮 / 野菜スープ  | ひじき、にんじん、たまねぎ / さつまいも、たまねぎ、チーズ / 麩、にんじん、ブロッコリー                      | 牛乳 / フレンチトースト                 | 牛乳 / 食パン、牛乳、卵、バター、砂糖、バニラエッセンス   |
| 7<br>(土)  | だいこんのうま煮 / みそ汁 / みかん  | だいこん、にんじん、たまねぎ、キャベツ / 麩、じゃがいも、にんじん、葉ねぎ / みかん          | だいこんのそぼろ煮 / みそ汁 / みかん            | 鶏ひき肉、だいこん、にんじん、たまねぎ、キャベツ / じゃがいも、にんじん、葉ねぎ / みかん                     | だいこんのそぼろ煮 / みそ汁 / みかん         | 鶏ひき肉、だいこん、にんじん、たまねぎ、キャベツ / じゃがいも、にんじん、葉ねぎ / みかん                                 |
|           | 高野含め煮 / 野菜のうま煮 / すまし汁   | 高野豆腐、にんじん、たまねぎ / キャベツ、にんじん / 麩、だいこん、わかめ               | 高野含め煮 / 野菜とツナのうま煮 / すまし汁         | 高野豆腐、にんじん、たまねぎ / ツナ缶、キャベツ、にんじん / 麩、だいこん、わかめ                         | 牛乳 / おにぎり                     | 牛乳 / 米、ツナ缶  |
| 9<br>(月)  | ミルクシチュー / 切り干しだいこんの煮浸し / パナナ  | じゃがいも、にんじん、たまねぎ、脱脂粉乳、牛乳 / 切り干しだいこん、にんじん、きゅうり / パナナ    | クリームシチュー / 切り干しだいこんの煮浸し / パナナ    | 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 / 切り干しだいこん、にんじん、ツナ缶、きゅうり / パナナ | カレーシチュー / 切り干しだいこんの和え物 / パナナ  | 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、ケチャップ、ソース、脱脂粉乳 / 切り干しだいこん、にんじん、ツナ缶、きゅうり / パナナ |
|           | ゆばと野菜のうま煮 / じゃがいものうま煮 / すまし汁  | ゆば、たまねぎ、にんじん / じゃがいも / にんじん、たまねぎ、わかめ                  | ゆばと野菜のうま煮 / じゃがいものいとこ煮 / すまし汁    | ゆば、たまねぎ、にんじん / じゃがいも、あずき / にんじん、たまねぎ、わかめ                            | 牛乳 / ようかん                     | 牛乳 / 寒天、あずき   |
| 10<br>(火) | かれのいみそ煮 / だいこんのうま煮 / いも煮汁   | かれのい / だいこん / 里いも、にんじん、葉ねぎ                            | かれのいみそ煮 / だいこんスティック / いも煮汁       | かれのい / だいこん / 鶏ひき肉、里いも、にんじん、葉ねぎ                                     | さばのみそ煮 / だいこんスティック / いも煮汁     | さば、しょうが / だいこん / 鶏ひき肉、里いも、糸こんにゃく、にんじん、ごぼう、まいたけ、葉ねぎ                              |
|           | 里いもと野菜のうま煮 / にんじんのうま煮 / オニオンスープ   | 里いも、たまねぎ、にんじん / にんじん / たまねぎ、だいこん、葉ねぎ                  | 里いもと野菜のそぼろ煮 / にんじんグラッセ / オニオンスープ | 里いも、たまねぎ、にんじん、鶏ひき肉 / にんじん、バター / たまねぎ、だいこん、葉ねぎ                       | 牛乳 / 大豆の甘煮                    | 牛乳 / 大豆、砂糖  |
| 11<br>(水) |  <h3 style="text-align: center;">建国記念の日</h3> |   |                                  |   |                               |   |
| 12<br>(木) | ミルクシチュー / ひじきと野菜のうま煮 / りんご煮   | じゃがいも、にんじん、たまねぎ、脱脂粉乳、牛乳 / ひじき、にんじん / りんご              | クリームシチュー / ひじきとツナのうま煮 / 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 / ひじき、にんじん、ツナ缶 / りんご           | クリームシチュー / れんこんひじきサラダ / 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、脱脂粉乳、牛乳 / れんこん、ひじき、にんじん、ツナ缶、マヨドレ / りんご             |
|           | 高野含め煮 / 野菜のうま煮 / ポテトチーズボール  | 高野豆腐、にんじん、たまねぎ / にんじん、たまねぎ / じゃがいも、たまねぎ、チーズ           | 高野含め煮 / 野菜のうま煮 / ポテトチーズボール       | 高野豆腐、にんじん、たまねぎ / にんじん、たまねぎ / じゃがいも、たまねぎ、チーズ                         | 牛乳 / 中華ちまき                    | 牛乳 / もち米、米、ハム、たけのこ、干しいたけ、にんじん、しょうが  |
| 13<br>(金) | かれのい煮付け / ゆばとキャベツの煮浸し / すまし汁  | かれのい / ゆば、キャベツ、にんじん / 麩、にんじん、チンゲンサイ                   | かれのい煮付け / ゆばとキャベツの煮浸し / すまし汁     | かれのい / ゆば、キャベツ、にんじん / 麩、にんじん、チンゲンサイ                                 | かれのい煮付け / ゆばサラダ / すまし汁        | かれのい / ゆば、キャベツ、にんじん、ハム / 麩、にんじん、チンゲンサイ  |
|           | 野菜のうま煮 / 麩の磯煮 / オニオンスープ   | ゆば、キャベツ、にんじん / 麩、青のり / たまねぎ、チンゲンサイ、にんじん               | 野菜のうま煮 / 麩の磯煮 / オニオンスープ          | ゆば、キャベツ、にんじん / 麩、青のり / たまねぎ、チンゲンサイ、にんじん                             | 牛乳 / ココア蒸しパン                  | 牛乳 / 小麦粉、砂糖、ココア、ベーキングパウダー   |
| 14<br>(土) | 豆腐と野菜の含め煮 / 中華スープ / みかん   | 豆腐、キャベツ、にんじん、たまねぎ、葉ねぎ / もやし、わかめ / みかん                 | 豚ひき肉と豆腐の含め煮 / 中華スープ / みかん        | 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 / みかん                     | 豚ひき肉と豆腐の含め煮 / 中華スープ / みかん     | 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 / みかん                                 |
|           | 野菜のうま煮 / 豆腐の磯煮 / みそ汁  | キャベツ、にんじん、もやし / 豆腐、青のり / たまねぎ、じゃがいも、葉ねぎ               | 野菜のそぼろ煮 / 豆腐の磯煮 / みそ汁            | 鶏ひき肉、キャベツ、にんじん、もやし / 豆腐、青のり / たまねぎ、じゃがいも、葉ねぎ                        | 牛乳 / おにぎり                     | 牛乳 / 米、ホールコーン   |
| 16<br>(月) | だいこんと野菜のうま煮 / すまし汁 / りんご煮   | だいこん、じゃがいも、にんじん、葉ねぎ / 麩、にんじん、こまつな / りんご               | だいこんと豚ひき肉のべっこう煮 / すまし汁 / りんご煮    | 豚ひき肉、だいこん、にんじん、厚揚げ、葉ねぎ / 麩、にんじん、こまつな / りんご                          | だいこんと豚ひき肉のべっこう煮 / すまし汁 / りんご煮 | 豚ひき肉、だいこん、にんじん、厚揚げ、葉ねぎ / 麩、にんじん、こまつな / りんご                                      |
|           | おじや / こまつなと野菜のうま煮 / みそ汁   | 米、にんじん、たまねぎ / こまつな、にんじん、たまねぎ / だいこん、にんじん、たまねぎ、麩       | ホットケーキ / こまつなと野菜のそぼろ煮 / みそ汁      | 小麦粉、ベーキングパウダー、卵、砂糖、バター、脱脂粉乳 / 豚ひき肉、こまつな、にんじん、たまねぎ / だいこん、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  |

●17日(火)以降は裏面をご覧ください。



|           | 離乳中期(生後7~8か月頃)  |   | 離乳完了期[A](生後12~18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<br>(火) | かわいいの煮付け / 野菜のうま煮 / みそ汁   | かわいい / もやし、にんじん、こまつな / にんじん、だいこん、葉ねぎ                      | かわいいの煮付け / 野菜のおかか煮 / みそ汁       | かわいい / もやし、にんじん、こまつな、ホールコーン、花かつお / 豚ひき肉、油揚げ、にんじん、だいこん、葉ねぎ          | さばの煮付け / 五色和え / みそ汁           | さば / もやし、にんじん、こまつな、しめじ、ホールコーン、花かつお / 豚ひき肉、ちくわ、油揚げ、にんじん、だいこん、糸こんにゃく、葉ねぎ            |
|           | さつまいものチーズ煮 / 野菜のうま煮 / オニオンスープ   | さつまいも、牛乳、チーズ、砂糖 / だいこん、こまつな、もやし / たまねぎ、にんじん、葉ねぎ           | さつまいものチーズ焼き / 野菜のうま煮 / オニオンスープ | さつまいも、バター、牛乳、チーズ / だいこん、こまつな、もやし / たまねぎ、にんじん、葉ねぎ                   | 牛乳 / さつまいものチーズ焼き              | 牛乳 / さつまいも、牛乳、バター、チーズ、砂糖  |
| 18<br>(水) | 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、麩、にんじん、いんげんまめ / にんじん、じゃがいも、葉ねぎ、わかめ | おじや / 切り干しだいこんのうま煮 / みそ汁       | 米、豚ひき肉、にんじん、たまねぎ / 切り干しだいこん、鶏ひき肉、にんじん、いんげんまめ / にんじん、じゃがいも、葉ねぎ、わかめ  | シシジューシー / 切り干しだいこんのうま煮 / みそ汁  | 米、豚ひき肉、にんじん、たまねぎ、刻みこんぶ、干しいたけ / 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 / にんじん、じゃがいも、葉ねぎ、わかめ |
|           | ゆばと野菜のうま煮 / すまし汁 / にんじんとりんごのコンポート   | ゆば、たまねぎ、にんじん、いんげんまめ / じゃがいも、にんじん、わかめ / にんじん、りんご、砂糖        | ゆばと野菜のうま煮 / すまし汁 / りんご寒天       | ゆば、たまねぎ、にんじん、いんげんまめ / じゃがいも、にんじん、わかめ / 寒天、りんご、砂糖                   | 牛乳 / りんご寒天                    | 牛乳 / 寒天、りんご、砂糖  |
| 19<br>(木) | じゃがいもと野菜のうま煮 / ゆばとだいこんのうま煮 / パナナ  | じゃがいも、にんじん、たまねぎ / ゆば、だいこん、にんじん / パナナ                      | 肉じゃが / 薄焼き卵と野菜の煮浸し / パナナ       | 鶏ひき肉、にんじん、たまねぎ、じゃがいも / 卵、だいこん、にんじん / パナナ                           | 肉じゃが / 薄焼き卵のごま酢和え / パナナ       | 鶏ひき肉、にんじん、たまねぎ、じゃがいも、糸こんにゃく / 卵、だいこん、にんじん、ごま / パナナ                                |
|           | 野菜うどん / ひじきと野菜のうま煮 / ポテトチーズボール  | うどん、にんじん、たまねぎ、葉ねぎ / ひじき、にんじん、たまねぎ / じゃがいも、たまねぎ、チーズ        | 肉うどん / ひじきと野菜のうま煮 / ポテトチーズボール  | うどん、豚ひき肉、にんじん、たまねぎ、葉ねぎ / ひじき、にんじん、たまねぎ / 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、豚ひき肉、にんじん、たまねぎ、葉ねぎ、カレー粉  |
| 20<br>(金) | かわいいの煮付け / にんじんのうま煮 / のっぺい汁   | かわいい / にんじん / にんじん、里いも、葉ねぎ                                | さわらの煮付け / にんじんスティック / のっぺい汁    | さわら / にんじん / 鶏ひき肉、にんじん、里いも、厚揚げ、葉ねぎ                                 | さわらの煮付け / にんじんスティック / のっぺい汁   | さわら、しょうが / にんじん / 鶏ひき肉、にんじん、ごぼう、里いも、厚揚げ、糸こんにゃく、しいたけ、葉ねぎ                           |
|           | にんじんと野菜のうま煮 / じゃがいもの磯煮 / 野菜スープ  | 麩、にんじん、たまねぎ / じゃがいも、青のり / たまねぎ、にんじん、葉ねぎ                   | にんじんと野菜のうま煮 / じゃがいもの磯煮 / 野菜スープ | 麩、にんじん、たまねぎ / じゃがいも、青のり / たまねぎ、にんじん、葉ねぎ                            | 牛乳 / あんぱん                     | 牛乳 / ドッグパン、あずき、砂糖   |
| 21<br>(土) | じゃがいもと野菜のうま煮 / みそ汁 / みかん  | じゃがいも、にんじん、いんげんまめ、麩 / だいこん、にんじん、わかめ / みかん                 | 厚揚げと野菜の五目煮 / みそ汁 / みかん         | 厚揚げ、豚ひき肉、じゃがいも、にんじん、いんげんまめ / だいこん、にんじん、わかめ / みかん                   | 厚揚げと野菜の五目煮 / みそ汁 / みかん        | 厚揚げ、豚ひき肉、じゃがいも、にんじん、いんげんまめ、干しいたけ / だいこん、にんじん、わかめ / みかん                            |
|           | 高野含め煮 / にんじんのうま煮 / すまし汁   | 高野豆腐、にんじん、たまねぎ / にんじん / だいこん、じゃがいも、わかめ                    | 高野含め煮 / にんじんグラッセ / すまし汁        | 高野豆腐、にんじん、たまねぎ / にんじん、バター / だいこん、じゃがいも、わかめ                         | 牛乳 / おにぎり                     | 牛乳 / 米、わかめ  |
| 23<br>(月) |  <h2 style="display: inline-block; margin: 0 20px;">天皇誕生日</h2> |   |                                |  |                               |   |
| 24<br>(火) | 豆腐と野菜のうま煮 / 野菜のうま煮 / すまし汁   | 豆腐、にんじん、葉ねぎ / だいこん、にんじん、ちりめんじゃこ、わかめ / 麩、にんじん              | ぎせい豆腐 / 野菜のうま煮 / すまし汁          | 鶏ひき肉、豆腐、にんじん、葉ねぎ、卵 / だいこん、にんじん、ちりめんじゃこ、わかめ / 麩、にんじん                | ぎせい豆腐 / 和風サラダ / すまし汁          | 鶏ひき肉、豆腐、にんじん、干しいたけ、葉ねぎ、卵 / だいこん、にんじん、ちりめんじゃこ、わかめ、ごま / 麩、にんじん、えのきだけ                |
|           | おじや / にんじんと野菜のうま煮 / みそ汁   | 米、にんじん、たまねぎ / にんじん、こまつな / 麩、たまねぎ、わかめ                      | おじや / にんじんと野菜のそぼろ煮 / みそ汁       | 米、にんじん、たまねぎ / にんじん、こまつな、鶏ひき肉 / 麩、たまねぎ、わかめ                          | 牛乳 / お米のおやき                   | 牛乳 / 米、葉ねぎ、花かつお、ごま、ながいも   |
| 25<br>(水) | 豆腐の野菜あんかけ / かぶとにんじんのうま煮 / パナナ   | 豆腐、たまねぎ、ひじき、白ねぎ、にんじん、こまつな / かぶ、にんじん / パナナ                 | あんかけハンバーグ / かぶとにんじんのうま煮 / パナナ  | 牛ひき肉、豚ひき肉、たまねぎ、卵、パン粉、豆腐、ひじき、白ねぎ、にんじん、こまつな / かぶ、にんじん / パナナ          | あんかけハンバーグ / かぶの浅漬け / パナナ      | 牛ひき肉、豚ひき肉、たまねぎ、卵、パン粉、豆腐、ひじき、白ねぎ、にんじん、しめじ、こまつな / かぶ、にんじん、ごま / パナナ                  |
|           | かわいいのみそ煮 / すまし汁 / さつまいもの甘煮  | かわいい、にんじん / 豆腐、にんじん、たまねぎ、こまつな / さつまいも、砂糖                  | かわいいの味噌煮 / すまし汁 / いもようかん       | かわいい、にんじん / 豆腐、にんじん、たまねぎ、こまつな / 寒天、さつまいも、砂糖                        | 牛乳 / いもようかん                   | 牛乳 / 寒天、さつまいも、砂糖  |
| 26<br>(木) | じゃがいもと野菜のうま煮 / わかめスープ / りんご煮  | じゃがいも、たまねぎ、にんじん、キャベツ / わかめ、にんじん、豆腐 / りんご                  | タコライス / わかめスープ / りんご煮          | 米、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、ケチャップ、ソース、キャベツ / わかめ、にんじん、豆腐 / りんご                | タコライス / わかめスープ / りんご煮         | 米、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、にんにく、ケチャップ、ソース、キャベツ / わかめ、にんじん、しめじ、豆腐 / りんご                      |
|           | うどん煮 / 豆腐と野菜のうま煮 / ポテトチーズボール  | うどん、にんじん、キャベツ、もやし、青のり / 豆腐、たまねぎ、にんじん / じゃがいも、たまねぎ、チーズ     | うどん / 豆腐と野菜のうま煮 / ポテトチーズボール    | うどん、豚ひき肉、にんじん、キャベツ、もやし、青のり / 豆腐、たまねぎ、にんじん / じゃがいも、たまねぎ、チーズ         | 牛乳 / 焼きうどん                    | 牛乳 / うどん、豚ひき肉、にんじん、キャベツ、もやし、青のり   |
| 27<br>(金) | かわいいのおろし煮 / ささ身のうま煮 / ほんかん  | かわいい、だいこん、葉ねぎ / 鶏ささ身、もやし、にんじん、いんげんまめ / ほんかん               | かわいいのおろし煮 / ささ身のうま煮 / ほんかん     | かわいい、だいこん、葉ねぎ / 鶏ささ身、もやし、にんじん、いんげんまめ / ほんかん                        | さばのおろし煮 / ささ身のごましょうゆ和え / ほんかん | さば、だいこん、葉ねぎ / 鶏ささ身、もやし、にんじん、いんげんまめ、ごま / ほんかん                                      |
|           | おじや / 麩と野菜のうま煮 / オニオンスープ  | 米、にんじん、たまねぎ / 麩、もやし、にんじん / たまねぎ、にんじん                      | お好み焼き / 麩と野菜のうま煮 / オニオンスープ     | 豚ひき肉、キャベツ、ながいも、葉ねぎ、小麦粉、卵、天かす、ソース、青のり、花かつお / 麩、もやし、にんじん / たまねぎ、にんじん | 牛乳 / お好み焼き                    | 牛乳 / 豚ひき肉、キャベツ、ながいも、葉ねぎ、小麦粉、卵、天かす、ソース、青のり、花かつお                                    |
| 28<br>(土) | 麩と野菜のトマト煮 / 野菜スープ / みかん   | 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 / みかん             | 麩と野菜のトマト炒め煮 / 野菜スープ / みかん      | 麩、たまねぎ、にんじん、ピーマン、トマト缶、ケチャップ / たまねぎ、にんじん、じゃがいも / みかん                | 麩と野菜のトマト炒め / ベーコンと野菜スープ / みかん | 麩、たまねぎ、にんじん、ピーマン、トマト缶、ケチャップ / ベーコン、たまねぎ、にんじん、じゃがいも / みかん                          |
|           | 切り干しだいこんのうま煮 / 麩の磯煮 / すまし汁  | 切り干しだいこん、にんじん、たまねぎ / 麩、青のり / じゃがいも、わかめ、たまねぎ               | 切り干しだいこんのうま煮 / 麩の磯煮 / すまし汁     | 切り干しだいこん、にんじん、たまねぎ / 麩、青のり / じゃがいも、わかめ、たまねぎ                        | 牛乳 / おにぎり                     | 牛乳 / 米、花かつお   |