

離乳食こんだてカレンダー

令和8(2026)年3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 (月)	ミルクシチュー / 野菜のうま煮 / パナナ	じゃがいも、にんじん、たまねぎ、片栗粉、脱脂粉乳、牛乳 / キャベツ、にんじん、ピーマン / パナナ	クリームシチュー / ツナと野菜のうま煮 / 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 / キャベツ、にんじん、ピーマン、ツナ缶 / パナナ	カレーシチュー / フレンチサラダ / 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、ソース、ケチャップ、脱脂粉乳 / キャベツ、にんじん、ピーマン、ツナ缶 / パナナ
	ピーマンと野菜のうま煮 / じゃがいものみたらし / すまし汁	ピーマン、にんじん、キャベツ / じゃがいも、砂糖 / たまねぎ、わかめ、麩、にんじん	ピーマンと野菜のうま煮 / じゃがいものみたらし / すまし汁	ピーマン、にんじん、キャベツ / じゃがいも、砂糖 / たまねぎ、わかめ、麩、にんじん	牛乳 / じゃがいものみたらし	牛乳 / じゃがいも、砂糖
3 (火)	高野含め煮 / ほうれんそうのうま煮 / 赤だし	高野豆腐、にんじん、たまねぎ、さやえんどう / ほうれんそう、にんじん / 花麩、わかめ、たまねぎ、葉ねぎ、赤みそ	高野含め煮 / ほうれんそうのおかか煮 / 赤だし	高野豆腐、にんじん、たまねぎ、さやえんどう / ほうれんそう、にんじん、花かつお / 花麩、わかめ、たまねぎ、葉ねぎ、赤みそ	高野含め煮 / ほうれんそうのおかか和え / えのきだけ、花麩、わかめ、葉ねぎ、赤みそ	高野豆腐、にんじん、たまねぎ、さやえんどう / ほうれんそう、にんじん、花かつお / えのきだけ、花麩、わかめ、葉ねぎ、赤みそ
	ひじきと野菜のうま煮 / 野菜スープ / イチゴヨーグルト和え	ひじき、たまねぎ、にんじん、さやえんどう / ほうれんそう、たまねぎ、にんじん / ヨーグルト、砂糖、いちご	ひじきと野菜のうま煮 / 野菜スープ / イチゴヨーグルト和え	ひじき、たまねぎ、にんじん、さやえんどう / ほうれんそう、たまねぎ、にんじん / ヨーグルト、砂糖、いちご	牛乳 / いちごヨーグルトゼリー	牛乳 / ヨーグルト、牛乳、砂糖、ゼラチン、いちご
4 (水)	かれのい煮付け / にんじんのうま煮 / すまし汁	かれのい / にんじん / だいこん、チンゲンサイ、わかめ	かれのい煮付け / にんじんシリシリ / すまし汁	かれのい / にんじん、ツナ缶 / だいこん、チンゲンサイ、わかめ	かれのい煮付け / にんじんシリシリ / すまし汁	かれのい / にんじん、ツナ缶 / だいこん、チンゲンサイ、わかめ
	切り干しだいこんのうま煮 / じゃがいものきな粉和え / オニオンスープ	切り干しだいこん、にんじん、たまねぎ / じゃがいも、きな粉、砂糖 / たまねぎ、にんじん	切り干しだいこんの炒め煮 / じゃがいものきな粉和え / オニオンスープ	切り干しだいこん、にんじん、たまねぎ、ツナ缶 / じゃがいも、きな粉、砂糖 / 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、砂糖
5 (木)	豆腐と野菜のうま煮 / みそ汁 / いよかん	豆腐、にんじん、ほうれんそう、たまねぎ / じゃがいも、にんじん、葉ねぎ / いよかん	炒り豆腐 / みそ汁 / いよかん	豚ひき肉、豆腐、にんじん、ほうれんそう、たまねぎ、卵 / じゃがいも、にんじん、葉ねぎ / いよかん	炒り豆腐 / みそ汁 / いよかん	豚ひき肉、豆腐、にんじん、ほうれんそう、たまねぎ、卵 / じゃがいも、にんじん、葉ねぎ / いよかん
	ラーメン煮 / 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、もやし、キャベツ、葉ねぎ / 麩、にんじん、ほうれんそう / じゃがいも、たまねぎ、チーズ	ラーメン / 野菜のそぼろ煮 / ポテトチーズボール	中華そば、豚ひき肉、にんじん、もやし、キャベツ、葉ねぎ / 豚ひき肉、にんじん、ほうれんそう / じゃがいも、たまねぎ、チーズ	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、ごま油
6 (金)	かれのいあんかけ / すまし汁	かれのい、たまねぎ、にんじん、葉ねぎ / 豆腐、わかめ、たまねぎ	あじのあんかけ / すまし汁	あじ、たまねぎ、にんじん、葉ねぎ / 豆腐、わかめ、たまねぎ	あじの南蛮漬け / すまし汁	あじ、たまねぎ、にんじん、葉ねぎ / 豆腐、えのきだけ、わかめ、たまねぎ
	豆腐と野菜のうま煮 / にんじんのうま煮 / みそ汁	豆腐、たまねぎ、にんじん / にんじん / じゃがいも、たまねぎ、葉ねぎ	豆腐と野菜のうま煮 / にんじんグラッセ / みそ汁	豆腐、たまねぎ、にんじん / にんじん、バター / じゃがいも、たまねぎ、葉ねぎ	牛乳 / クリームパン	牛乳 / ドッグパン、卵、牛乳、砂糖、コーンスターチ、バター、ワイン
7 (土)	だいこんのうま煮 / みそ汁 / オレンジ	だいこん、にんじん、たまねぎ、キャベツ、いんげんまめ / にんじん、たまねぎ、葉ねぎ / オレンジ	だいこんのそぼろ煮 / みそ汁 / オレンジ	鶏ひき肉、だいこん、にんじん、たまねぎ、キャベツ、いんげんまめ / にんじん、たまねぎ、葉ねぎ / オレンジ	だいこんのそぼろ煮 / みそ汁 / オレンジ	鶏ひき肉、だいこん、にんじん、たまねぎ、キャベツ、いんげんまめ / にんじん、たまねぎ、葉ねぎ / オレンジ
	キャベツと野菜のうま煮 / すまし汁 / にんじんオレンジ煮	キャベツ、たまねぎ / だいこん、麩、わかめ / にんじん、オレンジ	キャベツと野菜のそぼろ煮 / すまし汁 / にんじんオレンジ煮	キャベツ、鶏ひき肉、たまねぎ / だいこん、麩、わかめ / にんじん、オレンジ	牛乳 / おにぎり	牛乳 / 米、ツナ缶
9 (月)	野菜の中華風煮 / じゃがいもと野菜のみそ煮	にんじん、たまねぎ、チンゲンサイ、はくさい、もやし / じゃがいも、ピーマン、パプリカ、ゆば、赤みそ	八宝菜 / じゃがいもの甘辛みそ煮	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 / 鶏ひき肉、じゃがいも、ピーマン、パプリカ、赤みそ	八宝菜 / じゃがいもの甘辛みそ炒め	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 / じゃがいも、鶏ひき肉、ピーマン、パプリカ、赤みそ
	野菜のうま煮 / すまし汁 / フルーツヨーグルト	はくさい、にんじん、たまねぎ / もやし、にんじん、わかめ / ヨーグルト、バナナ、みかん缶、もも缶	野菜のそぼろ煮 / すまし汁 / フルーツヨーグルト	鶏ひき肉、はくさい、にんじん、たまねぎ / もやし、にんじん、わかめ / ヨーグルト、バナナ、みかん缶、もも缶	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
10 (火)	かれのいのみそ煮 / けんちん汁 / オレンジ	かれのい / 豆腐、にんじん、だいこん、葉ねぎ / オレンジ	かれのいのみそ煮 / けんちん汁 / オレンジ	かれのい / 鶏ひき肉、豆腐、にんじん、だいこん、葉ねぎ / オレンジ	さばのみそ煮 / けんちん汁 / オレンジ	さば、しょうが / 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 / オレンジ
	豆腐と野菜のうま煮 / じゃがいもの磯煮 / すまし汁	豆腐、だいこん、にんじん / じゃがいも、青のり / たまねぎ、にんじん、葉ねぎ	豆腐と野菜のおかか煮 / じゃがいもの磯煮 / すまし汁	豆腐、だいこん、にんじん、花かつお / じゃがいも、青のり / たまねぎ、にんじん、葉ねぎ	牛乳 / 焼きおにぎり	牛乳 / 米、花かつお
11 (水)	豆腐と野菜のみそ煮 / 野菜スープ	にんじん、たまねぎ、豆腐、赤みそ、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、赤みそ、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、ごま油、赤みそ、葉ねぎ / はるさめ、にんじん、キャベツ、わかめ、ごま油
	さつまいもと野菜のうま煮 / 麩の磯煮 / みそ汁	さつまいも、にんじん、たまねぎ / 麩、青のり / キャベツ、にんじん、葉ねぎ	さつまいもと野菜のうま煮 / 麩の磯煮 / みそ汁	さつまいも、にんじん、たまねぎ / 麩、青のり / キャベツ、にんじん、葉ねぎ	牛乳 / ふかしいも	牛乳 / さつまいも
12 (木)	高野含め煮 / レバー甘辛煮 / パナナ	にんじん、たまねぎ、高野豆腐、ほうれんそう / 鶏レバー / パナナ	高野含め煮卵とじ / レバー甘辛煮 / パナナ	鶏ひき肉、にんじん、たまねぎ、高野豆腐、ほうれんそう、卵 / 鶏レバー / パナナ	高野含め煮卵とじ / レバー甘辛煮 / パナナ	鶏ひき肉、にんじん、たまねぎ、高野豆腐、ほうれんそう、卵 / 鶏レバー、しょうが / パナナ
	おじや / 野菜のうま煮 / みそ汁	米、にんじん、たまねぎ / じゃがいも、にんじん / ほうれんそう、たまねぎ、麩、わかめ	ホットケーキ / 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 / 鶏ひき肉、じゃがいも、にんじん / ほうれんそう、たまねぎ、麩、わかめ	牛乳 / 豆乳蒸しパン	牛乳 / 小麦粉、ベーキングパウダー、大豆、豆乳、砂糖
13 (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 / にんじん、こまつな、たまねぎ	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 / にんじん、こまつな、たまねぎ	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 / えのきだけ、にんじん、こまつな、たまねぎ
	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、こまつな / じゃがいも、きな粉、砂糖 / キャベツ、たまねぎ、にんじん	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、こまつな / じゃがいも、きな粉、砂糖 / キャベツ、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、砂糖
14 (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、赤みそ、葉ねぎ / もやし、わかめ、にんじん / オレンジ	豚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、赤みそ、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、赤みそ、葉ねぎ、にんにく / 鶏ひき肉、もやし、わかめ、ごま油 / オレンジ
	ひじきと野菜のうま煮 / ポテトチーズボール / すまし汁	ひじき、にんじん、たまねぎ / じゃがいも、たまねぎ、チーズ / もやし、にんじん、キャベツ	ひじきと野菜のうま煮 / ポテトチーズボール / すまし汁	鶏ひき肉、ひじき、にんじん、たまねぎ / じゃがいも、たまねぎ、チーズ / もやし、にんじん、キャベツ	牛乳 / おにぎり	牛乳 / 米、ホールコーン
16 (月)	麩と野菜のうま煮 / みそ汁 / りんご煮	にんじん、ピーマン、たまねぎ / だいこん、にんじん、白ねぎ / りんご	チャブチェ / ソーキ汁 / りんご煮	はるさめ、牛ひき肉、にんじん、ピーマン、たまねぎ / 豚ひき肉、だいこん、にんじん、白ねぎ / りんご	チャブチェ / ソーキ汁 / りんご煮	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、にんにく、ごま油、ごま / 豚ひき肉、刻みこんぶ、だいこん、にんじん、白ねぎ、しょうが / りんご
	おじや / ピーマンと野菜のうま煮 / みそ汁	米、にんじん、たまねぎ / ピーマン、にんじん、たまねぎ / にんじん、だいこん、葉ねぎ、麩	ホットケーキ / ピーマンと野菜のうま煮 / 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 / ピーマン、にんじん、たまねぎ / にんじん、だいこん、葉ねぎ	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 (火)	かれないのあんかけ / ささ身とキャベツのスープ / りんご煮	かれない、たまねぎ、ブロッコリー / 鶏ささ身、キャベツ、たまねぎ、にんじん、葉ねぎ / りんご	かれないのあんかけ / ささ身とキャベツのスープ / りんご煮	かれない、たまねぎ、ブロッコリー / 鶏ささ身、キャベツ、たまねぎ、にんじん、葉ねぎ / りんご	かれないのオリエンタルソースがけ / ささ身とキャベツのスープ	かれない、たまねぎ、りんご、バター、カレー粉、ケチャップ、ブロッコリー / 鶏ささ身、キャベツ、たまねぎ、にんじん、葉ねぎ
	豆腐のおやき / ささ身と野菜のうま煮 / オニオンスープ	豆腐、チーズ / ささ身、ブロッコリー、にんじん / たまねぎ、にんじん	豆腐のおやき / ささ身と野菜のうま煮 / オニオンスープ	豆腐、チーズ / ささ身、ブロッコリー、にんじん / たまねぎ、にんじん	牛乳 / 豆腐のおやき	牛乳 / 豆腐、ちくわ、チーズ
18 (水)	おじや / 切り干しだいこんのうま煮 / みそ汁	米、豆腐、にんじん、さやえんどう / 切り干しだいこん、にんじん / ジャがいも、にんじん、葉ねぎ	おじや / 切り干しだいこんのうま煮 / みそ汁	米、豆腐、にんじん、さやえんどう、油揚げ / 切り干しだいこん、鶏ひき肉、にんじん / ジャがいも、にんじん、葉ねぎ	とろ飯 / 切り干しだいこんのうま煮 / みそ汁	米、豆腐、さば缶、ごぼう、にんじん、さやえんどう、油揚げ / 切り干しだいこん、鶏ひき肉、ちくわ、にんじん / ジャがいも、にんじん、葉ねぎ
	かれないの煮付け / 野菜スープ / にんじんみかん煮	かれない、にんじん / にんじん、たまねぎ、さやえんどう / みかん缶、にんじん	かれないのみそ煮 / 野菜スープ / みかん寒天	かれない、にんじん / にんじん、たまねぎ、鶏ひき肉、さやえんどう / 寒天、みかん缶、砂糖	牛乳 / みかん寒天	牛乳 / 寒天、みかん缶、砂糖
19 (木)	ジャがいもと野菜のうま煮 / ゆばとわかめのスープ / パナナ	ジャがいも、たまねぎ、にんじん、いんげんまめ / ゆば、にんじん、わかめ、葉ねぎ / パナナ	変わり信田煮 / 卵とわかめのスープ / パナナ	鶏ひき肉、油揚げ、にんじん、いんげんまめ / 卵、にんじん、わかめ、葉ねぎ / パナナ	変わり信田煮 / 卵とわかめのスープ / パナナ	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、にんじん、わかめ、葉ねぎ / パナナ
	野菜うどん煮 / 野菜のうま煮 / ポテトチーズボール	うどん、たまねぎ、にんじん、葉ねぎ、赤みそ / たまねぎ、にんじん、いんげんまめ / ジャがいも、たまねぎ、チーズ	みそ煮込みうどん / 野菜のうま煮 / ポテトチーズボール	うどん、鶏ひき肉、油揚げ、葉ねぎ、赤みそ / たまねぎ、にんじん、いんげんまめ / ジャがいも、たまねぎ、チーズ	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、赤みそ
20 (金)	 <h2 style="margin: 0;">春分の日</h2>					
21 (土)	ジャがいもと野菜のうま煮 / すまし汁 / オレンジ	ジャがいも、にんじん、ピーマン、たまねぎ / 麩、にんじん、こまつな / オレンジ	豚ひき肉とジャがいものソテー / すまし汁 / オレンジ	豚ひき肉、ジャがいも、にんじん、ピーマン、たまねぎ / 麩、にんじん、こまつな / オレンジ	豚ひき肉とジャがいものソテー / すまし汁 / オレンジ	豚ひき肉、ジャがいも、にんじん、ピーマン、たまねぎ / 麩、にんじん、こまつな / オレンジ
	ピーマンと野菜のうま煮 / 麩の磯煮 / 野菜スープ	ピーマン、にんじん、たまねぎ / 麩、青のり / こまつな、たまねぎ、にんじん	ピーマンと野菜のそぼろ煮 / 麩の磯煮 / 野菜スープ	豚ひき肉、ピーマン、にんじん、たまねぎ / 麩、青のり / こまつな、たまねぎ、にんじん	牛乳 / おにぎり	牛乳 / 米、わかめ
23 (月)	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、わかめ、たまねぎ / 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、わかめ、たまねぎ / 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、ごま油 / 豆腐、しめじ、わかめ / りんご
	ジャがいものおやき / 野菜のうま煮 / みそ汁	ジャがいも、たまねぎ / にんじん、たまねぎ、キャベツ / 豆腐、にんじん、たまねぎ	ジャがいものおやき / 野菜のうま煮 / みそ汁	ジャがいも、たまねぎ、豚ひき肉 / にんじん、たまねぎ、キャベツ / 豆腐、にんじん、たまねぎ	牛乳 / ジャがいものおやき	牛乳 / ジャがいも、たまねぎ、豚ひき肉
24 (火)	かれないのみそ煮 / 切り干しだいこんのうま煮 / すまし汁	かれない、にんじん / 切り干しだいこん、たまねぎ、にんじん / 豆腐、にんじん、葉ねぎ	ポテトオムレツ / 切り干しだいこんのうま煮 / すまし汁	卵、ジャがいも、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 / 豆腐、にんじん、葉ねぎ	ポテトオムレツ / 切り干しだいこん、ベーコン、たまねぎ、ケチャップ、ソース / 豆腐、にんじん、えのきだけ、葉ねぎ	卵、ジャがいも、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、ケチャップ、ソース / 豆腐、にんじん、えのきだけ、葉ねぎ
	豆腐と野菜のうま煮 / ジャがいもの磯煮 / みそ汁	豆腐、にんじん、たまねぎ / ジャがいも、青のり / にんじん、わかめ、麩	豆腐と野菜のうま煮 / ジャがいもの磯煮 / みそ汁	豆腐、にんじん、たまねぎ / ジャがいも、青のり / にんじん、わかめ、麩	牛乳 / 五平もち	牛乳 / 米、赤みそ、砂糖
25 (水)	豆腐とひじきのうま煮 / ほうれんそうスープ / パナナ	たまねぎ、にんじん、豆腐、ひじき / ほうれんそう、にんじん / パナナ	煮込みハンバーグ / ほうれんそうスープ / パナナ	鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、豆腐、ひじき、パン粉、卵、ソース、ケチャップ / ほうれんそう、にんじん、ホールコーン / パナナ	煮込みハンバーグ / ほうれんそうサラダ / パナナ	鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、豆腐、ひじき、パン粉、卵、ソース、ワイン、ケチャップ / ほうれんそう、ベーコン、ホールコーン / パナナ
	かれないのあんかけ / すまし汁 / さつまいもの甘煮	かれない、にんじん、たまねぎ / 豆腐、にんじん、たまねぎ、ほうれんそう / さつまいも、砂糖	かれないのあんかけ / すまし汁 / いちようかん	かれない、にんじん、たまねぎ / 豆腐、にんじん、たまねぎ、ほうれんそう / 寒天、さつまいも、砂糖	牛乳 / いちようかん	牛乳 / 寒天、さつまいも、砂糖
26 (木)	おじや / わかめスープ / りんご煮	米、にんじん、ピーマン、たまねぎ / わかめ、にんじん、豆腐、葉ねぎ / りんご	おじや / わかめスープ / りんご煮	米、豚ひき肉、卵、にんじん、ピーマン、たまねぎ / わかめ、にんじん、豆腐、葉ねぎ / りんご	元氣ピラフ / わかめスープ / りんご煮	米、豚ひき肉、卵、にんじん、ピーマン、たまねぎ / わかめ、にんじん、しめじ、豆腐、葉ねぎ / りんご
	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、たまねぎ / ジャがいも、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、豚ひき肉、にんじん、キャベツ、もやし、青のり / 麩、にんじん、たまねぎ / ジャがいも、たまねぎ、チーズ	牛乳 / 焼きそば	牛乳 / 中華そば、豚ひき肉、にんじん、キャベツ、もやし、ソース、青のり
27 (金)	かれないのくす煮 / キャベツのうま煮 / ポテトスープ	かれない / キャベツ、にんじん / ジャがいも、たまねぎ、にんじん、牛乳	さけのムニエル / キャベツのおかか煮 / ポテトスープ	さけ、小麦粉、バター / キャベツ、にんじん、花かつお / ジャがいも、たまねぎ、にんじん、ホールコーン、牛乳	さけのムニエル / キャベツのおかか和え / ポテトスープ	さけ、小麦粉、バター / キャベツ、にんじん、花かつお、ごま油 / ジャがいも、たまねぎ、にんじん、ベーコン、ホールコーン、牛乳、ワイン
	おじや / ジャがいもの磯煮 / 野菜スープ	米、にんじん、たまねぎ / ジャがいも、青のり / にんじん、たまねぎ、ブロッコリー、ゆば	ホットケーキ / ジャがいもの磯煮 / 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 / ジャがいも、青のり / にんじん、たまねぎ、ブロッコリー	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
28 (土)	ひじきと野菜のうま煮 / ジャがいもと野菜のスープ / オレンジ	ひじき、にんじん、たまねぎ、麩 / ジャがいも、たまねぎ、にんじん / オレンジ	ひじきと野菜のうま煮 / ジャがいもと野菜のスープ / オレンジ	ひじき、鶏ひき肉、油揚げ、にんじん、たまねぎ / ジャがいも、たまねぎ、にんじん / オレンジ	ひじきと野菜のうま煮 / ベーコンと野菜のスープ / オレンジ	ひじき、鶏ひき肉、油揚げ、にんじん、たまねぎ / ベーコン、たまねぎ、にんじん、ジャがいも / オレンジ
	ゆばと野菜のうま煮 / みそ汁 / にんじんオレンジ煮	ゆば、ジャがいも、たまねぎ / にんじん、たまねぎ / にんじん、オレンジ	野菜のそぼろ煮 / みそ汁 / にんじんオレンジ煮	鶏ひき肉、ジャがいも、たまねぎ / にんじん、たまねぎ、油揚げ / にんじん、オレンジ	牛乳 / おにぎり	牛乳 / 米、花かつお
30 (月)	ミルクシチュー / ブロッコリーのうま煮 / パナナ	ジャがいも、にんじん、たまねぎ、片栗粉、脱脂粉乳、牛乳 / ブロッコリー、にんじん、たまねぎ / パナナ	クリームシチュー / ブロッコリーのおかか煮 / パナナ	鶏ひき肉、ジャがいも、にんじん、たまねぎ、バター、小麦粉、脱脂粉乳、牛乳 / ブロッコリー、にんじん、ホールコーン、花かつお / パナナ	クリームシチュー / ブロッコリーのおかか和え / パナナ	鶏ひき肉、ジャがいも、にんじん、たまねぎ、バター、小麦粉、脱脂粉乳、牛乳 / ブロッコリー、にんじん、ホールコーン、花かつお / パナナ
	ブロッコリーと野菜のうま煮 / ジャがいものきな粉和え / すまし汁	ブロッコリー、にんじん、たまねぎ / ジャがいも、きな粉、砂糖 / にんじん、麩、わかめ	ブロッコリーと野菜のそぼろ煮 / ジャがいものきな粉和え / すまし汁	鶏ひき肉、ブロッコリー、ホールコーン、にんじん、たまねぎ / ジャがいも、きな粉、砂糖 / にんじん、麩、わかめ	牛乳 / ジャがいものきな粉和え	牛乳 / ジャがいも、きな粉、砂糖
31 (火)	だいこんと野菜のうま煮 / すまし汁	だいこん、にんじん、ジャがいも、葉ねぎ / にんじん、たまねぎ、わかめ、麩	だいこんと豚ひき肉のべっこう煮 / すまし汁	豚ひき肉、だいこん、にんじん、厚揚げ、葉ねぎ / にんじん、たまねぎ、わかめ	だいこんと豚ひき肉のべっこう煮 / すまし汁	豚ひき肉、だいこん、にんじん、厚揚げ、葉ねぎ / にんじん、たまねぎ、わかめ
	おじや / 野菜のうま煮 / みそ汁	米、にんじん、たまねぎ / にんじん、たまねぎ / だいこん、麩、にんじん	ホットケーキ / 豚ひき肉と野菜のうま煮 / 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、にんじん、たまねぎ / だいこん、麩、にんじん	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