



		初期	中期		後期	
日	曜	お昼	お昼	午後	お昼 午後	
1	金	お粥 スープ 玉ねぎペースト さつま芋ペースト	お粥 スープ 高野豆腐と玉ねぎのだし煮 さつま芋のだし煮	人参おじや	軟飯 味噌汁 高野豆腐と玉ねぎの煮物 スティックさつま芋	軟飯 豚そぼろと人参の煮物
2	土	お粥 スープ ほうれん草ペースト 人参ペースト	お粥 スープ 鶏ささみとほうれん草のだし煮 人参のだし煮	キャベツおじや	軟飯 味噌汁 鶏ささみとほうれん草の煮物 スティック人参	軟飯 しらすとキャベツの煮物
4	月	お粥 スープ かぼちゃペースト 大根ペースト	お粥 スープ 鶏そぼろとかぼちゃのだし煮 大根のだし煮	玉ねぎおじや	軟飯 味噌汁 鶏そぼろとかぼちゃの煮物 スティック大根	軟飯 お麩と玉ねぎの煮物
5	火	お粥 スープ キャベツペースト 小松菜ペースト	お粥 スープ 高野豆腐とキャベツのだし煮 小松菜のだし煮	大根おじや	軟飯 味噌汁 高野豆腐とキャベツの煮物 小松菜の煮物	軟飯 豚肉団子と大根の煮物
6	水	お粥 スープ 玉ねぎペースト 人参ペースト	お粥 スープ 鶏ささみと玉ねぎのだし煮 人参のだし煮	白菜おじや	軟飯 スープ 鶏ささみと玉ねぎの煮物 スティック人参	軟飯 しらすと白菜の煮物
7	木	お粥 スープ 豆腐ペースト 人参ペースト	お粥 スープ 豆腐と玉ねぎのだし煮 人参のだし煮	なすおじや	軟飯 スープ 豆腐と玉ねぎの味噌煮 スティック人参	軟飯 たらとなすの煮物
8	金	お粥 スープ かれいペースト ほうれん草ペースト	お粥 スープ かれいと玉ねぎのだし煮 ほうれん草のだし煮	白菜おじや	軟飯 スープ かれいと玉ねぎの煮物 ほうれん草の煮物	軟飯 鶏そぼろと白菜の煮物
9	土	お粥 スープ キャベツペースト じゃが芋ペースト	お粥 スープ 鶏ささみとキャベツのだし煮 じゃが芋のだし煮	きゅうりおじや	軟飯 スープ 鶏ささみとキャベツの煮物 スティックじゃが芋	軟飯 高野豆腐ときゅうりの煮物
12	火	お粥 スープ キャベツペースト かぼちゃペースト	お粥 スープ お麩とキャベツのだし煮 かぼちゃのだし煮	じゃが芋おじや	軟飯 味噌汁 お麩とキャベツの煮物 かぼちゃの煮物	軟飯 チーズ入りポテト団子
13	水	お粥 スープ 豆腐ペースト きゅうりペースト	お粥 スープ 豆腐と大根のだし煮 きゅうりのだし煮	キャベツおじや	軟飯 味噌汁 豆腐と大根の煮物 スティックきゅうり	軟飯 豚そぼろとキャベツの味噌煮
14	木	お粥 スープ 玉ねぎペースト じゃが芋ペースト	お粥 スープ しらすと玉ねぎのだし煮 じゃが芋のだし煮	人参おじや	軟飯 味噌汁 しらすと玉ねぎの煮物 スティックじゃが芋	軟飯 高野豆腐と人参の煮物
15	金	お粥 スープ かれいペースト キャベツペースト	お粥 スープ かれいと人参のだし煮 キャベツのだし煮	さつま芋おじや	軟飯 味噌汁 かれいと人参の煮物 キャベツの煮物	軟飯 鶏ささみとさつま芋の煮物
16	土	お粥 スープ ほうれん草ペースト 人参ペースト	お粥 スープ しらすとほうれん草のだし煮 人参のだし煮	キャベツおじや	軟飯 味噌汁 しらすとほうれん草の煮物 スティック人参	軟飯 お麩とキャベツの煮物
18	月	お粥 スープ 人参ペースト さつま芋ペースト	お粥 スープ お麩と人参のだし煮 さつま芋のだし煮	玉ねぎおじや	軟飯 味噌汁 お麩と人参の煮物 スティックさつま芋	軟飯 鶏そぼろと玉ねぎの煮物
19	火	お粥 スープ かれいペースト 人参ペースト	お粥 スープ かれいと玉ねぎのだし煮 人参のだし煮	なすおじや	軟飯 スープ かれいと玉ねぎの味噌煮 スティック人参	軟飯 高野豆腐となすの煮物
20	水	お粥 スープ じゃが芋ペースト きゅうりペースト	丸パン粥 スープ 鶏ささみとじゃが芋のだし煮 きゅうりのだし煮	ほうれん草おじや	丸パン スープ 鶏ささみとじゃが芋の煮物 スティックきゅうり	軟飯 お麩とほうれん草の煮物
21	木	お粥 スープ なすペースト 豆腐ペースト	お粥 スープ 豆腐となすのだし煮 白菜のだし煮	人参おじや	軟飯 味噌汁 豆腐となすの煮物 白菜の煮物	軟飯 豚肉団子と人参の煮物
22	金	お粥 スープ 人参ペースト じゃが芋ペースト	お粥 スープ 高野豆腐と人参のだし煮 じゃが芋のだし煮	玉ねぎおじや	軟飯 スープ 高野豆腐と人参の煮物 スティックじゃが芋	軟飯 お麩と玉ねぎの煮物
23	土	お粥 スープ キャベツペースト じゃが芋ペースト	お粥 スープ 鶏ささみとキャベツのだし煮 じゃが芋のだし煮	小松菜おじや	軟飯 スープ 鶏ささみとキャベツの煮物 スティックじゃが芋	軟飯 高野豆腐と小松菜の煮物
25	月	お粥 スープ 玉ねぎペースト きゅうりペースト	お粥 スープ お麩と玉ねぎのだし煮 きゅうりのだし煮	人参おじや	軟飯 スープ お麩と玉ねぎのケチャップ煮 スティックきゅうり	軟飯 豚そぼろと人参の煮物
26	火	お粥 スープ 人参ペースト キャベツペースト	お粥 スープ 鶏ささみと人参のだし煮 キャベツのだし煮	玉ねぎおじや	軟飯 スープ 鶏ささみと人参の煮物 キャベツの煮物	軟飯 お麩と玉ねぎの味噌煮
27	水	お粥 スープ 小松菜ペースト 人参ペースト	お粥 スープ かれいと小松菜のだし煮 人参のだし煮	さつま芋おじや	軟飯 味噌汁 かれいと小松菜の煮物 スティック人参	軟飯 チーズ入りさつま芋団子
28	木	お粥 スープ 豆腐ペースト きゅうりペースト	お粥 スープ 豆腐とトマトのだし煮 きゅうりのだし煮	かぼちゃおじや	軟飯 スープ 豆腐とトマトの煮物 スティックきゅうり	軟飯 しらすとかぼちゃの煮物
29	金	お粥 スープ 人参ペースト じゃが芋ペースト	お粥 スープ 高野豆腐と人参のだし煮 じゃが芋のだし煮	玉ねぎおじや	軟飯 味噌汁 高野豆腐と人参の煮物 スティックじゃが芋	軟飯 納豆と玉ねぎの煮物
30	土	お粥 スープ キャベツペースト じゃが芋ペースト	お粥 スープ しらすとキャベツのだし煮 じゃが芋のだし煮	人参おじや	軟飯 スープ しらすとキャベツの煮物 スティックじゃが芋	軟飯 鶏ささみと人参の煮物

初期のポイント

中期のポイント

後期のポイント

