

令和 7 年



7月 給食献立表

五条くじら小規模保育園

日 曜	AMおやつ	昼食	PMおやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
1 火	牛乳	ロールパン 豆腐とひじきのハンバーグ ブロッコリーと竹輪のサラダ コンソメスープ	お茶 ヒラフおにぎり	牛乳・ぶたひき肉・豆腐・鶏卵・ちくわ・ウィンナーソーセージ	ロールパン・油・パン粉・片栗粉・マヨドレ・米	乾ひじき・たまねぎ・ゆでブロッコリー・にんじん・きゅうり・チンゲンサイ・黄パプリカ・にんじん
2 水	牛乳	ご飯 鮭の塩焼き キャベツとコーンの和え物 のっぺい汁 バナナ	お茶 チーズ蒸しケーキ	牛乳・さけ・ロースハム・油揚げ・クリームチーズ・鶏卵	米・砂糖・油・さといも・ホットケーキミックス	キャベツ・きゅうり・コーン・にんじん・だいこん・バナナ
3 木	牛乳	ご飯 豚肉のしょうが焼き 春雨サラダ かぼちゃのすまし汁	牛乳 きなこマカロニ	牛乳・ぶた肉・かにかまぼこ・きな粉	米・油・はるさめ・砂糖・ごま油・マカロニ・スパゲティ	たまねぎ・にんじん・青ピーマン・しょうが・りよくとうもろし・きゅうり・くりかぼちゃ・カットわかめ
4 金	牛乳	わかめご飯 鶏のごま照り焼き ポテトサラダ 豆腐の味噌汁	牛乳 パインとみかんのゼリー	牛乳・若鶏もも・ロースハム・豆腐・麦みそ	米・いりごま・砂糖・油・じゃがいも・マヨドレ	炊き込みわかめ・きゅうり・にんじん・こまつな・えのきたけ・みかん缶詰・パインアップル缶詰
5 土	牛乳	豚肉チャーハン ほうれん草のごま和え すまし汁	牛乳 米菓	牛乳・ぶた肉	米・油・砂糖・ごま・鉄・コーラゲンウエハース(ココア)	にんじん・長ねぎ・青ピーマン・冷凍ほうれん草・乾わかめ・だいこん・生しいたけ
7 月	牛乳	七夕ちらし さわらの磯辺焼き もやしときゅうりのナムル 花麩のすまし汁	牛乳 七夕フルーツボンチ	牛乳・しらす干し・プロセスチーズ・桜でんぶ・さわら	米・砂糖・油・ごま油・いりごま・花麩	にんじん・乾しいたけ・オクラ・青のり・もやし・きゅうり・ほうれん草・たまねぎ・にんじん・みかん缶詰・すいか・バナナ・粉寒天
8 火	牛乳	カレーうどん 切干大根の胡麻和え カップヨーグルト	お茶 フレンチトースト	牛乳・ぶたもも(皮脂無)・板かまぼこ・油揚げ・ヨーグルト・鶏卵	ゆでうどん・片栗粉・ごま・砂糖・食パン	長ねぎ・にんじん・ほうれん草・切干しいたけ・きゅうり
9 水	牛乳	麦ご飯 干草焼き ブロッコリーのサラダ なめこの味噌汁	牛乳 サンドクラッカー	牛乳・鶏卵・鶏ひき肉・ロースハム・絹ごし豆腐・麦みそ	米・押麦・砂糖・油・マヨドレ・リッツ	乾しいたけ・にんじん・ほうれん草・ゆでブロッコリー・コーン・たまねぎ・なめこ・いちごジャム
10 木	牛乳	ご飯 ホイコーロー マカロニサラダ かぼちゃのすまし汁	牛乳 きな粉バナナ	牛乳・ぶた肉・赤色辛みそ・ベーコン・きな粉	米・ごま油・片栗粉・マカロニ・スパゲティ・マヨドレ・砂糖	キャベツ・たまねぎ・乾しいたけ・にんじん・きゅうり・コーン・くりかぼちゃ・しめじ・バナナ
11 金	牛乳	黒糖ロール 鮭のムニエル ひじきサラダ 豆乳スープ	お茶 おにぎり&たべるいりこ	牛乳・さけ・ツナ缶・ベーコン・豆乳・削り節	食パン・米	乾ひじき・きゅうり・にんじん・ほうれん草・にんじん・たまねぎ
12 土	牛乳	豆腐そぼろ丼 きゅうりわかめの酢の物 チンゲン菜スープ	牛乳 米菓	牛乳・鶏ひき肉・豆腐・油揚げ	・米・油・砂糖・ビスケット	乾しいたけ・たまねぎ・にんじん・きゅうり・カットわかめ・チンゲンサイ・もやし
14 月	牛乳	ご飯 さばの塩焼き 卵の花炒り 味噌汁 オレンジ	お茶 麩のラスク	牛乳・さば・鶏ひき肉・粉おから・油揚げ・麦みそ	米・油・砂糖・釜焼きふ・有塩バター・グラニュー糖	にんじん・乾しいたけ・ほうれん草・なす・たまねぎ・しめじ・オレンジ
15 火	牛乳	ご飯 肉じゃが アスパラとわかめのマリネ すまし汁	牛乳 ツナサンド	牛乳・ぶた肉・ツナ缶	米・じゃがいも・しらたき・油・砂糖・食パン・有塩マーガリン・マヨドレ	にんじん・たまねぎ・グリーンピース・アスパラガス・きゅうり・コーン・えのきたけ・キャベツ

区分	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 肪 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (レチノール当量: RE)(μg)	ビタミンB 1 (mg)	ビタミンB 2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩相当 量 (g)
1,2歳	459	18.2	16.5	228	1.6	193	0.25	0.36	19	3.7	1.5
3歳以上	506	20.7	17.1	190	2	212	0.3	0.35	23	4.6	1.7

令和 7 年



7月 給食献立表

五条くじら小規模保育園

日	曜	AMおやつ	昼食	PMおやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
16	水	牛乳	ご飯 魚の天ぷらかぼすソース ビーンズサラダ かしわ汁	お茶 芋まんじゅう	牛乳・まがれい・鶏卵・ 大豆水煮缶詰・若鶏むね (皮なし)・豆腐	米・薄力粉・油・砂糖・さつ まいも	かぼす果汁・キャベツ・にんじ ん・乾しいたけ・青ねぎ
17	木	牛乳	ミートスパゲティ ブロッコリーと人参のサラダ コンスープ	お茶 プリン	牛乳・牛ひき肉・ぶたひ き肉・まぐろ水煮缶詰・ 豆乳	マカロニ・スパゲティ・油・ 砂糖・プリン・ホイップク リーム	たまねぎ・にんじん・グリーン ピース・ホールトマト・トマト ケチャップ・ゆでブロッコ リー・にんじん・きゅうり・ コーン缶詰クリーム・コーン・ みかん缶詰
18	金	牛乳	ロールパン 鶏肉のオーロラソース焼き 千切りサラダ ポトフ風スープ	お茶 やみつきおにぎり	牛乳・若鶏もも皮なし・ ベーコン	ロールパン・薄力粉・油・マ ヨドレ・砂糖・じゃがいも・ 米・てんかす	トマトケチャップ・だいこん・ きゅうり・にんじん・たまね ぎ・キャベツ・青のり
19	土	牛乳	ハヤシライス キャベツとコーンのサラダ フルーツゼリー	牛乳 米菓	牛乳・ぶた肉	米・じゃがいも・油・マヨド レ・ゼリー・鉄+コラーゲン ウエハース(ココア)	たまねぎ・にんじん・キャベ ツ・アスパラガス・コーン
22	火	牛乳	ロールパン 鶏もも塩焼き カテージチーズサラダ ほうれん草スープ メロン	お茶 鮭おにぎり	牛乳・鶏もも・カテージ チーズ・ウインナーソー セージ	ロールパン・油・砂糖・米	キャベツ・きゅうり・にんじ ん・ほうれんそう・たまねぎ・ メロン
23	水	牛乳	塩焼きそば もやしのコマ昆布和え 豆腐の味噌汁	お茶 フルーツヨーグルト	牛乳・ぶた肉・豆腐・麦 みそ・プレーンヨーグル ト	中華めん・ごま油・ごま・砂 糖	キャベツ・にんじん・青ねぎ・ 青のり・もやし・チンゲンサ イ・塩昆布・たまねぎ・もず く・みかん缶詰・パインアップ ル缶詰・白桃缶
24	木	牛乳	ご飯 赤魚のから揚げ もやしの中華サラダ じゃがいものみそ汁	牛乳 アイスボックスクッキー	牛乳・赤魚・生揚げ・麦 みそ・豆乳	米・片栗粉・油・砂糖・ごま 油・いりごま・じゃがいも・ 無塩バター・薄力粉	りよくとうもろやし・にんじん・ きゅうり・たまねぎ・青ねぎ
25	金	牛乳	ふりかけごはん ミートローフ マカロニサラダ コンソメスープ ヤクルト	お茶 ケーキ	牛乳・牛ひき肉・ぶたひ き肉・鶏卵・ロースハ ム・ヤクルト・生クリー ム	ご飯・パン粉・油・マカロ ニ・スパゲティ・マヨドレ・ スポンジケーキ・砂糖	たまねぎ・にんじん・トマトケ チャップ・きゅうり・にんじ ん・くりかぼちゃ・セロリー・ みかん缶詰
26	土	牛乳	和風スパゲティ のり塩ポテト わかめスープ	牛乳 米菓	牛乳・若鶏むね(皮なし)	マカロニ・スパゲティ・油・ じゃがいも・揚げせんべい	たまねぎ・しめじ・ほうれんそ う・にんにく・あおのり・カッ トわかめ
28	月	牛乳	夏野菜カレー コーンサラダ 桃缶	牛乳 塩マヨポテト	牛乳・ぶたひき肉・牛ひ き肉	米・油・砂糖・乾燥マッシュ ポテト・片栗粉・マヨドレ	なす・青ピーマン・たまねぎ・ くりかぼちゃ・キャベツ・冷凍 コーン・きゅうり・白桃缶
29	火	牛乳	ご飯 さわらのあかね焼き 切り干し大根の煮物 里芋の味噌汁	お茶 米粉の蒸しパン	牛乳・さわら・油揚げ・ 麦みそ・豆乳	米・砂糖・冷凍さといも・米 粉・甘納豆(あずき)	トマトケチャップ・切干しだい こん・にんじん・たまねぎ・生 しいたけ・青ねぎ
30	水	牛乳	ご飯 鶏肉のヒカタ にんじんサラダ なすの味噌汁	お茶 みかんフルーチェ	牛乳・鶏もも(皮なし)・鶏 卵・ツナ缶・麦みそ	米・薄力粉・油・砂糖・フ ルーチェ	トマトケチャップ・にんじん・ きゅうり・なす・ごまつな・た まねぎ・みかん缶詰
31	木	牛乳	野菜ラーメン かぼちゃのサラダ バナナ	牛乳 マドレーヌ	牛乳・ぶたもも(皮脂無)・ ロースハム・鶏卵	中華めん・ごま油・マヨネー ズ・ホットケーキミックス・ 無塩バター・砂糖	たまねぎ・にんじん・りよくと うもやし・コーン・にら・くり かぼちゃ・レーズン・きゅう り・バナナ



離乳食後期 献立表

令和 7年7月

五条くじら小規模保育園

日付	献立名			食品名
	AMおやつ	昼食	PMおやつ	
1 (火)	お茶	食パン・豆腐と野菜の煮物・にんじんスティック・コンソメスープ	洋風お粥	・麦茶・食パン・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・チンゲンサイ・たまねぎ・ブイヨン・薄口しょうゆ・米・にんじん・ピーブ
2 (水)	お茶	軟飯・鮭とキャベツの煮物・きゅうりスティック・人参スープ	お野菜すなっく	・麦茶・米・さけ・キャベツ・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・にんじん・だいこん・お野菜すなっく かぼちゃとおいも
3 (木)	お茶	軟飯・鶏肉と玉ねぎの煮物・きゅうりスティック・かぼちゃスープ	クッキー	・麦茶・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・濃口しょうゆ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・きゅうり・くりかぼちゃ・薄口しょうゆ・やきいもクッキー
4 (金)	お茶	軟飯・鶏肉とじゃが芋のうま煮・にんじんスティック・豆腐の味噌汁	みかん缶	・麦茶・米・鶏ひき肉・じゃがいも・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・絹ごし豆腐・こまつな・麦みそ・みかん缶詰
5 (土)	お茶	しらすとほうれん草の雑炊・にんじんスティック・大根スープ	米菓子	・麦茶・米・しらす干し・ほうれんそう・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・にんじん・だいこん・せんべい
7 (月)	お茶	軟飯・カレイと人参の煮物・きゅうりスティック・ほうれん草スープ	スライスバナナ	・麦茶・米・まがれい水煮・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・ほうれんそう・たまねぎ・バナナ
8 (火)	お茶	煮込みうどん・きゅうりスティック・ベビーヨーグルト	おやつパン粥	・麦茶・ゆでうどん・鶏ひき肉・にんじん・ほうれんそう・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・プレーンヨーグルト・食パン・牛乳・
9 (水)	お茶	軟飯・鶏肉とブロッコリーのうま煮・にんじんスティック・豆腐の味噌汁	ボーロ	・麦茶・米・鶏ひき肉・ブロッコリー・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・にんじん・絹ごし豆腐・たまねぎ・麦みそ・赤ちゃんボーロ
10 (木)	お茶	軟飯・豚肉と野菜の中華煮・きゅうりスティック・かぼちゃのすまし汁	スライスバナナ	・麦茶・米・ぶたひき肉・にんじん・たまねぎ・鶏がらだし・濃口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・くりかぼちゃ・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・バナナ
11 (金)	お茶	食パン・鮭と野菜の煮物・にんじんスティック・豆乳スープ	おかか粥	・麦茶・食パン・さけ・キャベツ・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・にんじん・ほうれんそう・たまねぎ・豆乳・水・薄口しょうゆ・米・削り節
12 (土)	お茶	とり雑炊・きゅうりスティック・チンゲン菜スープ	米菓子	・麦茶・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・チンゲンサイ・じゃがいも・鶏がらだし・お子様
14 (月)	お茶	軟飯・たいと野菜の煮物・にんじんスティック・なすの味噌汁・オレンジ	麩のラスク	・麦茶・米・たい・ほうれんそう・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・にんじん・なす・たまねぎ・麦みそ・オレンジ・釜焼きふ・有塩バター・グ
15 (火)	お茶	軟飯・鶏じゃが・アスパラスティック・キャベツスープ	おやつパン粥	・麦茶・米・鶏ひき肉・じゃがいも・にんじん・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・アスパラガス・キャベツ・食パン・牛乳・砂糖
16 (水)	お茶	軟飯・カレイとキャベツの煮物・にんじんスティック・豆腐のすまし汁	さつま芋スティック	・麦茶・米・まがれい水煮・キャベツ・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・にんじん・絹ごし豆腐・にんじん・濃口しょうゆ・麦茶・さつまいも・
17 (木)	お茶	軟飯・鶏肉のトマト煮込み・ブロッコリースティック・玉ねぎスープ	みかん缶	・麦茶・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・トマトピューレ・食塩・片栗粉・ブロッコリー・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・麦茶・みかん缶詰
18 (金)	お茶	食パン・鶏肉の洋風煮・大根スティック・じゃが芋スープ	あおさ粥	・麦茶・食パン・鶏ひき肉・きゅうり・にんじん・ブイヨン・食塩・片栗粉・だいこん・たまねぎ・じゃがいも・薄口しょうゆ・麦茶・米・青のり
19 (土)	お茶	とり雑炊・アスパラスティック・キャベツのスープ	米菓子	・麦茶・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・アスパラガス・キャベツ・にんじん・お子様せんべい
22 (火)	お茶	食パン・鶏肉と玉ねぎの煮物・にんじんスティック・ほうれん草スープ	サケ粥	・麦茶・食パン・鶏ひき肉・たまねぎ・きゅうり・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・にんじん・ほうれんそう・ブイヨン・麦茶・米・鮭フレーク
23 (水)	お茶	軟飯・豚肉と野菜の中華煮・にんじんスティック・豆腐の味噌汁	米菓子	・麦茶・米・ぶたひき肉・チンゲンサイ・たまねぎ・鶏がらだし・濃口しょうゆ・片栗粉・にんじん・絹ごし豆腐・かつお・昆布だし(荒節)・麦みそ・麦茶・お子
24 (木)	お茶	軟飯・鮭と野菜の煮物・きゅうりスティック・じゃがいものみそ汁	クッキー	・麦茶・米・さけ・じゃがいも・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・たまねぎ・かつおだし・麦みそ・マンナビスケット
25 (金)	お茶	軟飯・鶏肉と洋風煮・きゅうりスティック・コンソメスープ	ウエハース	・麦茶・ご飯・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・ブイヨン・食塩・片栗粉・きゅうり・冷凍くりかぼちゃ・薄口しょうゆ・ウエハース
26 (土)	お茶	軟飯・しらす雑炊・じゃがいもスティック・野菜スープ	米菓子	・麦茶・米・しらす干し・たまねぎ・冷凍ほうれんそう・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・じゃがいも・冷凍くりかぼちゃ・お子様せんべい
28 (月)	お茶	鶏ひき肉雑炊・キャベツスープ・桃缶	マッシュポテト	・麦茶・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・キャベツ・きゅうり・ブイヨン・食塩・白桃缶・じゃがい
29 (火)	お茶	軟飯・鮭と玉ねぎの煮物・にんじんスティック・かぼちゃの味噌汁	ウエハース	・牛乳・米・さけ・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・にんじん・くりかぼちゃ・麦みそ・麦茶・ウエハース
30 (水)	お茶	軟飯・鶏肉とにんじんのだし煮・きゅうりスティック・小松菜の味噌汁	ベビースナック	・麦茶・米・鶏ひき肉・にんじん・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・こまつな・麦みそ・お魚スナック
31 (木)	お茶	軟飯・しらすとかぼちゃの煮物・玉ねぎスープ・スライスバナナ	ビスケット	・麦茶・米・しらす干し・くりかぼちゃ・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・にんじん・薄口しょうゆ・バナナ・ビスケット



離乳食中期 献立表

令和 7年7月

五条くじら小規模保育園

日付	献立名 昼食	食品名
1 (火)	パン粥・豆腐と野菜の煮物・チンゲン菜スープ	・食パン・絹ごし豆腐・にんじん・ブロッコリー・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・チンゲンサイ・たまねぎ
2 (水)	7倍粥・鮭とキャベツの煮物・人参スープ	・米・さけ・キャベツ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・にんじん・だいこん
3 (木)	7倍粥・鶏肉と玉ねぎの煮物・かぼちゃスープ	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・くりかぼちゃ
4 (金)	7倍粥・鶏肉とじゃが芋のうま煮・お豆腐スープ	・米・鶏ひき肉・じゃがいも・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・絹ごし豆腐・こまつな
5 (土)	しらすとほうれん草の雑炊・大根スープ	・米・しらす干し・ほうれんそう・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・だいこん
7 (月)	7倍粥・カレーと人参の煮物・ほうれん草スープ	・米・まがれい水煮・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・冷凍ほうれんそう・たまねぎ
8 (火)	煮込みうどん・ベビーヨーグルト	・ゆでうどん・鶏ひき肉・にんじん・ほうれんそう・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・プレーンヨーグルト
9 (水)	7倍粥・鶏肉とブロッコリーのうま煮・お豆腐スープ	・米・鶏ひき肉・ブロッコリー・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・絹ごし豆腐・たまねぎ
10 (木)	7倍粥・鶏肉と野菜の煮物・かぼちゃのすまし汁	・米・鶏ひき肉・にんじん・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・くりかぼちゃ
11 (金)	パン粥・鮭と野菜の煮物・豆乳スープ	・食パン・さけ・キャベツ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・ほうれんそう・にんじん・たまねぎ・豆乳・水
12 (土)	とり雑炊・チンゲン菜スープ	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・チンゲンサイ・じゃがいも
14 (月)	7倍粥・たいと野菜の煮物・なすのスープ	・米・たい・ほうれんそう・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・なす・たまねぎ
15 (火)	7倍粥・鶏じゃが・キャベツスープ	・米・鶏ひき肉・じゃがいも・にんじん・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・キャベツ
16 (水)	7倍粥・カレーとキャベツの煮物・豆腐のすまし汁	・米・まがれい水煮・キャベツ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・絹ごし豆腐・にんじん
17 (木)	7倍粥・鶏肉のトマト煮込み・玉ねぎスープ	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・トマトピューレ・片栗粉・かつお・昆布だし(荒節)
18 (金)	パン粥・鶏肉と野菜の煮物・じゃが芋スープ	・食パン・鶏ひき肉・きゅうり・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・たまねぎ・じゃがいも
19 (土)	とり雑炊・キャベツのスープ	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・キャベツ・にんじん
22 (火)	パン粥・鶏肉と玉ねぎの煮物・ほうれん草スープ	・食パン・鶏ひき肉・たまねぎ・きゅうり・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・冷凍ほうれんそう
23 (水)	7倍粥・鶏肉と野菜の煮物・お豆腐スープ	・米・鶏ひき肉・チンゲンサイ・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・絹ごし豆腐
24 (木)	7倍粥・鮭と野菜の煮物・じゃがいもスープ	・米・さけ・じゃがいも・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・たまねぎ
25 (金)	7倍粥・鶏肉と野菜の煮物・かぼちゃスープ	・ご飯・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・冷凍くりかぼちゃ
26 (土)	7倍粥・しらす雑炊・野菜スープ	・米・しらす干し・たまねぎ・冷凍ほうれんそう・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・冷凍くりかぼちゃ
28 (月)	鶏ひき肉雑炊・キャベツスープ	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・キャベツ・きゅうり
29 (火)	7倍粥・鮭と玉ねぎの煮物・かぼちゃスープ	・米・さけ・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・冷凍くりかぼちゃ
30 (水)	7倍粥・鶏肉とにんじんのだし煮・小松菜スープ	・米・鶏ひき肉・にんじん・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・こまつな
31 (木)	7倍粥・しらすとかぼちゃの煮物・玉ねぎスープ	・米・しらす干し・くりかぼちゃ・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・にんじん