

	月	火	水	木	金	土
	1・22	2・16	3・17	4・18	5・19	6・20
中期 昆布 だし	7倍かゆ 豆腐 ^{とうふ} のだし ^に 煮 きゃべつのだし ^に 煮 かぼちゃのだし ^に 煮	7倍かゆ ささみのだし ^に 煮 人参 ^{にんじん} のだし ^に 煮 小松菜 ^{こまつな} のだし ^に 煮	7倍かゆ 豆腐 ^{とうふ} のだし ^に 煮 人参 ^{にんじん} のだし ^に 煮 ほうれんそうのだし ^に 煮	7倍かゆ しらすのだし ^に 煮 じゃが芋 ^{いも} のだし ^に 煮 きゃべつのだし ^に 煮	7倍かゆ 豆腐 ^{とうふ} のだし ^に 煮 玉ねぎ ^{たまねぎ} のだし ^に 煮 小松菜 ^{こまつな} のだし ^に 煮	7倍かゆ 豆腐 ^{とうふ} のだし ^に 煮 人参 ^{にんじん} のだし ^に 煮 さつま芋 ^{いも} のだし ^に 煮
後期 昆布・ かつおだ し	全かゆ(5倍かゆ) ミンチ ^{やさい} と野菜 ^に のみそ煮 豚ミンチ きゃべつ たまねぎ ピーマン だし みそ すまし汁 ^{じる} 小松菜 だし しょうゆ スティック かぼちゃ	全かゆ(5倍かゆ) ささみ ^{やさい} と野菜 ^に の煮もの ささみ 小松菜 さといも 人参 だし しょうゆ みそ汁 ^{じる} わかめ だし みそ スティック にんじん	全かゆ(5倍かゆ) 肉 ^{にく} だんご煮 豚ミンチ 豆腐 片栗粉 人参 ほうれん草 キャベツ だし しょうゆ すまし汁 ^{じる} なす だし しょうゆ スティック さつま芋 ^{いも}	全かゆ(5倍かゆ) 豆腐 ^{とうふ} と野菜 ^{やさい} の豆乳 ^{とうにゅう} 煮 豆腐 たまねぎ キャベツ 人参 だし しょうゆ 豆乳 すまし汁 ^{じる} わかめ だし しょうゆ スティック じゃが芋 ^{いも}	全かゆ(5倍かゆ) 鮭 ^{さけ} と野菜 ^{やさい} 煮 鮭 たまねぎ 小松菜 人参 だし しょうゆ みそ汁 ^{じる} 豆腐 だし みそ スティック にんじん	鶏 ^{とり} ぞうすい 米 鶏ミンチ 小松菜 人参 だし しょうゆ スティック さつま芋 ^{いも}
	8・29	9・30	10・24	11・25	12・26	13・27
中期 昆布 だし	7倍かゆ 白身魚 ^{しろみ さかな} のだし ^に 煮 さつま芋 ^{いも} のだし ^に 煮 大根 ^{だいこん} のだし ^に 煮	7倍かゆ 豆腐 ^{とうふ} のだし ^に 煮 人参 ^{にんじん} のだし ^に 煮 玉ねぎ ^{たまねぎ} のだし ^に 煮	7倍かゆ しらすのだし ^に 煮 玉ねぎ ^{たまねぎ} のだし ^に 煮 ブロッコリー ^に のだし ^に 煮	7倍かゆ ささみのだし ^に 煮 玉ねぎ ^{たまねぎ} のだし ^に 煮 かぼちゃのだし ^に 煮	7倍かゆ 豆腐 ^{とうふ} だし ^に 煮 じゃが芋 ^{いも} のだし ^に 煮 ほうれん草 ^{そう} のだし ^に 煮	7倍かゆ 豆腐 ^{とうふ} だし ^に 煮 人参 ^{にんじん} のだし ^に 煮 キャベツ ^に のだし ^に 煮
後期 昆布・ かつおだ し	全かゆ(5倍かゆ) 白身魚 ^{しろみ さかな} と野菜 ^{やさい} 煮 白身魚 さつま芋 たまねぎ 青梗菜 だし しょうゆ みそ汁 ^{じる} 大根 だし みそ スティック じゃが芋 ^{いも}	全かゆ(5倍かゆ) ミンチ ^{やさい} と野菜 ^に のみそ煮 鶏ミンチ 人参 たまねぎ 豆苗 だし みそ すまし汁 ^{じる} 豆腐 だし しょうゆ スティック さつま芋 ^{いも}	全かゆ(5倍かゆ) 豆腐 ^{とうふ} と野菜 ^{やさい} 煮 豆腐 たまねぎ キャベツ ブロッコリー だし しょうゆ みそ汁 ^{じる} じゃが芋 だし みそ スティック にんじん	全かゆ(5倍かゆ) ささみ ^{やさい} と野菜 ^に の煮もの ささみ たまねぎ かぼちゃ 人参 だし しょうゆ すまし汁 ^{じる} 青梗菜 だし しょうゆ スティック きゅうり	全かゆ(5倍かゆ) 豆腐 ^{とうふ} と野菜 ^{やさい} のみそ煮 鮭 たまねぎ じゃが芋 ほうれん草 だし みそ すまし汁 ^{じる} 白菜 だし みそ スティック じゃが芋 ^{いも}	しらすぞうすい 米 しらす キャベツ 人参 だし しょうゆ スティック にんじん