

	① 11.25	② 12.26	③ 13.27	④ 14.28	⑤ 1.15.29	⑥ 2.16.30
完3期	おにぎり	パン	おにぎり	おにぎり	おにぎり	ごはん
	<ul style="list-style-type: none"> 鶏のてし焼き (鶏肉、酒、おしん、しょうゆ、砂糖) かぼちのサラダ (かぼち、新玉ねぎ、きゅうり、人参、レモン、塩) みそ汁 (たけのこ、油あげ、わかめ、味噌) 	<ul style="list-style-type: none"> マカロニグラタン (シーキン、マカロニ、玉ねぎ、アスパラ、しめじ、バター、小麦粉、牛乳、スキムミルク、チーズ、塩) ミネストローネ (春キャベツ、セロリ、人参、マヨネーズ、コンソメ、塩) くだもの (いちごなど) 	<ul style="list-style-type: none"> 肉じゃが (牛肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参、しょうゆ、酒、おしん、砂糖) キャベツと生わかめの酢の物 (春キャベツ、生わかめ、人参、酢、砂糖、塩) すまし汁 (ふ、かつば、酒、しょうゆ、おしん、塩) 	<ul style="list-style-type: none"> 豆腐の蕎麦野菜あんかけ (鶏ミンチ、豆腐、新玉ねぎ、えんどう、人参、片栗粉、しょうゆ、酒、おしん、砂糖、塩) かぼちの煮物 (かぼち、しょうゆ、砂糖、おしん) みそ汁 (じゃがいも、玉ねぎ、もやし、ねぎ、味噌) 	<ul style="list-style-type: none"> 煮魚 (カレイ、しょうゆ、酒、おしん、砂糖) アスパラとささみのごま和え (アスパラ、鶏ささみ、春雨、人参、ゴマ、しょうゆ) すまし汁 (大根、人参、まいたけ、えのき、かつば、酒、おしん、しょうゆ、塩) 	<ul style="list-style-type: none"> 豚丼 (豚肉、玉ねぎ、人参、しめじ、酒、おしん、砂糖、しょうゆ) みそ汁 (春キャベツ、人参、さつまいも、ねぎ、味噌)
3時のおやつ	水坊かん、お茶 (寒天、あんこ、塩、グラニュー糖)	わかめうどん、お茶 (うどん、玉ねぎ、しょうゆ、濃口しょうゆ、酒、おしん、砂糖、塩、わかめ、天かす)	りんごの蒸しパン、牛乳 (小麦粉、バニリン、砂糖、りんご)	ミルクフランス、牛乳 (フランスパン、牛乳、コンスタント、砂糖、ココア、スキムミルク)	まるごとポテトの素揚げ (じゃがいも、牛乳、油、塩)	おせんべいなど お茶
	① 4.18	② 5.19	③ 6.20	④ 7.21	⑤ 8.22	⑥ 9.23
完3期	パン	おにぎり	おにぎり	ごはん	おにぎり	ごはん
	<ul style="list-style-type: none"> クロック (合挽きミンチ、じゃがいも、玉ねぎ、小麦粉、パン粉、油、砂糖、しょうゆ、おしん、塩) 蒸し野菜 (かぶ、スナップエンドウ、赤ピーマン、黄ピーマン、塩) コンソメスープ (春キャベツ、人参、コン、コンソメ、塩) 	<ul style="list-style-type: none"> 筑前煮 (鶏肉、春しょうゆ、れんこん、人参、絹さや、しょうゆ、酒、おしん、砂糖) 春キャベツの塩昆布和え (春キャベツ、人参、塩昆布) すまし汁 (ふ、しめじ、えのき、わかめ、酒、おしん、しょうゆ、塩) 	<ul style="list-style-type: none"> アジの天ぷら (アジ、小麦粉、塩、油) 厚揚げとほろし草の白和え (厚揚げ、ほろし草、人参、ゴマ、味噌、酒、おしん、砂糖、しょうゆ、塩) みそ汁 (かぼち、玉ねぎ、ねぎ、味噌) 	<ul style="list-style-type: none"> ポークカレー (豚肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参、バター、小麦粉、カレー粉、ヨーグルト、スキムミルク、チーズ、黒砂糖、ケチャップ、塩) グリーンサラダ (春キャベツ、アスパラ、きゅうり、コーン、酢、砂糖、塩、オリーブ油) くだもの (オレンジなど) 	<ul style="list-style-type: none"> チンジャオロース (牛肉、ピーマン、赤ピーマン、片栗粉、しょうゆ、酒、砂糖) 切り干し大根のサラダ風 (切り干し大根、新玉ねぎ、わかめ、しょうゆ、酢、塩、砂糖、ごま油) 中華スープ (春雨、玉ねぎ、人参、鶏がらスープ、塩) 	<ul style="list-style-type: none"> マーボー豆腐 (豚ミンチ、豆腐、ねぎ、片栗粉、赤味噌、鶏がらスープ、しょうゆ、ごま油) いろどりナムル (ほろし草、大根、人参、コーン、ゴマ、しょうゆ、ごま油)
3時のおやつ	まんまるおはぎ (米もち米、あんこ、砂糖、きなこ、塩、青のり)	ちんすこう、牛乳 (小麦粉、油、砂糖、黒糖、砂糖、抹茶、ココア)	りんごの蒸しパン、牛乳 (りんご、小麦粉、バター、小麦粉、きび砂糖)	大学芋、お茶 (さつまいも、油、砂糖、酢)	バナナのポテト、牛乳 (バナナ、ポテト、小麦粉、バニリン、砂糖、塩、水、油、バター)	ビスケットなど お茶