

令和2年6月 離乳食献立表 6ヶ月頃

大井・千代川こども園



| 日曜 | 午前食 | 原材料 | 日曜 | 午前食 | 原材料 |
|-----|---|--------------------------------|-----|---|---------------------------------|
| 1月 | すりつぶしがゆ かぼちゃのすりつぶし スープ | 米 かぼちゃ ほうれん草、人参 昆布だし | 16火 | すりつぶしがゆ キャベツのすりつぶし スープ | 米 キャベツ じゃが芋、人参 昆布だし |
| 2火 | すりつぶしがゆ 人参のすりつぶし スープ | 米 人参 チンゲン菜、玉ねぎ 昆布だし | 17水 | すりつぶしがゆ ほうれん草のすりつぶし スープ | 米 木綿豆腐 ほうれん草、玉ねぎ 昆布だし |
| 3水 | すりつぶしがゆ ほうれん草のすりつぶし スープ | 米 ほうれん草 じゃが芋、玉ねぎ 昆布だし | 18木 | すりつぶしがゆ 豆腐のすりつぶし スープ | 米 大根 豆腐、人参 昆布だし |
| 4木 | すりつぶしがゆ 豆腐のすりつぶし スープ | 米 豆腐 人参、キャベツ 昆布だし | 19金 | すりつぶしがゆ 大根のすりつぶし スープ | 米 大根 キャベツ、玉ねぎ 昆布だし |
| 5金 | すりつぶしがゆ じゃが芋のすりつぶし スープ | 米 じゃが芋 玉ねぎ、人参 昆布だし | 20土 |  お弁当の日 | |
| 6土 | お弁当の日  | | 22月 | すりつぶしがゆ ブロッコリーのすりつぶし スープ | 米 ブロッコリー ほうれん草、人参 昆布だし |
| 8月 | すりつぶしがゆ 人参のすりつぶし スープ | 米 人参 ほうれん草、玉ねぎ 昆布だし | 23火 | すりつぶしがゆ 白菜のすりつぶし スープ | 米 白菜 人参、大根 昆布だし |
| 9火 | すりつぶしがゆ ほうれん草のすりつぶし スープ | 米 ほうれん草 人参、もやし 昆布だし | 24水 | すりつぶしがゆ ほうれん草のすりつぶし スープ | 米 ほうれん草 ブロッコリー、人参 昆布だし |
| 10水 | すりつぶしがゆ キャベツのすりつぶし スープ | 米 キャベツ じゃが芋、玉ねぎ 昆布だし | 25木 | すりつぶしがゆ 豆腐のすりつぶし スープ | 米 豆腐 玉ねぎ、人参 昆布だし |
| 11木 | すりつぶしがゆ 豆腐のすりつぶし スープ | 米 豆腐 いんげん、人参 昆布だし | 26金 | すりつぶしがゆ キャベツのすりつぶし スープ | 米 キャベツ じゃが芋、玉ねぎ 昆布だし |
| 12金 | すりつぶしがゆ 人参のすりつぶし スープ | 米 人参 玉ねぎ、豆腐 昆布だし | 27土 | お弁当の日  | |
| 13土 |  お弁当の日 | | 29月 | すりつぶしがゆ 大根のすりつぶし スープ | 米 大根 ほうれん草、玉ねぎ 昆布だし |
| 15月 | すりつぶしがゆ かぼちゃのすりつぶし スープ | 米 かぼちゃ 人参、玉ねぎ 昆布だし | 30火 | すりつぶしがゆ ほうれん草のすりつぶし スープ | 米 ほうれん草 玉ねぎ、人参 昆布だし |



令和2年6月 離乳食献立表 7、8ヶ月頃

大井・千代川こども園


| 日曜 | 午前食 | 原材料 | 午後食 | 原材料 |
|-----|-------------------------------------|---|---|---|
| 1月 | かゆ 鶏の照り煮、かぼちゃサラダ スープ | 米 鶏もも肉、かぼちゃ、きゅうり、人参 ほうれん草、玉ねぎ、麩、かつおだし汁 | かぼちゃのきなこだんご | かぼちゃ、きなこ |
| 2火 | かゆ 鶏の酢豚風煮、人参の甘煮 スープ | 米 鶏もも肉、玉ねぎ、人参、ピーマン もやし、チンゲン菜、かつおだし汁 | ももの寒天ゼリー | 粉末寒天 白桃缶、黄桃缶 |
| 3水 | かゆ 白身魚の野菜あんかけ、ほうれん草の白和え スープ | 米 たら、玉ねぎ、人参、絹さや、ほうれん草、豆腐 じゃが芋、かつおだし汁 | じゃがボール | じゃが芋、人参 |
| 4木 | かゆ ピンクサーモンの煮つけ、切干大根煮物 スープ | 米 ピンクサーモン、切干大根、人参 豆腐、ごぼう、かつおだし汁 | スープスパゲティ | スパゲティ、キャベツ、玉ねぎ かつおだし汁 |
| 5金 | かゆ 鶏のほっこり煮、きゅうりサラダ スープ | 米 鶏もも肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、もやし、きゅうり 麩、かつおだし汁 | きなこがゆ | 米、きなこ  |
| 6土 | お弁当の日 | | | |
| 8月 | かゆ 鶏ささみのあっさり煮、ポテトサラダ スープ | 米 鶏ささみ、玉ねぎ、人参、ピーマン、じゃが芋、きゅうり ほうれん草、かつおだし汁 | 麩のふわふわ煮 | 麩、ほうれん草、玉ねぎ、人参 かつおだし汁 |
| 9火 | かゆ 高野豆腐の煮物、もやしの和え物 スープ | 米 高野豆腐、人参、もやし、ほうれん草 グリーンピース、かつおだし汁 | 肉そぼろうどん | うどん、鶏ひき肉、玉ねぎ、人参 かつおだし汁 |
| 10水 | かゆ 鶏じゃが、キャベツの煮浸し スープ | 米 鶏もも肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、キャベツ もやし、かつおだし汁 | キャロットゼリー | 人参、オレンジジュース 粉末寒天 |
| 11木 | かゆ たらの煮つけ、いんげんのお浸し スープ | 米 たら、玉ねぎ、人参、ピーマン、いんげん 豆腐、麩、かつおだし汁 | 豆腐のきなこがけ | 豆腐、きなこ、砂糖 |
| 12金 | かゆ マーボー豆腐、もやしの和え物 スープ | 米 豆腐、鶏ひき肉、玉ねぎ、人参、もやし、きゅうり 絹さや、かつおだし汁 | じゃが芋おやき | じゃが芋、片栗粉、青のり |
| 13土 | お弁当の日 | | | |
| 15月 | かゆ 鶏むね肉のトマト煮、マカロニサラダ スープ | 米 鶏むね肉、玉ねぎ、人参、トマト、マカロニ、きゅうり かぼちゃ、かつおだし汁 | じゃこぞうすい | 米、ちりめんじゃこ、青のり かつおだし汁 |
| 16火 | かゆ 鶏とキャベツの重ね蒸し、粉ふき芋 スープ | 米 鶏ささみ、キャベツ、人参、玉ねぎ、じゃが芋 もやし、かつおだし汁 | おからカップケーキ | おから、小麦粉 ベーキングパウダー、砂糖 |
| 17水 | かゆ 鶏むね肉の煮つけ、ほうれん草のお浸し スープ | 米 鶏むね肉、ほうれん草、人参 豆腐、玉ねぎ、ごぼう、かつおだし汁 | 白和え | 豆腐、ほうれん草、人参 かつおだし汁 |
| 18木 | かゆ 鶏と野菜のことごと煮、大根サラダ スープ | 米、大根、きゅうり 鶏ささみ、人参、玉ねぎ、キャベツ、ピーマン 豆腐、かつおだし汁 | 野菜ぞうすい | 大根、人参、米 かつおだし汁 |
| 19金 | かゆ かれの煮つけ、キャベツの和え物 スープ | 米 かれい、キャベツ、人参 大根、ごぼう、かつおだし汁 | みかん寒天 | 粉末寒天 みかん缶  |
| 20土 | お弁当の日 | | | |
| 22月 | かゆ 鶏肉だんごと野菜の煮物、ブロッコリーのお浸し スープ | 米 鶏ひき肉、玉ねぎ、人参、グリーンピース、ブロッコリー ほうれん草、かつおだし汁 | ベジタブルブレッド | ほうれん草、人参、小麦粉 ベーキングパウダー、砂糖 |
| 23火 | かゆ ほぐしささみの煮物、白菜の和え物 スープ | 米 鶏ささみ、白菜、人参 大根、かつおだし汁 | 人参がゆ | 米、人参、かつおだし汁 |
| 24水 | かゆ そぼろ煮、ブロッコリーサラダ スープ | 米 鶏ひき肉、ほうれん草、ブロッコリー、人参 そうめん、かつおだし汁 | やわらかマカロニきなこ | マカロニ、きなこ、砂糖 |
| 25木 | かゆ 赤魚のほくほく煮、ごぼうのやわらか煮 スープ | 米 赤魚、ごぼう、人参 豆腐、里芋、かつおだし汁 | 豆腐と人参の煮物 | 豆腐、人参 かつおだし汁 |
| 26金 | かゆ 鶏たま煮、キャベツの和え物 スープ | 米 鶏もも肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、グリーンピース、キャベツ 麩、かつおだし汁 | ボン米  | 米 |
| 27土 | お弁当の日 | | | |
| 29月 | かゆ 鶏の五目煮、ほうれん草の磯和え スープ | 米 鶏もも肉、ごぼう、人参、いんげん、ほうれん草、のり 大根、玉ねぎ、かつおだし汁 | きなこ蒸しパン | 小麦粉、ベーキングパウダー きなこ、砂糖 |
| 30火 | かゆ じゃが芋のそぼろ煮、人参サラダ スープ | 米 鶏ひき肉、じゃが芋、人参、きゅうり ほうれん草、玉ねぎ、麩、かつおだし汁 | 小豆がゆ | 小豆、米、かつおだし汁 |



令和2年 6月 離乳食献立表

9から11ヶ月頃

大井・千代川こども園

| 日曜 | 午前食 | 原材料 | 午後食 | 原材料 |
|-----|------------------------------------|---|--|--|
| 1月 | かゆ 鶏の照り煮、かぼちゃサラダ みそ汁 | 米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、かぼちゃ、きゅうり、人参 ほうれん草、玉ねぎ、麩、かつおだし汁、みそ | かぼちゃのきなこだんご | かぼちゃ、きなこ |
| 2火 | かゆ 酢豚風煮もの、人参の甘煮 スープ | 米、しょうゆ、砂糖 豚もも肉、玉ねぎ、人参、ピーマン もやし、チンゲン菜、かつおだし汁 | ももの寒天ゼリー | 粉末寒天、砂糖 白桃缶、黄桃缶 |
| 3水 | かゆ 白身魚の野菜あんかけ、ほうれん草の白和え みそ汁 | 米、しょうゆ、砂糖 たら、玉ねぎ、人参、絹さや、ほうれん草、豆腐 じゃが芋、かつおだし汁、みそ | じゃがボール | じゃが芋、人参 |
| 4木 | かゆ ピンクサーモンの煮つけ、切干大根煮物 スープ | 米、しょうゆ、砂糖 ピンクサーモン、切干大根、人参 豆腐、ごぼう、かつおだし汁 | スープスパゲティ | スパゲティ、キャベツ、玉ねぎ かつおだし汁 |
| 5金 | かゆ 鶏のほっこり煮、きゅうりサラダ スープ | 米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、もやし、きゅうり 麩、かつおだし汁 | きなこがゆ | 米、きなこ  |
| 6土 | お弁当の日 | | | |
| 8月 | かゆ 豚肉のあっさり煮、ポテトサラダ みそ汁 | 米、しょうゆ、砂糖 豚もも肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、じゃが芋、きゅうり ほうれん草、かつおだし汁、みそ | 麩のふわふわ煮 | 麩、ほうれん草、玉ねぎ、人参 かつおだし汁 |
| 9火 | かゆ 高野豆腐の煮物、もやしの和え物 スープ | 米、しょうゆ、砂糖 高野豆腐、人参、もやし、ほうれん草 グリーンピース、かつおだし汁 | 肉そぼろうどん | うどん、鶏ひき肉、玉ねぎ、人参 かつおだし汁 |
| 10水 | かゆ 鶏じゃが、キャベツの煮浸し みそ汁 | 米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、キャベツ もやし、かつおだし汁、みそ | キャロットゼリー | 人参、オレンジジュース 粉末寒天、砂糖 |
| 11木 | かゆ たら南蛮漬け、いんげんのお浸し みそ汁 | 米、しょうゆ、砂糖 たら、玉ねぎ、人参、ピーマン、いんげん 豆腐、麩、かつおだし汁、みそ | 豆腐のきなこがけ | 豆腐、きなこ、砂糖 |
| 12金 | かゆ マーボー豆腐、もやしの和え物 スープ | 米、しょうゆ、砂糖、みそ 豆腐、豚ひき肉、玉ねぎ、人参、もやし、きゅうり 絹さや、かつおだし汁 | じゃが芋おやき | じゃが芋、片栗粉、青のり、塩 |
| 13土 | お弁当の日 | | | |
| 15月 | かゆ 鶏むね肉のトマト煮、マカロニサラダ みそ汁 | 米、しょうゆ、砂糖 鶏むね肉、玉ねぎ、人参、トマト、マカロニ、きゅうり かぼちゃ、かつおだし汁、みそ | じゃこぞうすい | 米、ちりめんじゃこ、青のり かつおだし汁 |
| 16火 | かゆ 豚とキャベツの重ね蒸し、粉ふき芋 みそ汁 | 米、しょうゆ、砂糖 豚もも肉、キャベツ、人参、玉ねぎ、じゃが芋 もやし、かつおだし汁、みそ | おからカップケーキ | おから、小麦粉 ベーキングパウダー、砂糖 |
| 17水 | かゆ 鶏むね肉の煮つけ、ほうれん草のお浸し みそ汁 | 米、しょうゆ、砂糖 鶏むね肉、ほうれん草、人参 豆腐、玉ねぎ、ごぼう、かつおだし汁、みそ | 白和え | 豆腐、ほうれん草、人参 かつおだし汁 |
| 18木 | かゆ 豚肉と野菜の炒め煮、大根サラダ スープ | 米、しょうゆ、砂糖 豚もも肉、人参、玉ねぎ、キャベツ、ピーマン、大根、きゅうり 豆腐、かつおだし汁 | おからぞうすい | 大根、人参、米、かつお かつおだし汁 |
| 19金 | かゆ かれないの煮つけ、キャベツの和え物 みそ汁 | 米、しょうゆ、砂糖 かれない、キャベツ、人参 大根、ごぼう、かつおだし汁、みそ | みかん寒天  | 粉末寒天、砂糖 みかん缶 |
| 20土 | お弁当の日 | | | |
| 22月 | かゆ 鶏肉だんご野菜の煮物、ブロッコリーのお浸し みそ汁 | 米、しょうゆ、砂糖 鶏ひき肉、玉ねぎ、人参、グリーンピース、ブロッコリー ほうれん草、かつおだし汁、みそ | ベジタブルブレッド | ほうれん草、人参、小麦粉 ベーキングパウダー、砂糖 |
| 23火 | かゆ 豚カツ風、白菜の中華和え みそ汁 | 米、しょうゆ、砂糖 豚もも肉、パン粉、白菜、人参 大根、かつおだし汁、みそ | 人参がゆ | 米、人参、かつおだし汁 |
| 24水 | かゆ そぼろ煮、おからサラダ スープ | 米、しょうゆ、砂糖 鶏ひき肉、ほうれん草、ブロッコリー、人参、おから そうめん、かつおだし汁 | やわらかマカロニきなこ | マカロニ、きなこ、砂糖 |
| 25木 | かゆ 赤魚のみそ煮、ごぼうのやわらか煮 スープ | 米、しょうゆ、砂糖 赤魚、ごぼう、人参、みそ 豆腐、里芋、かつおだし汁 | ごまクッキー | 小麦粉、ベーキングパウダー 砂糖、油、ごま |
| 26金 | かゆ 豚たま煮、キャベツの和え物 スープ | 米、しょうゆ、砂糖 豚肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、グリーンピース、キャベツ 麩、かつおだし汁 | ポン米  | 米、砂糖 |
| 27土 | お弁当の日 | | | |
| 29月 | かゆ 鶏の五目煮、ほうれん草の磯和え 豚汁 | 米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、ごぼう、人参、いんげん、ほうれん草、のり 豚肉、大根、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ | きなこ蒸しパン | 小麦粉、ベーキングパウダー きなこ、砂糖、油 |
| 30火 | かゆ じゃが芋のそぼろ煮、人参サラダ スープ | 米、しょうゆ、砂糖 鶏ひき肉、じゃが芋、人参、きゅうり ほうれん草、玉ねぎ、麩、かつおだし汁 | 小豆がゆ | 小豆、米、かつおだし汁 |



令和2年6月 離乳食献立表 12から15ヶ月頃

大井・千代川こども園

| 日曜 | 午前食 | 原材料 | 午後食 | 原材料 |
|-----|--|---|-------------|--|
| 1月 | 軟飯 鶏の照り焼き、かぼちゃサラダ みそ汁 | 米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、かぼちゃ、きゅうり、人参 ほうれん草、玉ねぎ、人参、麩、かつおだし汁、みそ | かぼちゃのきなこだんご | かぼちゃ、きなこ、砂糖 |
| 2火 | 軟飯 酢豚風、人参の甘煮 スープ | 米、しょうゆ、砂糖 豚肉、玉ねぎ、人参、たけのこ、しいたけ、ピーマン もやし、チンゲン菜、かつおだし汁 | ももの寒天ゼリー | 粉末寒天、砂糖 黄桃缶、白桃缶 |
| 3水 | きつね丼風軟飯 ほうれん草の白和え みそ汁 | 米、しょうゆ、砂糖、油揚げ、玉ねぎ、人参、絹さや ほうれん草、ちくわ、豆腐 じゃが芋、わかめ、かつおだし汁、みそ | スティックパン | 食パン |
| 4木 | 軟飯、ピンクサーモンの磯辺焼き 切干大根の煮物 みそ汁 | 米、しょうゆ、砂糖、ピンクサーモン 青のり、切干大根、油揚げ、人参、グリーンピース 豆腐、ごぼう、かつおだし汁、みそ | キャベツスパゲティ | スパゲティ、人参、キャベツ 玉ねぎ、かつおだし汁、しょうゆ |
| 5金 | あっさりカレーライス きゅうりサラダ もも缶 | 米、しょうゆ、砂糖、鶏もも肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、カレールウ きゅうり、もやし、春雨 もも缶 | きなこおにぎり | 米、きなこ、砂糖  |
| 6土 | お弁当の日 | | | |
| 8月 | 軟飯 豚肉の炒め煮、ポテトサラダ みそ汁 | 米、しょうゆ、砂糖 豚肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、じゃが芋、きゅうり、コーン ほうれん草、えのき、かつおだし汁、みそ | おふラスク | 麩、油、砂糖、きなこ |
| 9火 | 軟飯 冷しうどん、もやしのごま和え 高野豆腐の煮物 | 米、しょうゆ、砂糖 うどん、油揚げ、わかめ、きゅうり、豚肉、もやし、ほうれん草 高野豆腐、グリーンピース | チャーハン風ご飯 | 米、豚ひき肉、玉ねぎ、人参 しょうゆ |
| 10水 | 軟飯 鶏じゃが、キャベツの磯和え みそ汁 | 米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、キャベツ、青のり もやし、油揚げ、わかめ、かつおだし汁、みそ | キャロットゼリー | 人参、オレンジジュース、レモン果汁 粉末寒天、砂糖 |
| 11木 | 軟飯 たらの南蛮漬、いんげんごま和え みそ汁 | 米、しょうゆ、砂糖 たら、片栗粉、玉ねぎ、人参、ピーマン、いんげん 豆腐、麩、かつおだし汁、みそ | 水ようかん | こしあん、砂糖、粉末寒天 |
| 12金 | 軟飯 マーボー豆腐、もやしの内和え物 スープ | 米、しょうゆ、砂糖、みそ 豆腐、豚ひき肉、玉ねぎ、人参、もやし、きゅうり、わかめ しめじ、絹さや、かつおだし汁 | じゃが芋おやき | じゃが芋、片栗粉、青のり、塩 |
| 13土 | お弁当の日 | | | |
| 15月 | 軟飯 鶏肉のトマト煮、マカロニサラダ みそ汁 | 米、しょうゆ、砂糖 鶏むね肉、小麦粉、コーン、玉ねぎ、人参、トマト缶、マカロニ、きゅうり かぼちゃ、油揚げ、わかめ、かつおだし汁、みそ | じゃこぞうすい | 米、ちりめんじゃこ、青のり かつおだし汁 |
| 16火 | 軟飯 豚しゃぶ風、ジャーマンポテト みそ汁 | 米、しょうゆ、砂糖 豚肉、キャベツ、人参、わかめ、じゃが芋、ベーコン、玉ねぎ もやし、麩、かつおだし汁、みそ | おからカップケーキ | おから、ホットケーキミックス 砂糖、油 |
| 17水 | 軟飯 鶏肉の揚げ浸し、ほうれん草のおひたし みそ汁 | 米、しょうゆ、砂糖 鶏むね肉、片栗粉、小麦粉、ほうれん草、人参 豆腐、玉ねぎ、ごぼう、かつおだし汁、みそ | 白和え | 豆腐、ほうれん草、人参 かつおだし汁 |
| 18木 | 軟飯 焼きそば、大根サラダ スープ | 米、しょうゆ、砂糖、焼きそば麺、豚肉 人参、玉ねぎ、キャベツ、ピーマン、大根、きゅうり、ツナ缶 豆腐、かつおだし汁 | おからおにぎり | 米、かつお節、しょうゆ  |
| 19金 | 軟飯、かれないのフライ風 ナポリタン、コールスローサラダ みそ汁 | 米、しょうゆ、砂糖、小麦粉、パン粉、ケチャップ かれない、スパゲティ、ウィンナー、人参、玉ねぎ、キャベツ 大根、ごぼう、かつおだし汁、みそ | プリンアラモード | プリンミクス、みかん缶 |
| 20土 | お弁当の日 | | | |
| 22月 | 軟飯、肉団子のケチャップ煮 ブロッコリーのごま和え みそ汁 | 米、しょうゆ、砂糖、鶏肉団子 玉ねぎ、人参、たけのこ、グリーンピース、ブロッコリー 油揚げ、ほうれん草、わかめ、かつおだし汁、みそ | ウィンナーブレッド | ホットケーキミックス、油 ウィンナー |
| 23火 | 軟飯 豚カツ風、白菜の中華和え みそ汁 | 米、しょうゆ、砂糖 豚肉、パン粉、白菜、コーン、人参 大根、油揚げ、かつおだし汁、みそ | 人参がゆ | 米、人参、かつおだし汁 |
| 24水 | そばろ丼風軟飯 おからサラダ にゅうめん汁 | 米、しょうゆ、砂糖、鶏ひき肉、ほうれん草 ブロッコリー、人参、おから そうめん、油揚げ、かつおだし汁 | マカロニきなこ | マカロニ、きなこ、砂糖 |
| 25木 | 軟飯 赤魚のみそ煮、ごぼう炒め煮 すまし汁 | 米、しょうゆ、砂糖、みそ 赤魚、ごぼう、人参、絹さや 豆腐、里芋、かつおだし汁 | ごまクッキー | 小麦粉、ベーキングパウダー 砂糖、油、ごま |
| 26金 | あっさりハヤシライス キャベツの甘酢和え オレンジ | 米、しょうゆ、砂糖、豚肉、じゃが芋、玉ねぎ、グリーンピース ハヤシルウ、キャベツ、人参 オレンジ | ポン菓子 | 米、砂糖  |
| 27土 | お弁当の日 | | | |
| 29月 | 五日御飯風軟飯 がんとどき、いんげん、ほうれん草の磯和え 豚汁 | 米、しょうゆ、砂糖、鶏もも肉、油揚げ、ごぼう、人参、しめじ がんとどき、いんげん、ほうれん草、もやし、のり 豚肉、玉ねぎ、大根、かつおだし汁、みそ | きなこ蒸しパン | ホットケーキミックス、きなこ 砂糖、油 |
| 30火 | 軟飯 コロケ風、春雨サラダ みそ汁 | 米、しょうゆ、砂糖 じゃが芋、鶏ひき肉、小麦粉、パン粉、春雨、人参、きゅうり ほうれん草、玉ねぎ、わかめ、麩、かつおだし汁、みそ | 小豆おにぎり | 米、小豆 |