



認定こども園

七飯ほんちょう保育園

日付	完了期	後期	中期	初期
1月	〈年始休業日〉			
2火	〈年始休業日〉			
3水	〈年始休業日〉			
4木	〈年始休業日〉			
5金	牛乳 ごはん チンゲン菜と大根のみそ汁 たらの磯辺焼き 人参シリシリ オレンジ 牛乳 みたらし団子	ごはん チンゲン菜と大根のみそ汁 白身魚のやわらか煮 人参と炒り卵のいためもの オレンジ きな粉おにぎり	ミルク 全がゆ チンゲン菜と大根のだし汁 白身魚のやわらか煮 人参ののろろ煮 オレンジ	ミルク 五分かゆ チンゲン菜と大根のだし汁 白身魚のやわらか煮 人参ののろろ煮 オレンジ
6土	牛乳 豆乳ココア ドライカレーライス コールスロー サラダ フルーツカクテル 牛乳 ココアホットケーキ	ごはん ミルクシチュー キャベツのあえもの くだもの ホットケーキ	ミルク 全がゆ ミルクシチュー キャベツののろろ煮 くだもの	ミルク 五分かゆ ミルクシチュー キャベツののろろ煮 くだもの
7日				
8月	〈成人の日〉			
9火	牛乳 ごはん さつま芋とわかめのみそ汁 さばとごぼうの煮つけ キャベツの胡麻マヨネーズあえ りんご 牛乳 きな粉ラスク	ごはん さつま芋とわかめのみそ汁 白身魚のやわらか煮 キャベツのあえもの りんご ジャムサンド	ミルク 全がゆ さつま芋のだし汁 白身魚のやわらか煮 キャベツののろろ煮 りんご	ミルク 五分かゆ さつま芋のだし汁 白身魚のやわらか煮 キャベツののろろ煮 りんご
10水	牛乳 ごはん ふりかけ なすと玉ねぎのみそ汁 ふんわりつくねのあんかけ いんげんのツナあえ キウイフルーツ 牛乳 小豆蒸しパン	しらすおかかごはん なすと玉ねぎのみそ汁 ふんわりつくねのあんかけ いんげんのあえもの キウイフルーツ 蒸しパン	ミルク 全がゆ なすと玉ねぎのだし汁 鶏団子ののろろ煮 人参のやわらか煮 キウイフルーツ	ミルク 五分かゆ なすと玉ねぎのだし汁 豆腐ののろろ煮 人参のやわらか煮 キウイフルーツ
11木	牛乳 食パン 野菜スープ コロッケ ゆで野菜 みかん缶 牛乳 昆布おにぎり	食パン 野菜スープ じゃが芋のパン粉焼き ゆで野菜 くだもの 昆布おにぎり	ミルク パンがゆ ほうれん草のだし汁 じゃが芋ののろろ煮 キャベツのやわらか煮 くだもの	ミルク パンがゆ ほうれん草のだし汁 じゃが芋ののろろ煮 キャベツのやわらか煮 くだもの
12金	牛乳 ごはん 小松菜と油揚げのみそ汁 鮭のごま焼き 筑前煮 バナナ 牛乳 黒みつときなこのミルクプリン	ごはん 小松菜のみそ汁 白身魚のやわらか煮 野菜の煮物 バナナ ホットケーキ粉	ミルク 全がゆ 小松菜のだし汁 白身魚のやわらか煮 人参ののろろ煮 バナナ	ミルク 五分かゆ 小松菜のだし汁 白身魚のやわらか煮 人参ののろろ煮 バナナ
13土	牛乳 豆乳ココア ごはん 豆腐とわかめのみそ汁 親子煮 小松菜のおかかあえ オレンジ 牛乳 チヂミ	ごはん 豆腐とわかめのみそ汁 鶏ささ身の卵とじ 小松菜のおかかあえ オレンジ チヂミ風	ミルク 全がゆ 豆腐のだし汁 鶏ささ身の黄身とじ 小松菜のやわらか煮 オレンジ	ミルク 五分かゆ 豆腐のだし汁 白身魚ののろろ煮 小松菜のやわらか煮 オレンジ
14日				
15月	牛乳 ごはん キャベツとコーンのみそ汁 大豆の天ぷら きゅうりの酢の物 もも缶 牛乳 おやつちゃんぽんラーメン	ごはん キャベツとコーンのみそ汁 大豆のやわらか煮 きゅうりのあえもの くだもの おやつ野菜うどん	ミルク 全がゆ キャベツのだし汁 大豆のやわらか煮 きゅうりののろろ煮 くだもの	ミルク 五分かゆ キャベツのだし汁 大豆のやわらか煮 きゅうりののろろ煮 くだもの
16火	牛乳 ごはん 玉ねぎと油揚げのみそ汁 白身魚とポテトのバター焼き ほうれん草のサラダ りんご 牛乳 チョコッとフレンチ	ごはん 玉ねぎのみそ汁 白身魚とポテトのやわらか煮 ほうれん草のあえもの りんご フレンチトースト	ミルク 全がゆ 玉ねぎのだし汁 白身魚とポテトのやわらか煮 ほうれん草ののろろ煮 りんご	ミルク 五分かゆ 玉ねぎのだし汁 白身魚とポテトのやわらか煮 ほうれん草ののろろ煮 りんご

日付	完了期	後期	中期	初期
17水	牛乳 ごはん かぼちゃと長ねぎのみそ汁 豚肉のすき焼き風煮物 切干大根のサラダ みかん 牛乳 寒天フルーツポンチ	ごはん かぼちゃと長ねぎのみそ汁 鶏団子のやわらか煮 切干大根のあえもの みかん ジャムサンド	ミルク 全がゆ かぼちゃのだし汁 鶏団子のやわらか煮 きゅうりのとろとろ煮 みかん	ミルク 五分がゆ かぼちゃのだし汁 豆腐のやわらか煮 きゅうりのとろとろ煮 みかん
18木	牛乳 食パン 豆乳スープ ベーコンオムレツ パスタ サラダ キウイフルーツ 牛乳 青菜カップケーキ	食パン 豆乳スープ風 卵焼き パスタのあえもの キウイフルーツ 青菜ホットケーキ	ミルク パンがゆ 豆乳だし汁 玉ねぎの黄身とじ キャベツのとろとろ煮 キウイフルーツ	ミルク パンがゆ 豆乳だし汁 白身魚のやわらか煮 キャベツのとろとろ煮 キウイフルーツ
19金	牛乳 ごはん 大根となめこのみそ汁 赤魚の照り焼き きんぴらごぼう パナナ 牛乳 大学芋	ごはん 大根となめこのみそ汁 白身魚のやわらか煮 ごぼうと人参のとろとろ煮 パナナ さつま芋の甘煮	ミルク 全がゆ 大根のだし汁 白身魚のやわらか煮 人参のとろとろ煮 パナナ	ミルク 五分がゆ 大根のだし汁 白身魚のやわらか煮 人参のとろとろ煮 パナナ
20土	牛乳 豆乳ココア みそ炒め丼 そうめん汁 もやしとわかめのナムル ブルーベリーヨーグルト 牛乳 ツナパン	ごはん そうめん汁 鶏団子とキャベツのみそ煮 もやしのあえもの ブルーベリーヨーグルト ホットケーキ	ミルク 全がゆ そうめんだし汁 鶏団子とキャベツのやわらか煮 もやしのとろとろ煮 くだもの	ミルク 全がゆ そうめんだし汁 白身魚とキャベツのやわらか煮 もやしのとろとろ煮 くだもの
21日				
22月	牛乳 ごはん 五目みそ汁 厚揚げのそぼろ煮 白菜ののりあえ キウイフルーツ 牛乳 人参ドーナツ	ごはん 五目みそ汁 豆腐のそぼろあんかけ 白菜ののりあえ キウイフルーツ 人参ホットケーキ	ミルク 全がゆ 大根のだし汁 豆腐のそぼろあんかけ 白菜のとろとろ煮 キウイフルーツ	ミルク 五分がゆ 大根のだし汁 豆腐と野菜のやわらか煮 白菜のとろとろ煮 キウイフルーツ
23火	牛乳 ごはん おかず汁 さばの塩焼き 冬キャベツと油揚げの煮浸し パナナ 牛乳 オレンジゼリー	ごはん おかず汁 白身魚のやわらか煮 キャベツの煮浸し パナナ ジャムサンド	ミルク 全がゆ 豆腐となすのだし汁 白身魚のやわらか煮 キャベツのとろとろ煮 パナナ	ミルク 五分がゆ 豆腐となすのだし汁 白身魚のやわらか煮 キャベツのとろとろ煮 パナナ
24水	牛乳 シーフードカレー 白菜とハムのサラダ フルーツポンチ 牛乳 さつま芋のガレット	牛乳 ごはん ミルクシチュー 白菜のあえもの くだもの さつま芋のホットケーキ	ミルク 全がゆ ミルクシチュー 白菜のとろとろ煮 くだもの	ミルク 五分がゆ ミルクシチュー 白菜のとろとろ煮 くだもの
25木	牛乳 食パン ポテトスープ 肉団子の揚げ煮 キャベツのツナマヨネーズあえ オレンジ 牛乳 ごまみそ焼きおにぎり	食パン ポテトスープ 鶏団子のトマト煮 キャベツのあえもの オレンジ おにぎり	ミルク パンがゆ じゃが芋のだし汁 鶏団子のトマト煮 キャベツのやわらか煮 オレンジ	ミルク パンがゆ じゃが芋のだし汁 白身魚のトマト煮 キャベツのやわらか煮 オレンジ
26金	牛乳 ごはん けんちん汁 さけの西京焼き ひじきとほうれん草のサラダ りんご 牛乳 コーンマヨトースト	ごはん けんちん汁 さけのみそ煮 ほうれん草のあえもの りんご コーントースト風	ミルク 全がゆ 大根と豆腐のだし汁 さけのやわらか煮 ほうれん草のとろとろ煮 りんご	ミルク 五分がゆ 大根と豆腐のだし汁 白身魚のやわらか煮 ほうれん草のとろとろ煮 りんご
27土	牛乳 豆乳ココア ホワイトシチューライス マカロニスープ きゅうりとコーンのサラダ みかん 牛乳 ホットアップルケーキ	ごはん ミルクシチュー マカロニスープ きゅうりとコーンのあえもの みかん アップルホットケーキ	ミルク 全がゆ ミルクシチュー キャベツのだし汁 きゅうりとコーンのとろとろ煮 みかん	ミルク 五分がゆ ミルクシチュー キャベツのだし汁 きゅうりとコーンのとろとろ煮 みかん
28日				
29月	牛乳 ごはん もやしとえのきのみそ汁 豚肉の柳川風煮物 春雨サラダ キウイフルーツ 牛乳 白玉団子	ごはん もやしとえのきのみそ汁 鶏ささ身とほうれん草の卵とじ 春雨のあえもの キウイフルーツ きな粉おにぎり	ミルク 全がゆ もやしのだし汁 鶏ささ身とほうれん草の黄身とじ きゅうりのとろとろ煮 キウイフルーツ	ミルク 五分がゆ もやしのだし汁 豆腐とほうれん草のやわらか煮 きゅうりのとろとろ煮 キウイフルーツ
30火	牛乳 ごはん 豚汁 ししゃものフライ きゅうりの華風サラダ オレンジ 牛乳 豆乳もち	ごはん 野菜のみそ汁 白身魚のパン粉焼き きゅうりのあえもの オレンジ きなこおにぎり	ミルク 全がゆ 野菜のだし汁 白身魚のとろとろ煮 きゅうりのやわらか煮 オレンジ	ミルク 五分がゆ 野菜のだし汁 白身魚のとろとろ煮 きゅうりのやわらか煮 オレンジ
31水	牛乳 ミートスパゲティ きのこのスープ フルーツゼリー 牛乳 プリン	うどんのミートソース風 きのこのスープ くだものジャムサンド	ミルク うどんのトマト煮 玉ねぎのだし汁 くだもの	ミルク うどんのトマト煮 玉ねぎのだし汁 くだもの