



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木	〈年始休業日〉			
2金	〈年始休業日〉			
3土	〈年始休業日〉			
4日	〈年始休業日〉			
5月	牛乳 ごはん みそ汁(切干大根・さといも) さばとごぼうの煮つけ いんげんのツナあえ もも缶 牛乳 ハムチーズ蒸しパン	軟飯 みそ汁(切干大根・さといも) 白身魚とごぼう煮 いんげんのツナあえ くだもの チーズ蒸しパン	ミルク 全がゆ さといものだし汁 白身魚のやわらか煮 にんじんのとろとろ煮 くだもの	ミルク 10倍がゆ 白身魚のやわらか煮 にんじんのとろとろ煮 くだもの
6火	牛乳 ごはん みそ汁(さつま芋・チンゲン菜) 大豆の天ぷら キャベツの胡麻マヨネーズあえ 洋なし缶 牛乳 ココアラスク	軟飯 みそ汁(さつま芋・チンゲン菜) 大豆のやわらか煮 キャベツのあえもの くだもの シュガートースト	ミルク 全がゆ さつま芋のだし汁 大豆のやわらか煮 キャベツのとろとろ煮 くだもの	ミルク 10倍がゆ 大豆のやわらか煮 キャベツのとろとろ煮 くだもの
7水	牛乳 ごはん ひじきふりかけ みそ汁(なす・玉ねぎ) ふんわりつくねのあんかけ 白菜のサラダ キウイフルーツ 牛乳 オレンジゼリー	しらすごはん みそ汁(なす・玉ねぎ) ふんわりつくねのあんかけ 白菜のあえもの キウイフルーツ ジャムサンド	ミルク 全がゆ なすと玉ねぎのだし汁 鶏団子のとろとろ煮 白菜のやわらか煮 キウイフルーツ	ミルク 10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮 白菜のやわらか煮 くだもの
8木	牛乳 食パン ポテトスープ 大豆とツナの和風オムレツ ゆで野菜 洋なし缶 牛乳 とりそぼろおにぎり	食パン ポテトスープ 大豆とツナの和風オムレツ ゆで野菜 くだもの とりそぼろおにぎり	ミルク パンがゆ じゃがいものだし汁 大豆のやわらか煮 キャベツのやわらか煮 くだもの	ミルク パンがゆ 大豆のやわらか煮 キャベツのやわらか煮 くだもの
9金	牛乳 ごはん 豆腐みそ汁(こまつな・ねぎ) 鮭のごま焼き 筑前煮 オレンジ 牛乳 黒みつときなこのミルクプリン	軟飯 豆腐みそ汁 鮭のやわらか煮 野菜の煮物 オレンジ きなこおにぎり	ミルク 全がゆ 豆腐のだし汁 鮭のやわらか煮 人参のとろとろ煮 オレンジ	ミルク 10倍がゆ 白身魚のやわらか煮 人参のとろとろ煮 オレンジ
10土	牛乳 豆乳ココア 鶏肉の照り焼き丼 ほうれん草のナムル ブルーベリーヨーグルト 牛乳 人参カップケーキ	軟飯 鶏ささみのやわらか煮 ほうれん草のあえもの ブルーベリーヨーグルト 人参蒸しパン	ミルク 全がゆ 鶏ささみのやわらか煮 ほうれん草のやわらか煮 ヨーグルト	ミルク 10倍がゆ 白身魚のとろとろ煮 ほうれん草のやわらか煮 バナナ
11日				
12月	〈成人の日〉			
13火	牛乳 ごはん みそ汁(豚肉・なめこ) 白身魚とポテトのバター焼き きゅうりの黒ごまサラダ もも缶 牛乳 あんまん風蒸しパン	軟飯 大根のみそ汁 白身魚とポテトのやわらか煮 きゅうりのあえもの くだもの 蒸しパン	ミルク 全がゆ 大根のだし汁 白身魚とポテトのやわらか煮 きゅうりのとろとろ煮 くだもの	ミルク 10倍がゆ 白身魚とポテトのやわらか煮 きゅうりのとろとろ煮 くだもの
14水	牛乳 じゃこごまおにぎり ちゃんぽんラーメン みかん 牛乳 バナナのフルーツサンド	じゃこおにぎり 野菜うどん みかん バナナジャムサンド	ミルク 野菜うどん 鶏団子のやわらか煮 きゅうりのとろとろ煮	ミルク 野菜うどん みかん
15木	牛乳 食パン コーンスープ タンドリーチキン パスタサラダ キウイフルーツ 牛乳 鮭チーズおにぎり	食パン コーンスープ 鶏団子のトマト煮 パスタのあえもの キウイフルーツ 鮭チーズおにぎり	ミルク パンがゆ 玉ねぎのだし汁 キャベツのとろとろ煮 キウイフルーツ	ミルク パンがゆ 白身魚のトマト煮 キャベツのとろとろ煮 くだもの
16金	牛乳 ごはん みそ汁(大根・なめこ) 赤魚の照り焼き きんぴらごぼう バナナ 牛乳 大学芋	軟飯 みそ汁(大根・なめこ) 白身魚のやわらか煮 ごぼうと人参のとろとろ煮 バナナ 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 バナナ	ミルク 10倍がゆ 白身魚のやわらか煮 人参のとろとろ煮 バナナ

日付	完了期	後期	中期	初期
17土	牛乳 豆乳ココア みそ炒め丼 すまし汁(こまつな・にんじん) バナナ 牛乳 バターシュガートースト	軟飯 鶏団子とキャベツのみそ煮 すまし汁(こまつな・にんじん) バナナ シュガートースト	ミルク 全がゆ 鶏団子とキャベツのやわらか煮 こまつなのだし汁 バナナ	ミルク 10倍がゆ 白身魚とキャベツのやわらか煮 こまつなのとろとろ煮 バナナ 
18日				
19月	牛乳 ごはん 五目みそ汁 凍り豆腐のふわふわ煮 白菜ののりあえ キウイフルーツ 牛乳 豆乳かんでん	軟飯 五目みそ汁 豆腐のふわふわ煮 白菜ののりあえ キウイフルーツ ジャムサンド	ミルク 全がゆ 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	ミルク 10倍がゆ 豆腐と野菜のやわらか煮 白菜のとろとろ煮 くだもの
20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 みかん 牛乳 芋もち	軟飯 おかず汁 白身魚のやわらか煮 キャベツの煮浸し みかん 蒸しじゃがいも	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 みかん	ミルク 10倍がゆ 白身魚のやわらか煮 キャベツのとろとろ煮 みかん
21水	牛乳 えびと野菜のカレー ゆで野菜 フルーツカクテル 牛乳 チーズサンド	軟飯 ミルクシチュー キャベツのあえもの くだもの チーズサンド	ミルク 全がゆ ミルクシチュー キャベツのとろとろ煮 くだもの	ミルク 10倍がゆ ミルクシチュー キャベツのとろとろ煮 くだもの
22木	牛乳 ロールパン 野菜スープ ペーコンオムレツ キャベツのツナマヨネーズあえ 洋なし缶 牛乳 ごまみそ焼きおにぎり	食パン 野菜スープ オムレツ キャベツのあえもの くだもの おにぎり	ミルク パンがゆ ほうれん草のだし汁 鶏団子のトマト煮 キャベツのやわらか煮 くだもの	ミルク パンがゆ 白身魚のトマト煮 キャベツのやわらか煮 くだもの
23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 もも缶 牛乳 オレンジムース	軟飯 けんちん汁 さけのみそ煮 ほうれん草のあえもの くだもの いちごジャムヨーグルト	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 くだもの	ミルク 10倍がゆ 白身魚のやわらか煮 ほうれん草のとろとろ煮 くだもの
24土	牛乳 豆乳ココア ホワイトシチューライス きゅうりとコーンのサラダ バナナ 牛乳 きなこクリームサンド	ごはん ミルクシチュー きゅうりとコーンのあえもの バナナ わかめおにぎり	ミルク 全がゆ ミルクシチュー きゅうりのとろとろ煮 バナナ	ミルク 10倍がゆ ミルクシチュー きゅうりのとろとろ煮 バナナ 
25日				
26月	牛乳 ごはん みそ汁(もやし・えのき) 豚肉の柳川風煮物 春雨サラダ キウイフルーツ 牛乳 ホットアップルケーキ	軟飯 みそ汁(もやし・えのき) 鶏ささみとほうれん草の卵とじ 春雨のあえもの キウイフルーツ ホットアップルケーキ	ミルク 全がゆ 人参のだし汁 鶏ささ身と野菜煮 きゅうりのとろとろ煮 キウイフルーツ	ミルク 10倍がゆ 豆腐とほうれん草のやわらか煮 きゅうりのとろとろ煮 くだもの
27火	牛乳 ごはん 豚汁 ししゃものフライ ほうれん草のサラダ オレンジ 牛乳 ふわふわお好み焼き	軟飯 野菜のみそ汁 白身魚のパン粉焼き ほうれん草のあえもの オレンジ キャベツのお好み焼き風	ミルク 全がゆ 野菜のだし汁 白身魚のとろとろ煮 ほうれん草のやわらか煮 オレンジ	ミルク 10倍がゆ 白身魚のとろとろ煮 ほうれん草のやわらか煮 オレンジ
28水	牛乳 ミートスバゲティ きのこのスープ バナナ 牛乳 ココアプリン	うどんのミートソース風 きのこのスープ バナナ ジャムサンド	ミルク うどんのトマト煮 玉ねぎのだし汁 バナナ	ミルク うどんのトマト煮 野菜のとろとろ煮 バナナ
29木	牛乳 食パン白菜の豆乳スープ ハンバーグ スイートポテトサラダ みかん缶 牛乳 青菜カップケーキ	食パン 白菜豆乳スープ 鶏団子のトマト煮 さつま芋のあえもの くだもの 青菜カップケーキ	パンがゆ 白菜豆乳スープ 鶏団子のトマト煮 さつま芋のあえもの くだもの	パンがゆ 豆腐のトマト煮 さつま芋のあえもの くだもの
30金	牛乳 ごはん みそ汁(チンゲン菜・だいこん) たらの磯辺焼き 人参シリシリー もも缶 牛乳 ごまドーナツ	軟飯 みそ汁(チンゲン菜・だいこん) 鮭のやわらか煮 人参と炒り卵のいためもの くだもの きなこおにぎり	ミルク 全がゆ チンゲン菜と大根のだし汁 鮭のやわらか煮 人参のとろとろ煮 くだもの	ミルク 10倍がゆ 白身魚のやわらか煮 人参のとろとろ煮 くだもの
31土	牛乳 豆乳ココア 豚丼 みそ汁(玉ねぎ・わかめ) キウイフルーツ 牛乳 ブルーベリージャムサンド	軟飯 鶏ささみのやわらか煮 みそ汁(玉ねぎ・わかめ) キウイフルーツ ジャムサンド	ミルク 全がゆ 鶏ささみのやわらか煮 玉ねぎのだし汁 キウイフルーツ	ミルク 10倍がゆ 白身魚のやわらか煮 玉ねぎのとろとろ煮 くだもの