

日付	完了期	後期	中期	初期
01水	ごはん みそ汁(なす・わかめ) 鶏豆腐団子の蒸し物 かぼちゃの甘煮(いんげん)	硬粥 みそ汁(なす・にんじん) 鶏豆腐団子の蒸し物 かぼちゃの甘煮(いんげん)	全粥 みそ汁(なす・にんじん) 鶏豆腐団子の蒸し物 かぼちゃの甘煮(いんげん)	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(にんじん・たまねぎ)
02木	ごはん みそ汁(だいこん・にんじん) 豆腐のそぼろ キャベツあんかけ ゆで野菜(きゅうり)	硬粥 みそ汁(だいこん・にんじん) 豆腐のそぼろ キャベツあんかけ ゆで野菜(きゅうり)	全粥 みそ汁(だいこん・にんじん) 豆腐のそぼろ キャベツあんかけ ゆで野菜(きゅうり)	10倍粥 ペースト(豆腐・だいこん・にんじん)
03金	ごはん みそ汁(豆腐・あげ) さわらと人参の煮物 ゆで野菜(キャベツ) 煮りんご	硬粥 みそ汁(豆腐・チンゲン菜) 白身魚と人参の煮物 ゆで野菜(キャベツ) 煮りんご	全粥 みそ汁(豆腐・チンゲン菜) 白身魚と人参の煮物 ゆで野菜(キャベツ) 煮りんご	10倍粥 すり流し(白身魚) 野菜のペースト(チンゲン菜・キャベツ)
04土	焼きうどん 粉ふき芋(あおのり)	硬粥 鶏ひき肉と豆腐の煮物(キャベツ・にんじん) 粉ふき芋(あおのり)	全粥 鶏ひき肉と豆腐の煮物(キャベツ・にんじん) 粉ふき芋(あおのり)	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(キャベツ・にんじん)
06月	ごはん みそ汁(じゃが芋・たまねぎ) 豆腐のそぼろ あんかけ(にんじん) ゆでブロッコリー	硬粥 みそ汁(じゃが芋・たまねぎ) 豆腐のそぼろ あんかけ(にんじん) ゆでブロッコリー	全粥 みそ汁(じゃが芋・たまねぎ) 豆腐のそぼろ あんかけ(にんじん) ゆでブロッコリー	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(じゃがいも・ブロッコリー)
07火	ごはん チキンスープ(キャベツ・コーン) たららのケチャップあんかけ きゅうりの昆布あえ パナナ	硬粥 チキンスープ(キャベツ) たららの野菜あんかけ(たまねぎ・にんじん) ゆで野菜(きゅうり)	全粥 チキンスープ(キャベツ) たららの野菜あんかけ(たまねぎ・にんじん) ゆで野菜(きゅうり)	10倍粥 すり流し(たらら) 野菜のペースト(たまねぎ・にんじん)
08水	ごはん みそ汁(さつまいも・もやし) 肉豆腐(鶏) ほうれん草とにんじんの和え物	硬粥 みそ汁(さつまいも・もやし) 肉豆腐(鶏) ほうれん草とにんじんの和え物	全粥 みそ汁(さつまいも・もやし) 肉豆腐(鶏) ほうれん草とにんじんの和え物	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(ほうれん草・にんじん)
09木	ごはん みそ汁(かぼちゃ・チンゲン菜) 白身魚のフライ・タルタルソース ゆで野菜(にんじん・いんげん)	硬粥 みそ汁(かぼちゃ・チンゲン菜) 煮魚 ゆで野菜(にんじん・いんげん)	全粥 みそ汁(かぼちゃ・チンゲン菜) 煮魚 ゆで野菜(にんじん・いんげん)	10倍粥 すり流し(白身魚) 野菜のペースト(かぼちゃ・チンゲン菜)
10金	ごはん ミートボールのカレーシチュー しらすサラダ(キャベツ)	硬粥 鶏肉と野菜のスープ煮 キャベツのしらす和え(こまつな)	全粥 鶏肉と野菜のスープ煮 キャベツのしらす和え(こまつな)	10倍粥 すり流し(しらす) 野菜のペースト(キャベツ・こまつな)
11土	豚丼 煮りんご	硬粥 鶏ひき肉と納豆の煮物 煮りんご	全粥 鶏ひき肉と納豆の煮物 煮りんご	10倍粥 ペースト(納豆・こまつな・にんじん)
13月	ごはん みそ汁(なす・たまねぎ) 豆腐の野菜そぼろ あんかけ(もやし) 煮りんご	硬粥 みそ汁(なす・たまねぎ) 豆腐の野菜そぼろ あんかけ(もやし) 煮りんご	全粥 みそ汁(なす・たまねぎ) 豆腐の野菜そぼろ あんかけ(もやし) 煮りんご	硬粥 みそ汁(なす・たまねぎ) 豆腐の野菜そぼろ あんかけ(もやし) 煮りんご
14火	ごはん 豆腐汁(だいこん・にんじん) さわらとキャベツの重ね蒸し 蒸し野菜(さつまいも)	硬粥 豆腐汁(だいこん・にんじん) さわらのキャベツ あんかけ 蒸し野菜(さつまいも)	全粥 豆腐汁(だいこん・にんじん) さわらのキャベツ あんかけ 蒸し野菜(さつまいも)	10倍粥 ペースト(豆腐・だいこん・にんじん)
15水	ごはん ボークビーンズ 切干大根のサラダ	硬粥 野菜汁(じゃがいも・にんじん) 鶏ひき肉と納豆の煮物(たまねぎ) ゆで野菜(きゅうり)	硬粥 野菜汁(じゃがいも・にんじん) 鶏ひき肉と納豆の煮物(たまねぎ) ゆで野菜(きゅうり)	10倍粥 ペースト(納豆・じゃがいも・にんじん)

日付	完了期	後期	中期	初期
16木	ごはん みそ汁(だいこん・かぼちゃ) 白身魚の煮物 コールスローサラダ 焼きトマト	硬粥 みそ汁(だいこん・かぼちゃ) 白身魚の煮付 キャベツとアスパラの和え物 焼きトマト	全粥 みそ汁(だいこん・かぼちゃ) 白身魚の煮付 キャベツとアスパラの和え物 焼きトマト	10倍粥 すり流し(白身魚) 野菜のペースト(だいこん・かぼちゃ)
17金	トマト飯 みそ汁(豆腐・チンゲン菜) 鶏肉とにんじんのあんどじ ゆで野菜(きゅうり)	トマト粥(硬粥) みそ汁(豆腐・チンゲン菜) 鶏肉とにんじんのあんどじ ゆで野菜(きゅうり)	トマト粥(全粥) みそ汁(豆腐・チンゲン菜) 鶏肉とにんじんのあんどじ ゆで野菜(きゅうり)	トマト粥(全粥) みそ汁(豆腐・チンゲン菜) 鶏肉とにんじんのあんどじ ゆで野菜(きゅうり)
18土	てりやき野菜丼 煮りんご	硬粥 鶏豆腐団子の野菜 あんかけ 煮りんご	全粥 鶏豆腐団子の野菜 あんかけ 煮りんご	10倍粥 ペースト(豆腐・キャベツ・にんじん)
20月	いわしのかば焼き丼 みそ汁(もやし・じゃがいも) キャベツとチンゲン菜のサラダ	硬粥 みそ汁(もやし・じゃがいも) 白身魚の煮物 キャベツとチンゲン菜の和え物	全粥 みそ汁(もやし・じゃがいも) 白身魚の煮物 キャベツとチンゲン菜の和え物	10倍粥 すり流し(たら) 野菜のペースト(キャベツ・チンゲン菜)
21火	軟飯 豆腐汁(たまねぎ・にんじん) 里芋のそぼろ あんかけ ゆで野菜(いんげん)	硬粥 豆腐汁(たまねぎ・にんじん) 里芋のそぼろ あんかけ ゆで野菜(いんげん)	全粥 豆腐汁(たまねぎ・にんじん) 里芋のそぼろ あんかけ ゆで野菜(いんげん)	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(たまねぎ・にんじん)
22水	ごはん 豆乳汁(キャベツ・かぼちゃ・たまねぎ・チンゲン菜) 鶏ひき肉とブロッコリーの煮物	硬粥 豆乳汁(キャベツ・かぼちゃ・たまねぎ・チンゲン菜) 鶏ひき肉とブロッコリーの煮物	全粥 豆乳汁(キャベツ・かぼちゃ・たまねぎ・チンゲン菜) 鶏ひき肉とブロッコリーの煮物	10倍粥 豆乳汁(キャベツ・かぼちゃ・たまねぎ・チンゲン菜)
23木	ごはん みそ汁(こまつな・あげ) さけのサラダ焼き ゆで野菜(にんじん・いんげん)	硬粥 みそ汁(こまつな・たまねぎ) 白身魚とじゃがいもの磯辺和え ゆで野菜(にんじん・いんげん)	全粥 みそ汁(こまつな・たまねぎ) 白身魚とじゃがいもの磯辺和え ゆで野菜(にんじん・いんげん)	10倍粥 すり流し(白身魚) 野菜のペースト(こまつな・たまねぎ)
24金	しらす飯 みそ汁(なす・かぼちゃ) ささみときゅうりの煮和え	しらす粥(硬粥) みそ汁(なす・かぼちゃ) ささみときゅうりの煮和え	しらす粥(全粥) みそ汁(なす・かぼちゃ) ささみときゅうりの煮和え	10倍粥 すり流し(しらす) 野菜のペースト(かぼちゃ・にんじん)
25土	焼きそば 煮りんご	硬粥 鶏肉のどろみ煮(納豆) 煮りんご	全粥 鶏肉のどろみ煮(納豆) 煮りんご	10倍粥 ペースト(納豆・キャベツ・にんじん)
27月	ドライカレーライス(厚揚げ) コーンスープ(とうがん) ゆで野菜(きゅうり・トマト)	硬粥 野菜スープ(たまねぎ・にんじん) 豆腐のそぼろ あんかけ ゆで野菜(きゅうり・トマト)	全粥 野菜スープ(たまねぎ・にんじん) 豆腐のそぼろ あんかけ ゆで野菜(きゅうり・トマト)	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(たまねぎ・にんじん)
28火	ごはん 豆腐すまし汁(あげ) 豚肉となすのなべしぎ(しょうゆ) 粉ふき芋(青のり)	硬粥 豆腐すまし汁(もやし) 野菜と鶏肉の煮物 粉ふき芋(青のり)	全粥 豆腐すまし汁(もやし) 野菜と鶏肉の煮物 粉ふき芋(青のり)	10倍粥 ペースト(豆腐・にんじん・じゃがいも)
29水	ごはん みそ汁(だいこん・チンゲン菜) 白身魚の蒸し物 鶏ひき肉とにんじんの煮物	硬粥 みそ汁(だいこん・チンゲン菜) 白身魚の蒸し物 鶏ひき肉とにんじんの煮物	全粥 みそ汁(だいこん・チンゲン菜) 白身魚の蒸し物 鶏ひき肉とにんじんの煮物	10倍粥 すり流し(白身魚) 野菜のペースト(だいこん・チンゲン菜)
30木	ごはん キャベツスープ(たまねぎ) 鶏豆腐団子と野菜の煮物 ゆで野菜(きゅうり)	硬粥 キャベツスープ(たまねぎ) 鶏豆腐団子と野菜の煮物 ゆで野菜(きゅうり)	全粥 キャベツスープ(たまねぎ) 鶏豆腐団子と野菜の煮物 ゆで野菜(きゅうり)	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(じゃがいも・にんじん)