

日付	完了期	後期	中期	初期
01金	ごはん みそ風味のだし煮(さといも・もやし) 蒸し魚の野菜あんかけ	硬粥 みそ風味のだし煮(さといも・もやし) 蒸し魚の野菜あんかけ	全粥 みそ風味のだし煮(さといも・もやし) 蒸し魚の野菜あんかけ	10倍粥 すり流し(白身魚) 野菜のペースト(たまねぎ・にんじん)
02土	ごはん みそ炒め丼・具じゃがいも(あおのり)	硬粥 鶏肉と豆腐のとりみ煮 じゃがいも(あおのり)	全粥 鶏肉と豆腐のとりみ煮 じゃがいも(あおのり)	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(キャベツ・たまねぎ)
04月	ごはん みそ風味のだし煮(だいこん・にんじん) 鶏団子とかぼちゃの煮物(たまねぎ)	硬粥 みそ風味のだし煮(だいこん・にんじん) 鶏団子とかぼちゃの煮物(たまねぎ)	全粥 みそ風味のだし煮(だいこん・にんじん) 鶏団子とかぼちゃの煮物(たまねぎ)	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(かぼちゃ・たまねぎ)
05火	ごはん みそ汁(キャベツ・あげ) さわらのポテトクリーム焼き いんげんのソテー にんじんとみかんのサラダ	硬粥 みそ風味のだし煮(キャベツ・にんじん) 白身魚とじゃがいものとりみ煮	全粥 みそ風味のだし煮(キャベツ・にんじん) 白身魚とじゃがいものとりみ煮	10倍粥 すり流し(白身魚) 野菜のペースト(キャベツ・にんじん)
06水	ごはん マーボー豆腐(たまねぎ) きゅうりとにんじんのくたくた煮(しらす)	硬粥 マーボー豆腐(たまねぎ) きゅうりとにんじんのくたくた煮(しらす)	全粥 マーボー豆腐(たまねぎ) きゅうりとにんじんのくたくた煮(しらす)	10倍粥 すり流し(しらす) 野菜のペースト(たまねぎ・にんじん)
07木	牛乳 ウエハース ごはん みそ汁(切干しだいこん・かぼちゃ) たららの磯辺焼き きんぴらごぼう スキム牛乳 野菜もち(こまつな・きな)	硬粥 みそ風味のだし煮(かぼちゃ・たまねぎ) たららとにんじんの煮物	全粥 みそ風味のだし煮(かぼちゃ・たまねぎ) たららとにんじんの煮物	10倍粥 すり流し(白身魚) 野菜のペースト(かぼちゃ・たまねぎ)
08金	ごはん 豆乳スープ(さつまいも) 鶏むね肉のふくら焼き もやしのツナ酢あえ(ひじき)	硬粥 豆乳煮(さつまいも) 鶏ひき肉ともやしのとりみ煮	全粥 豆乳煮(さつまいも) 鶏ひき肉ともやしのとりみ煮	10倍粥 豆乳煮(さつまいも)
09土	ごはん カレー風味のトマトライス・具 煮りんご	硬粥 鶏肉と豆腐のトマト煮 煮りんご	全粥 鶏肉と豆腐のトマト煮 煮りんご	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(たまねぎ・にんじん)
11月	ごはん だし煮(豆腐・キャベツ) 鶏レバーのみそ煮 さつま芋の甘煮	硬粥 だし煮(豆腐・キャベツ) 鶏肉とさつまいものとりみ煮	全粥 だし煮(豆腐・キャベツ) 鶏肉とさつまいものとりみ煮	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(キャベツ・にんじん)
12火	ごはん みそ風味のだし煮(なす・たまねぎ) 白身魚とじゃがいもの煮物	硬粥 みそ風味のだし煮(なす・たまねぎ) 白身魚とじゃがいもの煮物	全粥 みそ風味のだし煮(なす・たまねぎ) 白身魚とじゃがいもの煮物	10倍粥 すり流し(白身魚) 野菜のペースト(じゃがいも・にんじん)
13水	ごはん だし煮(チンゲン菜・かぼちゃ) 鶏団子のたまねぎあんかけ	硬粥 だし煮(チンゲン菜・かぼちゃ) 鶏団子のたまねぎあんかけ	全粥 だし煮(チンゲン菜・かぼちゃ) 鶏団子のたまねぎあんかけ	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(チンゲン菜・かぼちゃ)
14木	ごはん みそ風味のだし煮(こまつな・さつまいも) 白身魚とオクラのとりみ煮	硬粥 みそ風味のだし煮(こまつな・さつまいも) 白身魚とオクラのとりみ煮	全粥 みそ風味のだし煮(こまつな・さつまいも) 白身魚とオクラのとりみ煮	10倍粥 すり流し(白身魚) 野菜のペースト(こまつな・さつまいも)

日付	完了期	後期	中期	初期
15金	牛乳 白い風船 おにぎり(さけ) 鶏のから揚げ タコ ウインナー 厚焼き卵 ゆでブロッコリー ミントマツ 野菜ジュース125 チーズ	硬粥 だし煮(じゃがいも・えのき) 豆腐の野菜そぼろあんかけ(たまねぎ・にんじん)	全粥 だし煮(じゃがいも・えのき) 豆腐の野菜そぼろあんかけ(たまねぎ・にんじん)	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(たまねぎ・にんじん)
16土	ごはん 豚丼・具 煮りんご	硬粥 納豆そぼろと野菜の煮物(たまねぎ・こまつな) 煮りんご	全粥 納豆そぼろと野菜の煮物(たまねぎ・こまつな) 煮りんご	10倍粥 ペースト(納豆・たまねぎ・こまつな)
19火	ごはん だし煮(キャベツ・えのき) 豆腐とかぼちゃのつぶし煮	硬粥 だし煮(キャベツ・えのき) 豆腐とかぼちゃのつぶし煮	全粥 だし煮(キャベツ・えのき) 豆腐とかぼちゃのつぶし煮	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(かぼちゃ・たまねぎ)
20水	ごはん みそ風味のだし煮(にんじん・だいこん) じゃがいものそぼろあんかけ(納豆)	硬粥 みそ風味のだし煮(にんじん・だいこん) じゃがいものそぼろがけ(納豆)	全粥 みそ風味のだし煮(にんじん・だいこん) じゃがいものそぼろがけ(納豆)	10倍粥 ペースト(納豆・にんじん・だいこん)
21木	ごはん みそ汁(チンゲン菜・あげ) さわらのもやしあんかけ 磯辺さつまいも(焼き) 煮りんご	硬粥 みそ風味のだし煮(チンゲン菜・さつまいも) 白身魚のもやしあんかけ	全粥 みそ風味のだし煮(チンゲン菜・さつまいも) 白身魚のもやしあんかけ	10倍粥 すり流し(白身魚) 野菜のペースト(チンゲン菜・さつまいも)
22金	ごはん(しらす) だし煮(じゃがいも・にんじん) キャベツと鶏ひき肉のくたくた煮	硬粥(しらす) だし煮(じゃがいも・にんじん) キャベツと鶏ひき肉のくたくた煮	全粥 だし煮(じゃがいも・にんじん) キャベツと鶏ひき肉のくたくた煮	10倍粥 すり流し(しらす) 野菜のペースト(じゃがいも・にんじん)
25月	ごはん ミートボールのカラーシチュー 切干大根のサラダ(しらす干し)	硬粥 鶏団子とじゃがいもの煮物 きゅうりのしらす和え	全粥 鶏団子とじゃがいもの煮物 きゅうりのしらす和え	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(にんじん・じゃがいも)
26火	ごはん すまし汁(だいこん・あげ) たららのケチャップあんかけ きゅうりの昆布あえ	硬粥 だし煮(だいこん・こまつな) たららの野菜あんかけ(ピーマン)	全粥 だし煮(だいこん・こまつな) たららの野菜あんかけ(ピーマン)	10倍粥 すり流し(白身魚) 野菜のペースト(だいこん・こまつな)
27水	ごはん みそ風味のだし煮(豆腐・えのき) 鶏肉とほうれんそうのとりみ煮	硬粥 みそ風味のだし煮(豆腐・えのき) 鶏肉とほうれんそうのとりみ煮	全粥 みそ風味のだし煮(豆腐・えのき) 鶏肉とほうれんそうのとりみ煮	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(ほうれんそう・キャベツ)
28木	ごはん みそ汁(なす・かぼちゃ) さわらと人参の煮物 さつぱりポテトサラダ	硬粥 みそ風味のだし煮(なす・かぼちゃ) 白身魚と人参の煮物	全粥 みそ風味のだし煮(なす・かぼちゃ) 白身魚と人参の煮物	10倍粥 すり流し(白身魚) 野菜のペースト(にんじん・じゃがいも)
29金	ごはん 豆乳煮(豆腐・キャベツ・たまねぎ・にんじん) さけともやしの煮物	硬粥 豆乳煮(豆腐・キャベツ・たまねぎ・にんじん) さけともやしの煮物	全粥 豆乳煮(豆腐・キャベツ・たまねぎ・にんじん) さけともやしの煮物	10倍粥 豆乳煮(豆腐・キャベツ・たまねぎ・にんじん)
30土	ごはん 豆腐の野菜そぼろがけ(たまねぎ・チンゲン菜) つぶしじゃがいも	硬粥 豆腐の野菜そぼろがけ(たまねぎ・チンゲン菜) つぶしじゃがいも	全粥 豆腐の野菜そぼろがけ(たまねぎ・チンゲン菜) つぶしじゃがいも	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(たまねぎ・チンゲン菜)