
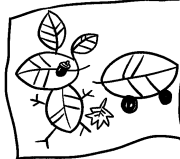





	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
			1	2	3 (文化の日)	4
昼食			やわらかごはん わかめのみそ汁 みそバター肉じゃが 小松菜のしらす和え	やわらかごはん けんちん汁 鮭の塩焼き サラスパサラダ		やわらかきつねうどん ほうれん草のおひたし
	6	7	8	9	10	11
昼食	やわらかごはん 大根のみそ汁 焼き肉 春雨サラダ	やわらかごはん えのきと豆腐のみそ汁 照りマヨドレチキン キャベツの中華和え	チンゲン菜スープ やわらかナポリタン ブロッコリーのおかか和え	やわらかごはん もやしのみそ汁 麻婆豆腐 小松菜のおひたし	やわらかごはん 玉ねぎのみそ汁 タラの甘煮 ポテトサラダ	肉丼 麩のみそ汁
	13	14	15	16	17	18
昼食	やわらかごはん 花麩のすまし汁 豚肉のケチャップ炒め 小松菜のおひたし	やわらかごはん さつま汁 ホッケの塩焼き 切り干し大根の炒め煮	やわらかごはん わかめスープ 豚肉と秋野菜の旨煮 マカロニサラダ	やわらかごはん なすのみそ汁 豚肉の玉ねぎ炒め キャベツのゆかり和え	やわらかごはん 白菜のみそ汁 丸めない鶏つくね 三色和え	温にゅう麺 小松菜と人参の和え物
	20	21	22	23	24	25
昼食	やわらかごはん なめこのみそ汁 鶏のマーマレード焼き ブロッコリーのおひたし	やわらかごはん キャベツのみそ汁 タラの西京漬け焼き	やわらかごはん スープ 豚肉の野菜炒め煮 大根とツナの和風サラダ	 勤労感謝の日	やわらかごはん 麺スープ 豚しゃぶ コールスローサラダ	やわらかなめこうどん ほうれん草のおひたし 
	27	28	29	30	『病気のときの離乳食について』  風邪などで食欲が落ちたとき、離乳食は無理せずに。 熱があるときや呼吸、発汗が多くなり、赤ちゃんの場合は栄養面より飲めなくて脱水症状を起こすほうが心配です。 まずは、水分補給を第一に心がけましょう。 食べられるなら、離乳食はおなかに負担がかからないよう一段階前の状態に戻します。 内容もごはんや麺類など、消化しやすい炭水化物を中心にするといいでしょう。	
昼食	やわらかごはん 芋の子汁 鯖の香り焼き 小松菜のおひたし	やわらかごはん 豆腐のみそ汁 タンドリーチキン 南瓜のサラダ	やわらかごはん ミルクスープ 鶏の甘煮 ほうれん草のおひたし	やわらかごはん もやしのスープ 豆腐ハンバーグ バンサンスー		