

8/21(土) day 92	8/22(日) day 93	8/23(月) day 94	8/24(火) day 95	8/25(水) day 96	8/26(木) day 97	8/27(金) day 98	ストック	
パンがゆ 1/2枚 麩とじゃがいものポタージュ	小松菜とトマト入り納豆パスタ	6倍がゆ⑥ 赤身魚のトマトあえ	赤身魚がゆ 赤身魚② 6倍がゆ⑥ 麩入り野菜スープ	さつまいものヨーグルトパンがゆ さつまいも① 食パン 1/2枚 ヨーグルト① ※ ミルク②	6倍がゆ⑥ 赤身魚のトマトソース 赤身魚② トマト①① にんじんポタージュ	ズッキーニのおかゆ ズッキーニ① ※ にんじん① ブロッコリー① 6倍がゆ⑥ 粉チーズ ※	day92 パプリカ 6倍がゆ	①×2 ①×62 ①×1
じゃがいも③① ※ 焼き麩 2個 ※ 牛乳③① ※	小松菜① トマト② 玉ねぎ② マカロニ 15g	赤身魚① トマト①② かぶとブロッコリーのミルクスープ	にんじん② 玉ねぎ② ブロッコリー① 野菜スープ⑥② 焼き麩 1個 ※ 片栗粉	かぶのそぼろ煮 かぶ② 鶏ひき肉① だし②② 片栗粉	にんじん② 玉ねぎ② さつまいも① 6倍がゆ① 湯ざまし⑥	6倍がゆ⑥ カッターチーズとかぼちゃのきなこあえ かぼちゃ①① カッターチーズ①※ きなこ ※	day93 マカロニ	15g×3
パプリカのバナナあえ バナナ① パプリカ① きなこ ※	だし② 納豆①① わかめとツナの煮物 ツナ② 玉ねぎ① だし② わかめ②	かぶ② ブロッコリー② 牛乳②② ※ 野菜スープ② 片栗粉	野菜スープ⑥② 焼き麩 1個 ※ 片栗粉	かぶ② 鶏ひき肉① だし②② 片栗粉	にんじん② 玉ねぎ② さつまいも① 6倍がゆ① 湯ざまし⑥	カッターチーズとかぼちゃのきなこあえ かぼちゃ①① カッターチーズ①※ きなこ ※	day94 かぶ うどん みかん	①×3 ①×6 45g×4 ①×2 ①×3
----- 鮭と小松菜のミルクがゆ 鮭① 小松菜① 6倍がゆ⑥ ミルク①	----- わかめ②	----- 納豆と鮭のうどん	----- 6倍がゆ⑥ かぶと鮭の豆腐あんかけ	----- 6倍がゆ⑥ 赤身魚とかぶのだし煮	----- 小松菜とかぶのうどん	----- のり入りおかゆ 青のり ※ 6倍がゆ⑥ 鮭と小松菜のねばねばあえ	day95 にんじん ブロッコリー さつまいも	①×3 ①×6 45g×4 ①×2 ①×3 ①×1 ①×15 ①×4 ①×9 ①×4
里芋と玉ねぎのスープ 玉ねぎ① だし② 里芋①	6倍がゆ⑥ 粉チーズ ※ パプリカ入り和風スープ 玉ねぎ② だし②② パプリカ① 片栗粉	みかん② トマト① みかん②	だし④ 片栗粉 さつまいものみかんあえ さつまいも② みかん①	オクラとトマトのあえもの オクラ② 玉ねぎ②	オクラ入りかぼちゃサラダ オクラ②	カッターチーズとかぼちゃのきなこあえ かぼちゃ①① 納豆①	day96 鶏ひき肉 合わせだし	①×9 ①×4 ①×6 ①×36 ①×9
							day97 野菜スープ └─ かぼちゃ └─ 玉ねぎ └─ 白菜	①×10 ①×4 ①×7 ①×2 ①×2 ①×23 ①×1 ①×6