

日付	献立名	材料名	午前おやつ 午後おやつ
1 (火)	御飯 みそ汁(あさり) 豚肉の香味焼き かぼちゃの甘煮(いんげん)	クラッカー/牛乳/米/あさり水煮缶、キャベツ、ねぎ、かつおだし汁 米みそ/豚肉(ロース)、ねぎ、にんにく、油、しょうゆ、酒/かぼちゃ いんげん、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、砂糖/とうもろこし/牛乳	クラッカー
			牛乳 ゆでとうもろこし 牛乳
2 (水)	御飯 みそ汁(じゃが芋・たまねぎ) 鶏肉の照り焼き 大根とあげの煮物	ブルー/牛乳/米/じゃがいも、たまねぎ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁 米みそ/鶏もも肉(皮付き)、酒、砂糖、食塩、片栗粉、油、しょうが、しょうゆ みりん、砂糖、片栗粉/だいこん、にんじん、油揚げ、かつお・昆布だし汁 しょうゆ、酒、砂糖、食塩/せんべい/クラッカー/牛乳	ブルー
			牛乳 せんべい・クラッカー 牛乳
3 (木)	御飯 はるさめスープ(たまねぎ・わかめ) マーボーなす きゅうりと人参の昆布あえ	せんべい/牛乳/米/はるさめ、たまねぎ、カットわかめ、中華だしの素 食塩/なす、油、木綿豆腐、豚ひき肉、にんじん、ねぎ、しょうが、にんにく ごま油、水、米みそ、しょうゆ、酒、砂糖、片栗粉/きゅうり、にんじん 塩こんぶ/かぼちゃ、米粉、砂糖、水、油、きな粉/牛乳	せんべい
			牛乳 かぼちゃもち 牛乳
4 (金)	御飯 みそ汁(さつまいも・わかめ) 松風焼き・豆腐いり きんぴらごぼう	チーズ/麦茶(浸出液)/米/さつまいも、ねぎ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁 米みそ/鶏ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、片栗粉、米みそ、酒、みりん、ごま あおのり/ごぼう、にんじん、ごま油、しょうゆ、砂糖、いんげん/マカロニ ホールトマト缶詰、たまねぎ、油、ケチャップ、食塩、パセリ粉/牛乳	チーズ
			お茶 トマトのイタリアンソース 牛乳
5 (土)	わかめうどん オレンジ	せんべい/麦茶(浸出液)/ゆでうどん、油揚げ、たまねぎ、にんじん ほうれんそう、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、食塩 /オレンジ/せんべい/クラッカー/麦茶(浸出液)	せんべい
			お茶 せんべい・クラッカー お茶
7 (月)	御飯 みそ汁(じゃが芋・たまねぎ) ポークチャップ ひじきのマリネ	ヨーグルト/麦茶(浸出液)/米/じゃがいも、たまねぎ、にんじん かつお・昆布だし汁、米みそ/豚肉(ロース)、油、ケチャップ、中濃ソース 酒、砂糖/ひじき、しょうゆ、砂糖、だいこん、きゅうり、にんじん、油、酢 食塩/ホットケーキ粉、豆乳、ココア(ピュアココア)/牛乳	ヨーグルト
			お茶 ココアホットケーキ 牛乳
8 (火) あいねまつり	きつねうどん 鶏の唐揚げ きゅうりのピクルス パイナップル	チーズ/麦茶(浸出液)/干しうどん、油揚げ、しょうゆ、砂糖、たまねぎ、にんじん ねぎ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、食塩/鶏もも肉(皮付き)、しょうが にんにく、しょうゆ、みりん、砂糖、食塩、片栗粉/きゅうり、米酢、しょうゆ、砂糖 ごま油、食塩/パイナップル/おから、米粉、ベーキングパウダー、砂糖、豆乳、油 グラニュー糖/牛乳	チーズ
			お茶 おからドーナツ 牛乳
9 (水)	御飯 豆腐すまし汁(わかめ) 豚肉とキャベツのみそ炒め じゃがいものゆかり和え	ブルー/牛乳/米/木綿豆腐、カットわかめ、ねぎ、かつお・昆布だし汁 しょうゆ、食塩/豚肉(ロース)、しょうが、にんにく、酒、キャベツ、たまねぎ ピーマン、赤ピーマン、ねぎ、油、米みそ、しょうゆ、砂糖、食塩 /じゃがいも、しそふりかけ/せんべい/クラッカー/牛乳	ブルー
			牛乳 せんべい・クラッカー 牛乳
10 (木)	御飯 すまし汁(こまつな・にんじん) さけの香りみそ焼き おくらの梅和え	せんべい/牛乳/米/こまつな、にんじん、えのきたけ、油揚げ かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩/さけ、米みそ、酒、みりん、砂糖 ごま、ごま油/きゅうり、オクラ、うめ干し、しょうゆ、砂糖、かつお節 /食パン、いちごジャム/牛乳	せんべい
			牛乳 いちごジャムサンド 牛乳
12 (土)	あさりのスパゲティ フルーツカクテル(もも)	せんべい/麦茶(浸出液)/スパゲティ、あさり水煮缶、たまねぎ ピーマン、バター、ケチャップ、食塩、白こしょう/みかん缶 もも缶(白桃)、パイン缶/せんべい/クラッカー/麦茶(浸出液)	せんべい
			お茶 せんべい・クラッカー お茶
14 (月)	ツナカレーライス 切干大根のサラダ オレンジ	ヨーグルト/麦茶(浸出液)/米、ツナ油漬缶、じゃがいも、たまねぎ にんじん、油、カレールウ/切り干しだいこん、カットわかめ、にんじん 酢、油、砂糖、しょうゆ/オレンジ/マカロニ、きな粉、砂糖、食塩 /牛乳	ヨーグルト
			お茶 マカロニきな粉 牛乳
15 (火)	御飯 みそ汁(さつまいも・ねぎ) 厚揚げの炒め物 キャベツのごま酢あえ	クラッカー/牛乳/米/さつまいも、ねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ /生揚げ、あさり水煮缶、たまねぎ、にんじん、たけのこ(ゆで)、しめじ ごま油、しょうゆ、中華だしの素、片栗粉/キャベツ、にんじん、酢、砂糖 食塩、すりごま、しょうゆ/ぶどう天然果汁、砂糖、粉かんでん/牛乳	クラッカー
			牛乳 ぶどうゼリー 牛乳
16 (水)	御飯 みそ汁(じゃが芋・たまねぎ) 鶏肉の照り焼き 大根とあげの煮物	ブルー/牛乳/米/じゃがいも、たまねぎ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁 米みそ/鶏もも肉(皮付き)、酒、砂糖、食塩、片栗粉、油、しょうが、しょうゆ みりん、砂糖、片栗粉/だいこん、にんじん、油揚げ、かつお・昆布だし汁 しょうゆ、酒、砂糖、食塩/せんべい/クラッカー/牛乳	ブルー
			牛乳 せんべい・クラッカー 牛乳
17 (木)	御飯 みそ汁(なす・にんじん) さわらのごま焼き じゃが芋とひき肉の煮物	せんべい/牛乳/米/なす、にんじん、カットわかめ、かつお・昆布だし汁 米みそ/さわら、しょうゆ、みりん、ごま/豚ひき肉、じゃがいも、にんじん たまねぎ、油、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、砂糖/米粉 ベーキングパウダー、豆乳、黒砂糖/牛乳	せんべい
			牛乳 黒糖蒸しパン 牛乳

日付	献立名	材料名	午前おやつ 午後おやつ
18 (金)	御飯 みそ汁(さつま芋・わかめ) 松風焼き・豆腐いり きんぴらごぼう	チーズ/麦茶(浸出液)/米/さつまいも、ねぎ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁 米みそ/鶏ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、片栗粉、米みそ、酒、みりん、ごま あおのり/ごぼう、にんじん、ごま油、しょうゆ、砂糖、いんげん/マカロニ ホールトマト缶詰、たまねぎ、油、ケチャップ、食塩、パセリ粉/牛乳	チーズ お茶 トマトのイタリアンソース 牛乳
19 (土)	わかめうどん オレンジ	せんべい/麦茶(浸出液)/ゆでうどん、油揚げ、たまねぎ、にんじん ほうれんそう、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、食塩 /オレンジ/せんべい/クラッカー/麦茶(浸出液)	せんべい お茶 せんべい・クラッカー お茶
21 (月)	御飯 みそ汁(じゃが芋・たまねぎ) ポークチャップ ひじきのマリネ	ヨーグルト/麦茶(浸出液)/米/じゃがいも、たまねぎ、にんじん かつお・昆布だし汁、米みそ/豚肉(ロース)、油、ケチャップ、中濃ソース 酒、砂糖/ひじき、しょうゆ、砂糖、だいこん、きゅうり、にんじん、油、酢 食塩/ホットケーキ粉、豆乳、ココア(ピュアココア)/牛乳	ヨーグルト お茶 ココアホットケーキ 牛乳
22 (火)	御飯 はるさめスープ(たまねぎ・わかめ) マーボーなす きゅうりと人参の昆布あえ	クラッカー/牛乳/米/はるさめ、たまねぎ、カットわかめ、中華だしの素 食塩/なす、油、木綿豆腐、豚ひき肉、にんじん、ねぎ、しょうが、にんにく ごま油、水、米みそ、しょうゆ、酒、砂糖、片栗粉/きゅうり、にんじん 塩こんぶ/かぼちゃ、米粉、砂糖、水、油、きな粉/牛乳	クラッカー 牛乳 かぼちゃもち 牛乳
23 (水) 誕生会	にんじんごはん みそ汁(こまつな・にんじん) ハンバーグ(レバー入り・煮込み) いんげんのごまよじ	せんべい/牛乳/米、にんじん、しょうゆ、食塩/こまつな、にんじん、えのきたけ 油揚げ、かつお・昆布だし汁、米みそ/豚ひき肉、豚レバー、たまねぎ、食塩 片栗粉、油、トマト、ケチャップ、ウスターソース、砂糖/いんげん、にんじん しょうゆ、砂糖、ごま/木綿豆腐、砂糖、食塩、豆乳、油、米粉、片栗粉 ベーキングパウダー、ココア(ピュアココア)、粉糖/牛乳	せんべい 牛乳 豆腐ガトーショコラ 牛乳
24 (木)	御飯 豆腐すまし汁(わかめ) 豚肉とキャベツのみそ炒め じゃがいものゆかり和え	ブルーン/牛乳/米/木綿豆腐、カットわかめ、ねぎ、かつお・昆布だし汁 しょうゆ、食塩/豚肉(ロース)、しょうが、にんにく、酒、キャベツ、たまねぎ ピーマン、赤ピーマン、ねぎ、油、米みそ、しょうゆ、砂糖、食塩 /じゃがいも、しそふりかけ/せんべい/クラッカー/牛乳	ブルーン 牛乳 せんべい・クラッカー 牛乳
25 (金)	御飯 みそ汁(だいこん・にんじん) かじきの竜田揚げ 小松菜の煮浸し	チーズ/麦茶(浸出液)/牛乳/米/だいこん、にんじん、えのきたけ かつお・昆布だし汁、米みそ/かじき、しょうが、しょうゆ、酒、片栗粉 油/こまつな、にんじん、油揚げ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ みりん/米、炊き込みわかめ/牛乳	チーズ お茶 わかめおにぎり 牛乳
26 (土)	あさりのスパゲティ フルーツカクテル(もも)	せんべい/麦茶(浸出液)/スパゲティ、あさり水煮缶、たまねぎ ピーマン、バター、ケチャップ、食塩、白こしょう/みかん缶 もも缶(白桃)、パイナップル/せんべい/クラッカー/麦茶(浸出液)	せんべい お茶 せんべい・クラッカー お茶
28 (月)	夏野菜カレーライス フレンチサラダ すいか	ヨーグルト/麦茶(浸出液)/米、豚肉(ロース)、たまねぎ、かぼちゃ なす、干しぶどう、油、カレールーウ/キャベツ、きゅうり、にんじん、油、酢 食塩、白こしょう/すいか/マカロニ、きな粉、砂糖、食塩/牛乳	ヨーグルト お茶 マカロニきな粉 牛乳
29 (火)	御飯 みそ汁(あさり) 豚肉の香味焼き かぼちゃの甘煮(いんげん)	クラッカー/牛乳/米/あさり水煮缶、キャベツ、ねぎ、かつおだし汁 米みそ/豚肉(ロース)、ねぎ、にんにく、油、しょうゆ、酒/かぼちゃ いんげん、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、砂糖/とうもろこし/牛乳	クラッカー 牛乳 ゆでとうもろこし 牛乳
30 (水)	御飯 みそ汁(だいこん・あげ) 鶏肉の甘辛煮 白和え(ほうれん草・ひじき)	ブルーン/牛乳/米/だいこん、油揚げ、かつお・昆布だし汁、米みそ /鶏もも肉(皮付き)、砂糖、しょうゆ、酒/ほうれん草、にんじん、ひじき しょうゆ、木綿豆腐、すりごま、砂糖、食塩/せんべい /クラッカー/牛乳	ブルーン 牛乳 せんべい・クラッカー 牛乳
31 (木)	御飯 すまし汁(こまつな・にんじん) さけの香りみそ焼き おくらの梅和え	せんべい/牛乳/米/こまつな、にんじん、えのきたけ、油揚げ かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩/さけ、米みそ、酒、みりん、砂糖 ごま、ごま油/きゅうり、オクラ、うめ干し、しょうゆ、砂糖、かつお節 /食パン、いちごジャム/牛乳	せんべい 牛乳 いちごジャムサンド 牛乳

※材料の都合により、献立の変更もありますのでご了承ください。

	エネルギー	たんぱく質
3歳未満児	417Kcal (462Kcal)	17.7g (19.6g)
3歳以上児	536Kcal (572Kcal)	21.9g (24.3g)

()は、目標量です。

8月の旬の野菜のメニュー

- ・きゅうり…きゅうりと人参の昆布和え、きゅうりのピクルス、おくらの梅和え
- ・かぼちゃ…かぼちゃの甘煮、かぼちゃもち、夏野菜カレーライス
- ・なす…マーボーなす、なすのみそ汁、夏野菜カレーライス

～行事食～

★あいねまつり(8日)

- | | |
|------------|----------|
| 昼食 | 午後おやつ |
| ・きつねうどん | ・おからドーナツ |
| ・鶏肉のから揚げ | ・牛乳 |
| ・きゅうりのピクルス | |
| ・パイナップル | |

★誕生会(23日)

- | | |
|-----------|------------|
| 昼食 | 午後おやつ |
| ・人参ご飯 | ・豆腐ガトーショコラ |
| ・みそ汁 | ・牛乳 |
| ・ハンバーグ | |
| ・いんげんごまよじ | |



日	離乳食12~18(完了食)	離乳食9~11(後期食)	離乳食7~8(中期食)
1日(火)	午前 クラッカー 牛乳 軟飯 みそ汁(あさり) あさり水煮缶、キャベツ、ねぎ、かつおだし汁、米みそ 豚肉の香ば焼き 豚肉(ロース)、ねぎ、にんにく、油、しょうゆ、酒 かぼちゃの甘煮(いんげん) かぼちゃ、いんげん、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、砂糖	午前食 全粥 みそ汁(たまねぎ) たまねぎ、キャベツ、昆布だし汁、米みそ 鶏肉とかぼちゃの煮物 鶏ささ身、かぼちゃ、砂糖、しょうゆ	7分粥 みそ汁(たまねぎ) たまねぎ、キャベツ、昆布だし汁、米みそ 鶏肉とかぼちゃの煮物 鶏ささ身、かぼちゃ、砂糖、しょうゆ
	午後 ゆでとうもろこし 牛乳	午後食 全粥 スープ たまねぎ、にんじん、昆布だし汁、食塩 ツナじゃがの煮物 ツナ水煮缶、じゃがいも、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ、砂糖	7分粥 スープ たまねぎ、にんじん、昆布だし汁、食塩 ツナじゃがの煮物 ツナ水煮缶、じゃがいも、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ、砂糖
2日(水)	午前 ブルーン 牛乳 軟飯 みそ汁(じゃが芋・たまねぎ) じゃがいも、たまねぎ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、米みそ 鶏肉の照り焼き 鶏もも肉(皮付き)、酒、砂糖、食塩、片栗粉、油、しょうゆ、しょうゆ、みりん、砂糖 片栗粉 大根とあげの煮物 だいこん、にんじん、油揚げ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、酒、砂糖、食塩	午前食 全粥 みそ汁(じゃが芋・たまねぎ) じゃがいも、たまねぎ、カットわかめ、昆布だし汁、米みそ 鶏肉と大根の煮物 鶏もも肉(皮付き)、だいこん、にんじん、砂糖、しょうゆ、片栗粉	7分粥 みそ汁(じゃが芋・たまねぎ) じゃがいも、たまねぎ、カットわかめ、昆布だし汁、米みそ 鶏肉と大根の煮物 鶏もも肉(皮付き)、だいこん、にんじん、砂糖、しょうゆ、片栗粉
	午後 せんべい クラッカー 牛乳	午後食 にんじん粥 米、にんじん スープ かぼちゃ、昆布だし汁、食塩 野菜の煮物 キャベツ、にんじん、鶏ささ身、砂糖、米みそ、昆布だし汁	にんじん粥 米、にんじん スープ かぼちゃ、昆布だし汁、食塩 野菜の煮物 キャベツ、にんじん、鶏ささ身、砂糖、米みそ、昆布だし汁
3日(木)	午前 (3日:せんべい) (22日:クラッカー) 牛乳 軟飯 はるさめスープ(たまねぎ・わかめ) はるさめ、たまねぎ、カットわかめ、中華だしの素、食塩 マーボーなす なす、油、木綿豆腐、豚ひき肉、にんじん、ねぎ、しょうが、にんにく ごま油、米みそ、しょうゆ、酒、砂糖、片栗粉 きゅうりと人参の昆布あえ きゅうり、にんじん、塩こんぶ	午前食 全粥 スープ(たまねぎ・わかめ) たまねぎ、カットわかめ、昆布だし汁、食塩 そばろ煮 なす、木綿豆腐、豚ひき肉、にんじん、米みそ、しょうゆ、砂糖、片栗粉	7分粥 スープ(たまねぎ・わかめ) たまねぎ、カットわかめ、昆布だし汁、食塩 そばろ煮 なす、木綿豆腐、豚ひき肉、にんじん、米みそ、しょうゆ、砂糖、片栗粉
	午後 かぼちゃもち かぼちゃ、米粉、砂糖、油、きな粉 牛乳	午後食 ツナ粥 米、ツナ水煮缶 スープ キャベツ、昆布だし汁、食塩 かぼちゃの煮物 かぼちゃ、砂糖、しょうゆ	ツナ粥 米、ツナ水煮缶 スープ キャベツ、昆布だし汁、食塩 かぼちゃの煮物 かぼちゃ、砂糖、しょうゆ
4日(金)	午前 チーズ お茶・麦茶 軟飯 みそ汁(さつま芋・わかめ) さつま芋、ねぎ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、米みそ 松風焼き・豆腐いり 鶏ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、片栗粉、米みそ、酒、みりん、ごま、あおりのり	午前食 全粥 みそ汁(さつま芋・わかめ) さつま芋、カットわかめ、昆布だし汁、米みそ つくねと野菜の煮物 鶏ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、片栗粉、にんじん、だいこん、米みそ 砂糖、片栗粉	7分粥 みそ汁(さつま芋・わかめ) さつま芋、カットわかめ、昆布だし汁、米みそ つくねと野菜の煮物 鶏ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、片栗粉、にんじん、だいこん 米みそ、砂糖、片栗粉
	午後 トマトのイタリアンソテー マカロニ、ホールトマト缶詰、たまねぎ、油、ケチャップ、食塩、パセリ粉 牛乳	午後食 全粥 すまし汁 たまねぎ、ごまつな、昆布だし汁、しょうゆ ツナと野菜の味噌煮 ツナ水煮缶、にんじん、キャベツ、砂糖、米みそ、昆布だし汁	7分粥 すまし汁 たまねぎ、ごまつな、昆布だし汁、しょうゆ ツナと野菜の味噌煮 ツナ水煮缶、にんじん、キャベツ、砂糖、米みそ、昆布だし汁
5日(土)	午前 せんべい お茶・麦茶 おかめうどん ゆでうどん、油揚げ、たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、カットわかめ かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、食塩 オレンジ	午前食 煮込みうどん ゆでうどん、たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、カットわかめ 昆布だし汁、しょうゆ、食塩 みかん みかん缶	煮込みうどん ゆでうどん、たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、カットわかめ 昆布だし汁、しょうゆ、食塩 みかん みかん缶
	午後 せんべい クラッカー お茶・麦茶	午後食 雑炊 米、にんじん、ごまつな、昆布だし汁 じゃが芋の煮物 じゃがいも、昆布だし汁、砂糖、しょうゆ お茶・麦茶	雑炊 米、にんじん、ごまつな、昆布だし汁 じゃが芋の煮物 じゃがいも、昆布だし汁、砂糖、しょうゆ お茶・麦茶
7日(月)	午前 ヨーグルト お茶・麦茶 軟飯 みそ汁(じゃが芋・たまねぎ) じゃがいも、たまねぎ、にんじん、かつお・昆布だし汁、米みそ ポークチャップ 豚肉(ロース)、油、ケチャップ、中濃ソース、酒、砂糖 ひじきのマリネ ひじき、しょうゆ、砂糖、だいこん、きゅうり、にんじん、油、酢、食塩	午前食 全粥 みそ汁(じゃが芋・たまねぎ) じゃがいも、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁、米みそ 鶏肉とひじきの煮物 鶏ささ身、ひじき、だいこん、にんじん、しょうゆ、砂糖、片栗粉	7分粥 みそ汁(じゃが芋・たまねぎ) じゃがいも、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁、米みそ 鶏肉とひじきの煮物 鶏ささ身、ひじき、だいこん、にんじん、しょうゆ、砂糖、片栗粉
	午後 ココアホットケーキ ホットケーキ粉、豆乳、ココア(ビュアココア) 牛乳	午後食 全粥 味噌汁 チンゲンサイ、たまねぎ、昆布だし汁、米みそ 豆腐の煮物 絹ごし豆腐、にんじん、たまねぎ、砂糖、しょうゆ、片栗粉	7分粥 味噌汁 チンゲンサイ、たまねぎ、昆布だし汁、米みそ 豆腐の煮物 絹ごし豆腐、にんじん、たまねぎ、砂糖、しょうゆ、片栗粉
8日(火)	午前 チーズ お茶・麦茶 きつねうどん 干しうどん、油揚げ、しょうゆ、砂糖、たまねぎ、にんじん、ねぎ かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、食塩 鶏のから揚げ 鶏もも肉(皮付き)、しょうが、にんにく、しょうゆ、みりん、砂糖、食塩 片栗粉 きゅうりのピクルス きゅうり、米酢、しょうゆ、砂糖、ごま油、食塩 パイナップル	午前食 煮込みうどん 干しうどん、鶏もも肉、キャベツ、にんじん、たまねぎ、昆布だし汁 食塩、しょうゆ フルーツ みかん缶	煮込みうどん 干しうどん、鶏もも肉、キャベツ、にんじん、たまねぎ、昆布だし汁、食塩、しょうゆ フルーツ みかん缶
	午後 おからドーナツ おから、米粉、ベーキングパウダー、砂糖、豆乳、油、グラニュー糖 牛乳	午後食 雑炊 米、キャベツ、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ じゃが芋の煮物 じゃがいも、昆布だし汁、砂糖、しょうゆ	雑炊 米、キャベツ、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ じゃが芋の煮物 じゃがいも、昆布だし汁、砂糖、しょうゆ
9日(水)	午前 ブルーン 牛乳 軟飯 豆腐すまし汁(わかめ) 木綿豆腐、カットわかめ、ねぎ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 豚肉とキャベツのみそ炒め 豚肉(肩ロース)、しょうが、にんにく、酒、キャベツ、たまねぎ、ピーマン 赤ピーマン、ねぎ、油、米みそ、しょうゆ、砂糖、食塩 じゃがいものゆかり和え じゃがいも、しそふりかけ	午前食 全粥 豆腐すまし汁(わかめ) 木綿豆腐、カットわかめ、昆布だし汁、しょうゆ、食塩 鶏肉とキャベツのみそ煮 鶏ささ身、じゃがいも、キャベツ、たまねぎ、米みそ、しょうゆ、砂糖、食塩	7分粥 豆腐すまし汁(わかめ) 木綿豆腐、カットわかめ、昆布だし汁、しょうゆ、食塩 鶏肉とキャベツのみそ煮 鶏ささ身、じゃがいも、キャベツ、たまねぎ、米みそ、しょうゆ、砂糖、食塩、片栗粉
	午後 せんべい クラッカー 牛乳	午後食 全粥 スープ キャベツ、昆布だし汁、食塩 じゃが芋のチーズ焼き じゃがいも、にんじん、たまねぎ、食塩、チーズ	7分粥 スープ キャベツ、昆布だし汁、食塩 じゃが芋のチーズ焼き じゃがいも、にんじん、たまねぎ、食塩、チーズ

日	離乳食12~18(完了食)	離乳食9~11(後期食)	離乳食7~8(中期食)
10日(木)	午前 せんべい 牛乳		
	昼食 軟飯 すまし汁(こまつな・にんじん) こまつな、にんじん、えのきたけ、油揚げ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 さけの香りみそ焼き さけ、米みそ、酒、みりん、砂糖、ごま、ごま油 おくら、梅干し きゅうり、オクラ、うめ干し、しょうゆ、砂糖、かつお節	午前食 全粥 すまし汁(こまつな・にんじん) こまつな、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ、食塩 さけと野菜の煮物 さけ、にんじん、たまねぎ、米みそ、砂糖、片栗粉	7分粥 すまし汁(こまつな・にんじん) こまつな、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ、食塩 さけと野菜の煮物 さけ、にんじん、たまねぎ、米みそ、砂糖、片栗粉
31日(木)	午後 いちごジャムサンド 食パン、いちごジャム 牛乳	午後食 食パン スープ たまねぎ、こまつな、昆布だし汁、食塩 ひき肉焼き 豚ひき肉、にんじん、たまねぎ、片栗粉、砂糖、米みそ	パン粥 食パン、育児用ミルク スープ たまねぎ、こまつな、昆布だし汁、食塩 ひき肉焼き 豚ひき肉、にんじん、たまねぎ、片栗粉、砂糖、米みそ
	12日(土)	午前 せんべい お茶・麦茶 あじのスパゲティ スパゲティ、あじり水煮缶、たまねぎ、ピーマン、バター、ケチャップ 食塩、白こしょう	午前食 スープスパゲティ スパゲティ、ツナ水煮缶、たまねぎ、にんじん、バター、ケチャップ、食塩
26日(土)	午後 せんべい クラッカー お茶・麦茶 ヨーグルト お茶・麦茶 ツナカレーライス 米、ツナ油漬缶、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油、カレールウ 切干大根のサラダ 切り干しだいこん、カットわかめ、にんじん、酢、油、砂糖、しょうゆ オレンジ	午後食 雑炊 米、こまつな、にんじん、昆布だし汁 かぼちゃの煮物 かぼちゃ、砂糖、しょうゆ お茶・麦茶	雑炊 米、こまつな、にんじん、昆布だし汁 かぼちゃの煮物 かぼちゃ、砂糖、しょうゆ お茶・麦茶
	14日(月)	午前 クラッカー 牛乳 お茶・麦茶 ヨーグルト お茶・麦茶 ツナカレーライス 米、ツナ油漬缶、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油、カレールウ 切干大根のサラダ 切り干しだいこん、カットわかめ、にんじん、酢、油、砂糖、しょうゆ オレンジ	午前食 全粥 ポトフ ツナ水煮缶、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、食塩 大根の煮物 だいこん、カットわかめ、にんじん、砂糖、しょうゆ みかん みかん缶
15日(火)	午後 マカロニきな粉 マカロニ、きな粉、砂糖、食塩 牛乳	午後食 雑炊 米、ホールトマト缶詰、たまねぎ、ケチャップ、食塩 スープ だいこん、にんじん、昆布だし汁、食塩 じゃがいもの煮物 じゃがいも、昆布だし汁、砂糖、しょうゆ	雑炊 米、ホールトマト缶詰、たまねぎ、ケチャップ、食塩 スープ だいこん、にんじん、昆布だし汁、食塩 じゃがいもの煮物 じゃがいも、昆布だし汁、砂糖、しょうゆ
	17日(木)	午前 クラッカー 牛乳 軟飯 みそ汁(さつま芋・ねぎ) さつま芋、ねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ 厚揚げの炒め物 生揚げ、あじり水煮缶、たまねぎ、にんじん、たけのこ(ゆで)、しめじ ごま油、しょうゆ、中華だしの素、片栗粉 キャベツのごま酢あえ キャベツ、にんじん、酢、砂糖、食塩、すりごま、しょうゆ	午前食 全粥 みそ汁(さつま芋) さつま芋、昆布だし汁、米みそ 豆腐と野菜の煮物 絹ごし豆腐、ツナ水煮缶、たまねぎ、にんじん、キャベツ、砂糖、しょうゆ 昆布だし汁、片栗粉
23日(水)	午後 ぶどうゼリー ぶどう天然果汁、砂糖、粉かんでん 牛乳	午後食 全粥 スープ トマト、たまねぎ、昆布だし汁、食塩 野菜のミルク煮 じゃがいも、たまねぎ、にんじん、育児用ミルク	7分粥 スープ トマト、たまねぎ、昆布だし汁、食塩 野菜のミルク煮 じゃがいも、たまねぎ、にんじん、育児用ミルク
	誕生会	午前 せんべい 牛乳 にんじんごはん 米、にんじん、しょうゆ、食塩 みそ汁(こまつな・にんじん) こまつな、にんじん、えのきたけ、油揚げ、かつお・昆布だし汁、米みそ ハンバーグ(レバー入り・鶏込み) 豚ひき肉、豚レバー、たまねぎ、食塩、片栗粉、油、トマト、ケチャップ ウスターソース、砂糖 いんげんのごまよじ いんげん、にんじん、しょうゆ、砂糖、ごま	午前食 全粥 みそ汁(なす・にんじん) なす、にんじん、カットわかめ、昆布だし汁、米みそ たらと野菜の煮物 たら、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、砂糖、片栗粉
25日(金)	午後 黒糖蔗シパン 米粉、ベーキングパウダー、豆乳、黒砂糖 牛乳	午後食 全粥 味噌汁 じゃがいも、ほうれんそう、昆布だし汁、米みそ 豆腐の煮物 絹ごし豆腐、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁、砂糖、しょうゆ、片栗粉	7分粥 味噌汁 じゃがいも、ほうれんそう、昆布だし汁、米みそ 豆腐の煮物 絹ごし豆腐、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁、砂糖、しょうゆ、片栗粉
	誕生会	午後 豆腐ガトーショコラ 木綿豆腐、砂糖、食塩、豆乳、米粉、片栗粉、ベーキングパウダー ココア(ビュアココア)、粉糖 牛乳	午後食 ミルク全粥 米、育児用ミルク、砂糖 豆腐と野菜の味噌煮 木綿豆腐、たまねぎ、にんじん、砂糖、米みそ、昆布だし汁、片栗粉 スープ だいこん、こまつな、昆布だし汁、食塩
25日(金)	午前 せんべい 牛乳 軟飯 みそ汁(だいこん・にんじん) だいこん、にんじん、えのきたけ、かつお・昆布だし汁、米みそ かじきの竜田揚げ かじき、しょうが、しょうゆ、油、片栗粉、油 小松菜の煮浸し こまつな、にんじん、油揚げ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん	午前食 全粥 みそ汁(だいこん・にんじん) だいこん、にんじん、昆布だし汁、米みそ たらと野菜の煮物 たら、こまつな、にんじん、しょうゆ、砂糖、片栗粉	7分粥 みそ汁(だいこん・にんじん) だいこん、にんじん、昆布だし汁、米みそ たらと野菜の煮物 たら、こまつな、にんじん、しょうゆ、砂糖、片栗粉
	午後 わかめおにぎり 米、炊き込みわかめ 牛乳	午後食 凍り豆腐粥 米、凍り豆腐 スープ キャベツ、にんじん、昆布だし汁、食塩 野菜のそぼろ煮 豚ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、砂糖、米みそ、昆布だし汁、片栗粉	凍り豆腐粥 米、凍り豆腐 スープ キャベツ、にんじん、昆布だし汁、食塩 野菜のそぼろ煮 豚ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、砂糖、米みそ、昆布だし汁、片栗粉

日	離乳食12～18(完了食)	離乳食9～11(後期食)	離乳食7～8(中期食)
28日 (月)	午前 ヨーグルト お茶・麦茶		
	夏野菜カレーライス 米、豚肉(ロース)、たまねぎ、かぼちゃ、なす、干しぶどう、油 カレールー	全粥	7分粥
	昼食 フレンチサラダ キャベツ、きゅうり、にんじん、油、酢、食塩、白こしょう すいか	午前食 夏野菜がトフ 鶏ささ身、たまねぎ、かぼちゃ、なす、食塩 フレンチサラダ キャベツ、にんじん、食塩 すいか	夏野菜がトフ 鶏ささ身、たまねぎ、かぼちゃ、なす、食塩 フレンチサラダ キャベツ、にんじん、食塩 すいか
午後 マカロニきな粉 マカロニ、きな粉、砂糖、食塩 牛乳	午後食 雑炊 ほうれんそう、米、にんじん、昆布だし汁、食塩 野菜のチーズ焼き かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、チーズ	雑炊 ほうれんそう、米、にんじん、昆布だし汁、食塩 野菜のチーズ焼き かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、チーズ	
30日 (水)	午前 ブルーン 牛乳		
	昼食 軟飯 みそ汁(だいこん・あげ) だいこん、油揚げ、かつお・昆布だし汁、米みそ 鶏肉の甘辛煮 鶏もも肉(皮付き)、砂糖、しょうゆ、酒 白和え(ほうれん草・ひじき) ほうれんそう、にんじん、ひじき、しょうゆ、木綿豆腐、すりごま、砂糖 食塩	午前食 全粥 みそ汁(だいこん) だいこん、昆布だし汁、米みそ 鶏肉と野菜の煮物 鶏もも肉(皮付き)、ほうれんそう、にんじん、ひじき、砂糖、しょうゆ	7分粥 みそ汁(だいこん) だいこん、昆布だし汁、米みそ 鶏肉と野菜の煮物 鶏もも肉(皮付き)、ほうれんそう、にんじん ひじき、砂糖、しょうゆ
	午後 せんべい クラッカー 牛乳	午後食 全粥 味噌汁 ほうれんそう、昆布だし汁、米みそ 野菜のそぼろ煮 豚ひき肉、なす、にんじん、昆布だし汁、砂糖、しょうゆ、片栗粉	7分粥 味噌汁 ほうれんそう、昆布だし汁、米みそ 野菜のそぼろ煮 豚ひき肉、なす、にんじん、昆布だし汁、砂糖 しょうゆ、片栗粉