

日付	献立名	材料名	午前おやつ
			午後おやつ
1 (木)	御飯 みそ汁(さつま芋・だいこん) 炒り豆腐(ひじき) キャベツの磯あえ	せんべい/牛乳/米/さつまいも、だいこん、ねぎ、かつお・昆布だし汁 米みそ/木綿豆腐、鶏ひき肉、ひじき、干しいたけ、にんじん、たまねぎ 油、しょうゆ、みりん、砂糖、片栗粉、さやえんどう/キャベツ、にんじん しょうゆ、ごま、あおのり/米、もち米、水、米みそ、砂糖、みりん /牛乳	せんべい
			牛乳 五平餅 牛乳
2 (金)	御飯 みそ汁(チンゲン菜・えのき) 豚肉とたまねぎのソテー 切干大根の旨煮	チーズ/麦茶(浸出液)/米/チンゲンサイ、たまねぎ、えのきたけ かつお・昆布だし汁、米みそ/豚肉(ロース)、酒、食塩、片栗粉、たまねぎ 油、ケチャップ、中濃ソース/切り干しだいこん、にんじん、油揚げ かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、砂糖、いんげん/フライドポテト、食塩 /牛乳	チーズ
			お茶 フライドポテト 牛乳
3 (土)	ミートスパゲティ フルーツカクテル(もも)	せんべい/麦茶(浸出液)/スパゲティ、豚ひき肉、たまねぎ にんじん、油、水、ケチャップ、ウスターソース、しょうゆ、砂糖、食塩、米粉 /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
5 (月)	御飯 豆腐すまし汁(こまつな・ねぎ) 鶏肉のごまみそ焼き アスパラのおかか和え	ヨーグルト/麦茶(浸出液)/米/木綿豆腐、こまつな、ねぎ、油揚げ かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩/鶏もも肉、米みそ、しょうゆ、みりん 砂糖、ごま、/グリーンアスパラガス、にんじん、しょうゆ、かつお節/ 米、鮭、すりごま/牛乳	ヨーグルト
			お茶 鮭おにぎり 牛乳
6 (火)	にんじんごはん 五目汁(じゃがいも・しめじ) さわらのみそ照り焼き 小松菜の煮浸し	クラッカー/牛乳/米、にんじん、しょうゆ、食塩/じゃがいも、たまねぎ しめじ、にんじん、ねぎ、かつお・昆布だし汁、酒、しょうゆ、食塩/さわら しょうが、米みそ、酒、みりん、砂糖/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/ホットケーキ粉、豆乳 /牛乳	クラッカー
			牛乳 ホットケーキ 牛乳
7 (水)	カレーライス ブロッコリーの三色サラダ パイナップル	ブルー/牛乳/米、豚肉(もも)、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油 カレールウ/ブロッコリー、にんじん、コーン缶、酢、油、食塩 /パイナップル/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
8 (木)	御飯 みそ汁(玉ねぎ・油あげ) 豚肉のしょうが焼き ひじきのマリネ	せんべい/牛乳/米/たまねぎ、にんじん、油揚げ、かつお・昆布だし汁 米みそ/豚肉(ロース)、しょうゆ、しょうが、酒、油/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/米粉、ベーキングパウダー 豆乳、油、砂糖、いちごジャム/牛乳	せんべい
			牛乳 いちごマフィン 牛乳
9 (金)	御飯 わかめスープ(コーン) 厚揚げのみそ炒め きゅうりのピクルス	チーズ/麦茶(浸出液)/米/カットわかめ、コーン缶、ねぎ、中華だし 食塩/豚肉(ロース)、生揚げ、たまねぎ、にんじん、ねぎ、ピーマン しょうが、にんにく、ごま油、米みそ、しょうゆ、砂糖、片栗粉/きゅうり 米酢、しょうゆ、砂糖、ごま油、食塩/さつまいも、米粉、砂糖、食塩 豆乳、油、ごま/牛乳	チーズ
			お茶 スイートポテト(米粉) 牛乳
10 (土)	きつねうどん オレンジ	せんべい/麦茶(浸出液)/ゆでうどん、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/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
12 (月)	御飯 みそ汁(もやし・あげ) ナゲット(おから) さんびらごぼう	ヨーグルト/麦茶(浸出液)/米/もやし、油揚げ、カットわかめ かつお・昆布だし汁、米みそ/鶏ひき肉、おから、たまねぎ、しょうが にんにく、片栗粉、食塩、こしょう、油/ごぼう、にんじん、ごま油、しょうゆ 砂糖、いんげん/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
13 (火)	御飯 みそ汁(キャベツ) たらちの竜田揚げ 凍り豆腐の煮物	クラッカー/牛乳/米/キャベツ、にんじん、カットわかめ かつお・昆布だし汁、米みそ/たら、しょうが、しょうゆ、酒、片栗粉 油/凍り豆腐、にんじん、しめじ、油揚げ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ 砂糖、いんげん/食パン、ブルーベリージャム/牛乳	クラッカー
			牛乳 ブルーベリージャムサンド 牛乳
14 (水)	御飯 みそ汁(あさり) 鶏肉の甘辛煮 かぼちゃサラダ(かつおぶし)	ブルー/牛乳/米/あさり水煮缶、たまねぎ、ねぎ、かつおだし汁 米みそ/鶏もも肉、しょうゆ、砂糖、酒、水/かぼちゃ きゅうり、コーン缶、酢、油、しょうゆ、かつお節/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
15 (木)	御飯 みそ汁(さつま芋・だいこん) 炒り豆腐(ひじき) キャベツの磯あえ	せんべい/牛乳/米/さつまいも、だいこん、ねぎ、かつお・昆布だし汁 米みそ/木綿豆腐、鶏ひき肉、ひじき、干しいたけ、にんじん、たまねぎ 油、しょうゆ、みりん、砂糖、片栗粉、さやえんどう/キャベツ、にんじん しょうゆ、ごま、あおのり/米、もち米、水、米みそ、砂糖、みりん /牛乳	せんべい
			牛乳 五平餅 牛乳
16 (金)	御飯 みそ汁(チンゲン菜・えのき) 豚肉とたまねぎのソテー 切干大根の旨煮	チーズ/麦茶(浸出液)/米/チンゲンサイ、たまねぎ、えのきたけ かつお・昆布だし汁、米みそ/豚肉(ロース)、酒、食塩、片栗粉、たまねぎ 油、ケチャップ、中濃ソース/切り干しだいこん、にんじん、油揚げ かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、砂糖、いんげん/フライドポテト、食塩 /牛乳	チーズ
			お茶 フライドポテト 牛乳
17 (土)	ミートスパゲティ フルーツカクテル(もも)	せんべい/麦茶(浸出液)/スパゲティ、豚ひき肉、たまねぎ にんじん、油、水、ケチャップ、ウスターソース、しょうゆ、砂糖、食塩、米粉 /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

日付	献立名	材料名	午前おやつ
			午後おやつ
19 (月)	御飯 豆腐すまし汁(こまつな・ねぎ) 鶏肉のごまみそ焼き アスパラのおかか和え	ヨーグルト/麦茶(浸出液)/米/木綿豆腐、こまつな、ねぎ、油揚げ かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩/鶏もも肉、米みそ、しょうゆ、みりん 砂糖、ごま、/グリーンアスパラガス、にんじん、しょうゆ、かつお節/ 米、鮭、すりごま/牛乳	ヨーグルト お茶 鮭おにぎり 牛乳
20 (火)	にんじんごはん 五日汁(じゃがいも・しめじ) さわらのみそ照り焼き 小松菜の煮浸し	クラッカー/牛乳/米、にんじん、しょうゆ、食塩/じゃがいも、たまねぎ しめじ、にんじん、ねぎ、かつお・昆布だし汁、酒、しょうゆ、食塩/さわら しょうが、米みそ、酒、みりん、砂糖/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/ホットケーキ粉、豆乳/牛乳	クラッカー 牛乳 ホットケーキ 牛乳
21 (水)	カレーライス ブロッコリーの三色サラダ パイナップル	ブルー/牛乳/米、豚肉(もも)、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油 カレールウ/ブロッコリー、にんじん、コーン缶、酢、油、食塩 /パイナップル/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
22 (木)	御飯 みそ汁(玉ねぎ・油あげ) 豚肉のしょうが焼き ひじきのマリネ	せんべい/牛乳/米/たまねぎ、にんじん、油揚げ、かつお・昆布だし汁 米みそ/豚肉(ロース)、しょうゆ、しょうが、酒、油/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/米粉、ベーキングパウダー 豆乳、油、砂糖、いちごジャム/牛乳	せんべい 牛乳 いちごマフィン 牛乳
23 (金)	御飯 わかめスープ(コーン) 厚揚げのみそ炒め きゅうりのピクルス	チーズ/麦茶(浸出液)/米/カットわかめ、コーン缶、ねぎ、中華だしの素 食塩/豚肉(ロース)、生揚げ、たまねぎ、にんじん、ねぎ、ピーマン しょうが、にんにく、ごま油、米みそ、しょうゆ、砂糖、片栗粉/きゅうり 米酢、しょうゆ、砂糖、ごま油、食塩/さつまいも、米粉、砂糖、食塩 豆乳、油、ごま/牛乳	チーズ お茶 スイートポテト(米粉) 牛乳
24 (土)	きつねうどん オレンジ	せんべい/麦茶(浸出液)/ゆでうどん、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/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
26 (月)	御飯 みそ汁(もやし・あげ) ナゲット(おから) きんぴらごぼう	ヨーグルト/麦茶(浸出液)/米/もやし、油揚げ、カットわかめ かつお・昆布だし汁、米みそ/鶏ひき肉、おから、たまねぎ、しょうが にんにく、片栗粉、食塩、こしょう、油/ごぼう、にんじん、ごま油、しょうゆ 砂糖、いんげん/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
27 (火)	御飯 みそ汁(キャベツ) たらの竜田揚げ 凍り豆腐の煮物	クラッカー/牛乳/米/キャベツ、にんじん、カットわかめ かつお・昆布だし汁、米みそ/たら、しょうが、しょうゆ、酒、片栗粉 油/凍り豆腐、にんじん、しめじ、油揚げ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ 砂糖、いんげん/食パン、ブルーベリージャム/牛乳	クラッカー 牛乳 ブルーベリージャムサンド 牛乳
28 (水)	梅御飯 みそ汁(切干し大根・玉ねぎ) ポークチャップ 野菜炒め(キャベツ・もやし)	せんべい/牛乳/米、にんじん、うめ干し、こんぶだし、ごま/ 切り干しだいこん、たまねぎ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、米みそ /豚肉(ロース)、酒、片栗粉、油、ケチャップ、中濃ソース、砂糖/キャベツ もやし、にんじん、ピーマン、ごま油、食塩/ぶどう天然果汁、砂糖 粉かんでん、水、りんご天然果汁、砂糖、粉かんでん、生クリーム、砂糖/牛乳	せんべい 牛乳 あじさいゼリー 牛乳
29 (木)	御飯 みそ汁(あさり) 鶏肉の甘辛煮 かぼちゃサラダ(かつおぶし)	ブルー/牛乳/米/あさり水煮缶、たまねぎ、ねぎ、かつおだし汁 米みそ/鶏もも肉、しょうゆ、砂糖、酒、水/かぼちゃ きゅうり、コーン缶、酢、油、しょうゆ、かつお節/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
30 (金)	スープ(豆腐 ねぎ) 中華丼(キャベツ) きゅうりの昆布あえ オレンジ	チーズ/麦茶(浸出液)/木綿豆腐、ねぎ、かつおだし汁、食塩、白こしょう /米、豚肉(ロース)、キャベツ、たまねぎ、にんじん、たけのこ(ゆで) しいたけ、しょうが、にんにく、ごま油、水、しょうゆ、食塩、片栗粉 /きゅうり、塩こんぶ/オレンジ/ら、豚ひき肉、コーン缶、米粉 食塩、水、ごま油、しょうゆ、ごま油/牛乳	チーズ お茶 チヂミ 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	424Kcal	18.1g
	(462Kcal)	(19.6g)
3歳以上児	537Kcal	21.9g
	(572Kcal)	(24.3g)

( )は、目標量です。



～行事食～

**★誕生会(28日)**

<p><b>昼食</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・梅御飯</li> <li>・みそ汁</li> <li>・ポークチャップ</li> <li>・野菜炒め</li> </ul>	<p><b>午後おやつ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・あじさいゼリー</li> <li>・牛乳</li> </ul>
--	---

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)	離乳食開始期(初期食)
1日(木)	午前 せんべい 牛乳 軟飯 みそ汁(さつま芋・だいこん) さつまいも、だいこん、ねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ 昼食 炒り豆腐(ひじき) 木綿豆腐、鶏ひき肉、ひじき、干しいたけ、にんじん、たまねぎ、油、しょうゆ、みりん、砂糖、片栗粉、さやえんどう キャベツの磯あえ キャベツ、にんじん、しょうゆ、ごま、あおのり 午後 五平餅 米、もち米、米みそ、砂糖、みりん 牛乳	午前食 全粥 みそ汁(さつま芋・だいこん) さつまいも、だいこん、昆布だし汁、米みそ 炒り豆腐(ひじき) 木綿豆腐、鶏ひき肉、ひじき、にんじん、たまねぎ、キャベツ、しょうゆ、砂糖、片栗粉	午前食 7分粥 みそ汁(さつま芋・だいこん) さつまいも、だいこん、昆布だし汁、米みそ 炒り豆腐(ひじき) 木綿豆腐、鶏ひき肉、ひじき、にんじん、たまねぎ、キャベツ、しょうゆ、砂糖、片栗粉	午前食 つぶし粥 豆腐と野菜のつぶし煮 さつまいも、だいこん、にんじん、たまねぎ、キャベツ、昆布だし汁
15日(木)	午前 チーズ お茶・麦茶 軟飯 みそ汁(チンゲン菜・えのき) チンゲンサイ、たまねぎ、えのきたけ、かつお・昆布だし汁、米みそ 昼食 豚肉とたまねぎのソテー 豚肉(ロース)、酒、食塩、たまねぎ、油、ケチャップ 中濃ソース 切干大根の旨煮 切り干しだいこん、にんじん、油揚げ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、砂糖、いんげん フライドポテト フライドポテト、食塩 牛乳 午後 みかん みかん缶	午前食 全粥 みそ汁(チンゲン菜) チンゲンサイ、たまねぎ、昆布だし汁、米みそ 鶏肉とたまねぎの煮物 鶏ささ身、にんじん、たまねぎ、だいこん、ケチャップ、砂糖	午前食 7分粥 みそ汁(チンゲン菜) チンゲンサイ、たまねぎ、昆布だし汁、米みそ 鶏肉とたまねぎの煮物 鶏ささ身、にんじん、たまねぎ、だいこん、ケチャップ、砂糖	午前食 つぶし粥 野菜のつぶし煮 チンゲンサイ、たまねぎ、にんじん、だいこん、昆布だし汁
2日(金)	午前 せんべい お茶・麦茶 ミニスパゲティ スパゲティ、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、油、ケチャップ、ウスターソース、しょうゆ、砂糖、食塩、米粉 昼食 フルーツカクテル(もも) みかん缶、もも缶(白桃)、パイン缶 午後 クラッカー お茶・麦茶 ヨーグルト お茶・麦茶	午前食 全粥 みそ汁(チンゲン菜) チンゲンサイ、たまねぎ、昆布だし汁、米みそ 鶏肉とたまねぎの煮物 鶏ささ身、にんじん、たまねぎ、だいこん、ケチャップ、砂糖	午前食 7分粥 みそ汁(チンゲン菜) チンゲンサイ、たまねぎ、昆布だし汁、米みそ 鶏肉とたまねぎの煮物 鶏ささ身、にんじん、たまねぎ、だいこん、ケチャップ、砂糖	午前食 つぶし粥 野菜のつぶし煮 チンゲンサイ、たまねぎ、にんじん、だいこん、昆布だし汁
3日(土)	午前 せんべい お茶・麦茶 ミニスパゲティ スパゲティ、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、油、ケチャップ、ウスターソース、しょうゆ、砂糖、食塩、米粉 昼食 フルーツカクテル(もも) みかん缶、もも缶(白桃)、パイン缶 午後 せんべい クラッカー お茶・麦茶 ヨーグルト お茶・麦茶	午前食 スープスパゲティ スパゲティ、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、ケチャップ、しょうゆ、砂糖、食塩、米粉 みかん みかん缶	午前食 スープスパゲティ スパゲティ、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、ケチャップ、しょうゆ、砂糖、食塩、米粉 みかん みかん缶	午前食 つぶし粥 野菜のつぶし煮 ほうれんそう、かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁、米粉
17日(土)	午前 せんべい クラッカー お茶・麦茶 ヨーグルト お茶・麦茶	午後食 雑炊 米、ほうれんそう、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	午後食 雑炊 米、ほうれんそう、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	午後食
5日(月)	午前 せんべい お茶・麦茶 軟飯 豆腐すまし汁(こまつな・ねぎ) 木綿豆腐、こまつな、ねぎ、油揚げ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 鶏肉のごまみそ焼き 鶏もも肉(皮付き)、米みそ、砂糖、しょうゆ、みりん、ごま アスパラのおかか和え グリーンアスパラガス、にんじん、しょうゆ、かつお節 午後 さけおにぎり 米、さけ、すりごま 牛乳	午前食 全粥 豆腐すまし汁(こまつな) 木綿豆腐、こまつな、昆布だし汁、しょうゆ、食塩 鶏肉と野菜の煮物 鶏もも肉(皮付き)、にんじん、じゃがいも、砂糖、しょうゆ	午前食 7分粥 豆腐すまし汁(こまつな) 木綿豆腐、こまつな、昆布だし汁、しょうゆ、食塩 鶏肉と野菜の煮物 鶏もも肉(皮付き)、にんじん、じゃがいも、砂糖、しょうゆ	午前食 つぶし粥 豆腐と野菜のつぶし煮 木綿豆腐、こまつな、にんじん、昆布だし汁
19日(月)	午前 クラッカー 牛乳 にんじんごはん 米、にんじん、しょうゆ、食塩 五目汁(じゃがいも、しめじ) じゃがいも、たまねぎ、しめじ、にんじん、ねぎ、かつお・昆布だし汁 さわらのみそ照り焼き さわら、しょうが、米みそ、酒、みりん、砂糖 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 午後 ホットケーキ ホットケーキ粉、豆乳 牛乳	午前食 にんじん粥 米、にんじん すまし汁(じゃがいも) じゃがいも、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ、食塩 たらと野菜の煮物 たら、こまつな、にんじん、米みそ、みりん、砂糖	午前食 にんじん粥 米、にんじん すまし汁(じゃがいも) じゃがいも、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ、食塩 たらと野菜の煮物 たら、こまつな、にんじん、米みそ、みりん、砂糖	午前食 にんじんつぶし粥 米、にんじん 野菜のつぶし煮 じゃがいも、たまねぎ、にんじん、こまつな、昆布だし汁
6日(火)	午前 クラッカー 牛乳 にんじんごはん 米、にんじん、しょうゆ、食塩 五目汁(じゃがいも、しめじ) じゃがいも、たまねぎ、しめじ、にんじん、ねぎ、かつお・昆布だし汁 さわらのみそ照り焼き さわら、しょうが、米みそ、酒、みりん、砂糖 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 午後 ホットケーキ ホットケーキ粉、豆乳 牛乳	午後食 凍り豆腐粥 米、凍り豆腐 味噌汁 焼ふ、昆布だし汁、米みそ 豚ひき肉と野菜の煮物 豚ひき肉、こまつな、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ、片栗粉	午後食 凍り豆腐粥 米、凍り豆腐 味噌汁 焼ふ、昆布だし汁、米みそ 豚ひき肉と野菜の煮物 豚ひき肉、こまつな、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ、片栗粉	午後食
7日(水)	午前 ブルー 牛乳 カレーライス 米、豚肉(もも)、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油、カレールウ ブロッコリーの三色サラダ ブロッコリー、にんじん、コーン缶、酢、油、食塩 ペイナップル 午後 せんべい クラッカー 牛乳	午前食 全粥 ポトフ 豚肉(もも)、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、食塩 ブロッコリーの三色サラダ ブロッコリー、にんじん、食塩	午前食 7分粥 ポトフ 豚肉(もも)、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、食塩 ブロッコリーの三色サラダ ブロッコリー、にんじん、食塩	午前食 つぶし粥 野菜のつぶし煮 じゃがいも、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁
21日(水)	午前 せんべい 牛乳 軟飯 みそ汁(玉ねぎ・油あげ) たまねぎ、にんじん、油揚げ、かつお・昆布だし汁、米みそ 昼食 豚肉のしょうが焼き 豚肉(ロース)、しょうゆ、しょうが、酒、油 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 いちごマフィン 米粉、ベーキングパウダー、豆乳、油、砂糖、いちごジャム 牛乳 午後 みかん みかん缶	午後食 全粥 味噌汁 たまねぎ、にんじん、昆布だし汁、米みそ ツナじゃが 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	午後食 7分粥 味噌汁 たまねぎ、にんじん、昆布だし汁、米みそ ツナじゃが 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	午後食
8日(木)	午前 せんべい 牛乳 軟飯 みそ汁(玉ねぎ) たまねぎ、にんじん、昆布だし汁、米みそ 昼食 鶏肉と野菜の煮物 鶏ささ身、ひじき、だいこん、にんじん、しょうゆ、砂糖 午後 ツナ粥 米、ツナ水煮缶 すまし汁 だいこん、にんじん、昆布だし汁、食塩、しょうゆ さつま芋の煮物 さつまいも、砂糖、しょうゆ	午前食 全粥 みそ汁(玉ねぎ) たまねぎ、にんじん、昆布だし汁、米みそ 鶏肉と野菜の煮物 鶏ささ身、ひじき、だいこん、にんじん、しょうゆ、砂糖	午前食 7分粥 みそ汁(玉ねぎ) たまねぎ、にんじん、昆布だし汁、米みそ 鶏肉と野菜の煮物 鶏ささ身、ひじき、だいこん、にんじん、しょうゆ、砂糖	午前食 つぶし粥 野菜のつぶし煮 たまねぎ、にんじん、だいこん、昆布だし汁
22日(木)	午後 いちごマフィン 米粉、ベーキングパウダー、豆乳、油、砂糖、いちごジャム 牛乳	午後食 すまし汁 だいこん、にんじん、昆布だし汁、食塩、しょうゆ さつま芋の煮物 さつまいも、砂糖、しょうゆ	午後食 すまし汁 だいこん、にんじん、昆布だし汁、食塩、しょうゆ さつま芋の煮物 さつまいも、砂糖、しょうゆ	午後食

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)	離乳食開始期(初期食)
9日(金)	午前 チーズ お茶・麦茶 軟飯 わかめスープ(コーン) カットわかめ、コーン缶、ねぎ、中華だしの素、食塩	午前食 全粥 わかめスープ カットわかめ、にんじん、昆布だし汁、食塩 豆腐のみそ炒め 鶏さき身、木綿豆腐、たまねぎ、にんじん、米みそ、しょうゆ、砂糖 片栗粉	7分粥 わかめスープ カットわかめ、にんじん、昆布だし汁、食塩 豆腐のみそ炒め 鶏さき身、木綿豆腐、たまねぎ、にんじん、米みそ、しょうゆ、砂糖 片栗粉	つぶし粥 豆腐と野菜のつぶし煮 さつまいも、木綿豆腐、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁
	昼食 厚揚げのみそ炒め 豚肉(ロース)、生揚げ、たまねぎ、にんじん、ねぎ、ピーマン、しょうがにんにく、ごま油、米みそ、しょうゆ、砂糖、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			
23日(金)	午後 スイートポテト さつまいも、米粉、油、豆乳、砂糖、食塩、ごま 牛乳	午後食 全粥 味噌汁 さつまいも、昆布だし汁、米みそ 鶏ひき肉のそぼろ煮 鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、片栗粉	7分粥 味噌汁 さつまいも、昆布だし汁、米みそ 鶏ひき肉のそぼろ煮 鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、片栗粉	
	10日(土)	午前 せんべい お茶・麦茶 きつねうどん ゆでうどん、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	午前食 煮込みうどん ゆでうどん、しょうゆ、たまねぎ、にんじん、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、しょうゆ、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ、食塩 みかん みかん缶
24日(土)	午後 せんべい クラッカー お茶・麦茶	午後食 雑炊 米、ほうれんそう、にんじん、昆布だし汁 じゃが芋の煮物 じゃがいも、砂糖、しょうゆ、昆布だし汁 お茶・麦茶	雑炊 米、ほうれんそう、にんじん、昆布だし汁 じゃが芋の煮物 じゃがいも、砂糖、しょうゆ、昆布だし汁 お茶・麦茶	
	12日(月)	午前 ヨーグルト お茶・麦茶 軟飯 みそ汁(もやし・あげ) もやし、油揚げ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、米みそ ナゲット(おから) 鶏ひき肉、おから、たまねぎ、しょうが、にんにく、片栗粉、食塩 こしょう、油 きんぴらごぼう ごぼう、にんじん、ごま油、しょうゆ、砂糖、いんげん	午前食 全粥 みそ汁(もやし) もやし、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、たまねぎ、片栗粉、食塩、にんじん、じゃがいも、砂糖、しょうゆ	7分粥 みそ汁(もやし) もやし、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、たまねぎ、片栗粉、食塩、にんじん、じゃがいも、砂糖、しょうゆ
26日(月)	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 全粥 マカロニスープ マカロニ、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁、食塩 鶏ひき肉と豆腐の吉野煮 鶏ひき肉、木綿豆腐、しょうゆ、砂糖、片栗粉	7分粥 マカロニスープ マカロニ、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁、食塩 鶏ひき肉と豆腐の吉野煮 鶏ひき肉、木綿豆腐、しょうゆ、砂糖、片栗粉	
	13日(火)	午前 クラッカー 牛乳 軟飯 みそ汁(キャベツ) キャベツ、にんじん、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、米みそ たらの竜田揚げ たら、しょうが、しょうゆ、酒、片栗粉、油 凍り豆腐の煮物 凍り豆腐、にんじん、しめじ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、いんげん	午前食 全粥 みそ汁(キャベツ) キャベツ、にんじん、昆布だし汁、米みそ たらとかぼちゃの煮物 たら、かぼちゃ、しょうゆ、砂糖	7分粥 みそ汁(キャベツ) キャベツ、にんじん、昆布だし汁、米みそ たらとかぼちゃの煮物 たら、かぼちゃ、しょうゆ、砂糖
27日(火)	午後 ブルーベリージャムサンド 食パン、ブルーベリージャム 牛乳	午後食 食パン 鶏肉のミルク煮 鶏さき身、にんじん、キャベツ、たまねぎ、育児用ミルク、片栗粉 茹でスティックだいこん だいこん	パン粥 食パン、育児用ミルク 鶏肉のミルク煮 鶏さき身、にんじん、キャベツ、たまねぎ、育児用ミルク、片栗粉 茹でだいこん だいこん	
	14日(水)	午前 ブルー 牛乳 軟飯 みそ汁(あさり) あさり水煮缶、たまねぎ、ねぎ、かつおだし汁、米みそ 鶏肉の甘辛煮 鶏もも肉、しょうゆ、砂糖、酒 かぼちゃサラダ(かつおぶし) かぼちゃ、きゅうり、コーン缶、酢、油、しょうゆ、かつお節	午前食 全粥 みそ汁(豆腐) 絹ごし豆腐、たまねぎ、昆布だし汁、米みそ 鶏肉と野菜の煮物 鶏もも肉、かぼちゃ、にんじん、しょうゆ、砂糖、片栗粉	7分粥 みそ汁(豆腐) 絹ごし豆腐、たまねぎ、昆布だし汁、米みそ 鶏肉と野菜の煮物 鶏もも肉、かぼちゃ、にんじん、しょうゆ、砂糖、片栗粉
29日(木)	午後 せんべい クラッカー 牛乳	午後食 全粥 すまし汁 じゃがいも、昆布だし汁、食塩、しょうゆ 豚ひき肉と大根のみそ煮 豚ひき肉、だいこん、昆布だし汁、米みそ、片栗粉	7分粥 すまし汁 じゃがいも、昆布だし汁、食塩、しょうゆ 豚ひき肉と大根のみそ煮 豚ひき肉、だいこん、昆布だし汁、米みそ、片栗粉	
	28日(水)	午前 せんべい 牛乳 梅御飯 米、にんじん、うめ干し、こんぶだし、ごま みそ汁(切干しだいこん・玉ねぎ) 切り干しだいこん、たまねぎ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、米みそ ポークチャップ 豚肉(ロース)、酒、片栗粉、油、ケチャップ、中濃ソース、砂糖 野菜炒め(キャベツ・もやし) キャベツ、もやし、にんじん、ピーマン、ごま油、食塩	午前食 にんじん粥 米、にんじん みそ汁(だいこん・玉ねぎ) だいこん、たまねぎ、カットわかめ、昆布だし汁、米みそ 鶏肉と野菜の煮物 鶏さき身、キャベツ、もやし、にんじん、ケチャップ、しょうゆ、砂糖、片栗粉	にんじん粥 米、にんじん みそ汁(だいこん・玉ねぎ) だいこん、たまねぎ、カットわかめ、昆布だし汁、米みそ 鶏肉と野菜の煮物 鶏さき身、キャベツ、もやし、にんじん、ケチャップ、しょうゆ、砂糖、片栗粉
誕生会	午後 あじさいゼリー ぶどう天然果汁、砂糖、粉かんでん、りんご天然果汁、砂糖、粉かんでん、生クリーム、砂糖 牛乳	午後食 リゾット(かぼちゃ) 米、かぼちゃ、たまねぎ、鶏ひき肉、バター 豆腐の煮物 木綿豆腐、昆布だし汁、しょうゆ、片栗粉	リゾット(かぼちゃ) 米、かぼちゃ、たまねぎ、鶏ひき肉、バター 豆腐の煮物 木綿豆腐、昆布だし汁、しょうゆ、片栗粉	
	30日(金)	午前 チーズ お茶・麦茶 スープ(豆腐 ねぎ) 木綿豆腐、ねぎ、かつおだし汁、食塩、白こしょう 中華丼(キャベツ) 米、豚肉(ロース)、キャベツ、たまねぎ、にんじん、たけのこ(ゆで)しいたけ、しょうが、にんにく、ごま油、しょうゆ、食塩、片栗粉 きゅうりの昆布あえ きゅうり、塩こんぶ オレンジ	午前食 スープ(豆腐) 木綿豆腐、昆布だし汁、食塩 全粥 野菜の煮物 鶏さき身、キャベツ、たまねぎ、にんじん、チンゲンサイ、昆布だし汁、しょうゆ、食塩、片栗粉 みかん みかん缶	スープ(豆腐) 木綿豆腐、昆布だし汁、食塩 7分粥 野菜の煮物 鶏さき身、キャベツ、たまねぎ、にんじん、チンゲンサイ、昆布だし汁、しょうゆ、食塩、片栗粉 みかん みかん缶
30日(金)	午後 チヂミ にら、豚ひき肉、コーン缶、米粉、食塩、ごま油、しょうゆ、ごま油 牛乳	午後食 雑炊 米、豚ひき肉、チンゲンサイ、食塩、しょうゆ 豆腐と野菜の煮物 木綿豆腐、にんじん、たまねぎ、キャベツ、昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、食塩、片栗粉	雑炊 米、豚ひき肉、チンゲンサイ、食塩、しょうゆ 豆腐と野菜の煮物 木綿豆腐、にんじん、たまねぎ、キャベツ、昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、食塩、片栗粉	