

日付	献立名	材料名	午前おやつ
			午後おやつ
1 (月)	御飯 豆腐みそ汁(チンゲン菜・えのき) 豚肉の香味焼き きんぴらごぼう	ヨーグルト/麦茶(浸出液)/米/木綿豆腐、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)、ねぎ、にんにく しょうゆ、酒/ごぼう、にんじん、ごま油、しょうゆ、砂糖、いんげん /米、炊き込みわかめ/牛乳	ヨーグルト お茶 わかめおにぎり 牛乳
2 (火)	カレーライス フレンチサラダ いちご	せんべい/牛乳/米、豚肉(もも)、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油 カレールー/キャベツ、きゅうり、にんじん、油、酢、食塩、白こしょう /いちご/せんべい/クラッカー/牛乳	せんべい 牛乳 せんべい・クラッカー 牛乳
3 (水)	御飯 みそ汁(あさり) 鶏肉の甘辛煮 小松菜のおかかあえ(もやし)	チーズ/麦茶(浸出液)/米/あさり水煮缶、キャベツ、ねぎ、かつおだし汁 米みそ/鶏もも肉(皮付き)、砂糖、しょうゆ、酒/こまつな、もやし、にんじん コーン缶、しょうゆ、砂糖、かつお節/豆乳、水、片栗粉、砂糖、きな粉 /牛乳	チーズ お茶 豆乳もち 牛乳
4 (木)	御飯 わかめスープ(たまねぎ) マーボー豆腐 はるさめサラダ	クラッカー/牛乳/米/カットわかめ、たまねぎ、にんじん、中華だしの素 食塩/木綿豆腐、豚ひき肉、ねぎ、しょうが、ごま油、しょうゆ、米みそ 砂糖、酒、水、片栗粉/はるさめ、きゅうり、にんじん、コーン缶、酢、ごま油 砂糖、しょうゆ、食塩/食パン、いちごジャム/牛乳	クラッカー 牛乳 いちごジャムサンド 牛乳
5 (金)	御飯 みそ汁(切干しだいこん・玉ねぎ) 蒸しさけの照りつけ たけのこのおかか煮	ヨーグルト/麦茶(浸出液)/米/切り干しだいこん、たまねぎ、油揚げ、かつお・昆布だし汁 米みそ/さけ、酒、みりん、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、片栗粉/たけのこ(ゆで) にんじん、しょうゆ、みりん、砂糖、かつお節、いんげん/米粉、ベーキングパウダー、豆乳 油、つぶしあん(砂糖添加)/牛乳	ヨーグルト お茶 小豆蒸しパン 牛乳
6 (土)	あさりのスパゲティ バナナ	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/バナナ/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
8 (月)	御飯 みそ汁(さつま芋・ねぎ) タンドリーチキン チンゲン菜のあえ物	ヨーグルト/麦茶(浸出液)/米/さつま芋、ねぎ、かつお・昆布だし汁 米みそ/鶏もも肉(皮付き)、にんにく、ケチャップ、しょうゆ、砂糖、食塩 レモン果汁、カレー粉、片栗粉/チンゲンサイ、にんじん、しらす干し かつおだし汁、しょうゆ、砂糖/おから、米粉、きな粉、砂糖、油、豆乳 /牛乳	ヨーグルト お茶 おからソフトクッキー 牛乳
9 (火)	御飯 みそ汁(だいこん・あげ) 豆腐焼き きゅうりと人参の昆布あえ	せんべい/牛乳/米/だいこん、油揚げ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁 米みそ/木綿豆腐、鶏ひき肉、にんじん、ひじき、しょうゆ、しょうが、酒、食塩 片栗粉/きゅうり、にんじん、塩こんぶ/米、さけ、ごま/牛乳	せんべい 牛乳 さけおにぎり 牛乳
10 (水)	御飯 すまし汁(キャベツ・えのき) ポークみそ焼き アスパラのおかか和え	チーズ/麦茶(浸出液)/米/キャベツ、えのきたけ、ねぎ かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩/豚肉(ロース)、にんじん、たまねぎ、砂糖 しょうゆ、米みそ、本みりん/グリーンアスパラガス、にんじん、しょうゆ かつお節/せんべい/クラッカー/牛乳	チーズ お茶 せんべい・クラッカー 牛乳
11 (木)	御飯 みそ汁(玉ねぎ・わかめ) 鶏肉の照り焼き 凍り豆腐の煮物(しめじ)	クラッカー/牛乳/米/たまねぎ、チンゲンサイ、カットわかめ かつお・昆布だし汁、米みそ/鶏もも肉(皮付き)、しょうゆ、砂糖、みりん しょうが、片栗粉/凍り豆腐、にんじん、しめじ、油揚げ、いんげん かつお・昆布だし汁、しょうゆ、砂糖/焼ふ、バター、砂糖/牛乳	クラッカー 牛乳 麩ラスク 牛乳
12 (金)	御飯 豆腐すまし汁(しめじ) さわらのみそ焼き ひじきのマリネ	ヨーグルト/麦茶(浸出液)/米/木綿豆腐、しめじ、ねぎ かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩/さわら、しょうが、米みそ、酒、みりん 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 /ほうれんそう、ホットケーキ粉、無塩バター、砂糖、牛乳/牛乳	ヨーグルト お茶 青菜のカップケーキ 牛乳
13 (土)	わかめうどん フルーツカクテル(もも)	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 /バナナ、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
15 (月)	御飯 豆腐みそ汁(チンゲン菜・えのき) 豚肉の香味焼き きんぴらごぼう	ヨーグルト/麦茶(浸出液)/米/木綿豆腐、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)、ねぎ、にんにく しょうゆ、酒/ごぼう、にんじん、ごま油、しょうゆ、砂糖、いんげん /米、炊き込みわかめ/牛乳	ヨーグルト お茶 わかめおにぎり 牛乳
16 (火)	カレーライス フレンチサラダ いちご	せんべい/牛乳/米、豚肉(もも)、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油 カレールー/キャベツ、きゅうり、にんじん、油、酢、食塩、白こしょう /いちご/せんべい/クラッカー/牛乳	せんべい 牛乳 せんべい・クラッカー 牛乳
17 (水)	御飯 みそ汁(あさり) 鶏肉の甘辛煮 小松菜のおかかあえ(もやし)	チーズ/麦茶(浸出液)/米/あさり水煮缶、キャベツ、ねぎ、かつおだし汁 米みそ/鶏もも肉(皮付き)、砂糖、しょうゆ、酒/こまつな、もやし、にんじん コーン缶、しょうゆ、砂糖、かつお節/豆乳、水、片栗粉、砂糖、きな粉 /牛乳	チーズ お茶 豆乳もち 牛乳

日付	献立名	材料名	午前おやつ
			午後おやつ
18 (木)	御飯 わかめスープ(たまねぎ) マーボー豆腐 はるさめサラダ	クラッカー／牛乳／米／カットわかめ、たまねぎ、にんじん、中華だしの素 食塩／木綿豆腐、豚ひき肉、ねぎ、しょうが、ごま油、しょうゆ、米みそ 砂糖、酒、水、片栗粉／はるさめ、きゅうり、にんじん、コーン缶、酢、ごま油 砂糖、しょうゆ、食塩／食パン、いちごジャム／牛乳	クラッカー 牛乳 いちごジャムサンド 牛乳
19 (金)	御飯 みそ汁(切り干しだいこん・玉ねぎ) 蒸しさけの照りつけ たけのこのおおかか煮	ヨーグルト／麦茶(浸出液)／米／切り干しだいこん、たまねぎ、油揚げ、かつお・昆布だし汁 米みそ／さけ、酒、みりん、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、片栗粉／たけのこ(ゆで) にんじん、しょうゆ、みりん、砂糖、かつお節、いんげん／米粉、ベーキングパウダー、豆乳 油、つぶしあん(砂糖添加)／牛乳	ヨーグルト お茶 小豆蒸しパン 牛乳
20 (土)	あさりのスパゲティ バナナ	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／バナナ／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
22 (月)	御飯 みそ汁(さつま芋・ねぎ) タンドリーチキン チンゲン菜のあえ物	ヨーグルト／麦茶(浸出液)／米／さつま芋、ねぎ、かつお・昆布だし汁 米みそ／鶏もも肉(皮付き)、にんにく、ケチャップ、しょうゆ、砂糖、食塩 レモン果汁、カレー粉、片栗粉／チンゲンサイ、にんじん、しらす干し かつおだし汁、しょうゆ、砂糖／おから、米粉、きな粉、砂糖、油、豆乳 ／牛乳	ヨーグルト お茶 おからソフトクッキー 牛乳
23 (火)	御飯 みそ汁(だいこん・あげ) 豆腐焼き きゅうりと人参の昆布あえ	せんべい／牛乳／米／だいこん、油揚げ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁 米みそ／木綿豆腐、鶏ひき肉、にんじん、ひじき、しょうゆ、しょうが、酒、食塩 片栗粉／きゅうり、にんじん、塩こんぶ／米、さけ、ごま／牛乳	せんべい 牛乳 さけおにぎり 牛乳
24 (水) 誕生会	にんじんごはん みそ汁(チンゲン菜・あげ) ハンバーグ(レバー入り・煮込み) 切干大根のサラダ(しらす干し)	クラッカー／牛乳／米、にんじん、しょうゆ、食塩、／チンゲンサイ、たまねぎ、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 ダイストマト缶詰、ケチャップ、ウスターソース、砂糖、／切り干しだいこん、きゅうり にんじん、しらす干し、酢、ごま油、砂糖、しょうゆ／いちご、砂糖、粉かんでん 生クリーム、砂糖／牛乳	クラッカー 牛乳 春色ゼリー 牛乳
25 (木)	御飯 すまし汁(キャベツ・えのき) ポークみそ焼き アスパラのおかか和え	チーズ／麦茶(浸出液)／米／キャベツ、えのきたけ、ねぎ かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩／豚肉(ロース)、にんじん、たまねぎ、砂糖 しょうゆ、米みそ、本みりん／グリーンアスパラガス、にんじん、しょうゆ かつお節／せんべい／クラッカー／牛乳	チーズ お茶 せんべい・クラッカー 牛乳
26 (金)	御飯 みそ汁(玉ねぎ・わかめ) 鶏肉の照り焼き 凍り豆腐の煮物(しめじ)	クラッカー／牛乳／米／たまねぎ、チンゲンサイ、カットわかめ かつお・昆布だし汁、米みそ／鶏もも肉(皮付き)、しょうゆ、砂糖、みりん しょうが、片栗粉／凍り豆腐、にんじん、しめじ、油揚げ、いんげん かつお・昆布だし汁、しょうゆ、砂糖／焼ふ、バター、砂糖／牛乳	クラッカー 牛乳 麩ラスク 牛乳
27 (土)	わかめうどん フルーツカクテル(もも)	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 ／バナナ、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
30 (火) 子どもの 日の集い	たけのこ混ぜ御飯 豆腐すまし汁(わかめ) さわらのみそ照り焼き 小松菜のごま和え(コーン)	ヨーグルト／麦茶(浸出液)／米、油揚げ、たけのこ(ゆで)、にんじん、かつお・昆布だし汁 しょうゆ、みりん／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 ／さわら、しょうが、米みそ、酒、みりん、砂糖／こまつな、にんじん、コーン缶、しょうゆ、砂糖 ごま／米粉、ベーキングパウダー、砂糖、いちごジャム、豆乳、油／牛乳	ヨーグルト お茶 桜色蒸しパン 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	418Kcal	19.2g
	(462Kcal)	(19.6g)
3歳以上児	534Kcal	23.4g
	(572Kcal)	(24.3g)

( )は、目標量です。

**おしらせ!**  
当園では、卵なしの献立で提供しています。

～行事食～

★誕生会 (24日)

昼食

- ・にんじんごはん
- ・みそ汁
- ・ハンバーグ
- ・切り干し大根のサラダ

午後おやつ

- ・春色ゼリー
- ・牛乳

★子どもの日の集い (30日)

昼食

- ・たけのこ混ぜ御飯
- ・豆腐すまし汁
- ・さわらのみそ照り焼き
- ・小松菜のごま和え

午後おやつ

- ・桜色蒸しパン
- ・牛乳



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(月)	午前 ヨーグルト お茶・麦茶 軟飯 豆腐みそ汁(チンゲン菜・えのき) 木綿豆腐、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	午前食 全粥 豆腐みそ汁(チンゲン菜) 木綿豆腐、チンゲンサイ、たまねぎ、昆布だし汁、米みそ 鶏肉と野菜の煮物 鶏ささ身、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、砂糖	7分粥 豆腐みそ汁(チンゲン菜) 木綿豆腐、チンゲンサイ、たまねぎ 昆布だし汁、米みそ 鶏肉と野菜の煮物 鶏ささ身、にんじん、たまねぎ しょうゆ、砂糖	つぶし粥 豆腐と野菜のつぶし煮 木綿豆腐、チンゲンサイ たまねぎ、にんじん 昆布だし汁		
	15日(月)				午後食 全粥 スープ じゃがいも、チンゲンサイ、昆布だし汁、食塩 豆腐の煮物 木綿豆腐、たまねぎ、にんじん、砂糖、しょうゆ、片栗粉	7分粥 スープ じゃがいも、チンゲンサイ 昆布だし汁、食塩 豆腐の煮物 木綿豆腐、たまねぎ、にんじん 砂糖、しょうゆ、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 全粥 スープ じゃがいも、チンゲンサイ、昆布だし汁、食塩 豆腐の煮物 木綿豆腐、たまねぎ、にんじん、砂糖、しょうゆ、片栗粉	7分粥 スープ じゃがいも、チンゲンサイ 昆布だし汁、食塩 豆腐の煮物 木綿豆腐、たまねぎ、にんじん 砂糖、しょうゆ、片栗粉
2日(火)	午前 せんべい 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、カレールー 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	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、キャベツ、食塩 いちご ツナ粥 米、ツナ水煮缶 スープ キャベツ、にんじん、昆布だし汁、食塩 野菜のそぼろ味噌煮 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	7分粥 ポトフ 豚肉(もも)、じゃがいも、たまねぎ にんじん、キャベツ、食塩 いちご ツナ粥 米、ツナ水煮缶 スープ キャベツ、にんじん、昆布だし汁 食塩 野菜のそぼろ味噌煮 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	つぶし粥 野菜のつぶし煮 じゃがいも、たまねぎ にんじん、キャベツ 昆布だし汁		
	16日(火)				午後食 全粥 スープ キャベツ、にんじん、昆布だし汁、食塩 野菜のそぼろ味噌煮 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	7分粥 スープ キャベツ、にんじん、昆布だし汁 食塩 野菜のそぼろ味噌煮 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
	午後 クラッカー 牛乳				午後食 全粥 味噌汁(こまつな) こまつな、昆布だし汁、米みそ 鮎と野菜の煮物 焼ふ、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(こまつな) こまつな、昆布だし汁、米みそ 鮎と野菜の煮物 焼ふ、たまねぎ、にんじん 昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、片栗粉
3日(水)	午前 チーズ お茶・麦茶 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 鶏肉の甘辛煮 鶏もも肉(皮付き)、砂糖、しょうゆ、酒 小松菜のおかかあえ(もやし) こまつな、もやし、にんじん、コーン缶、しょうゆ、砂糖、かつお節	午前食 全粥 みそ汁(じゃがいも) じゃがいも、キャベツ、昆布だし汁、米みそ 鶏肉と野菜の煮物 鶏もも肉、こまつな、にんじん、もやし、砂糖、しょうゆ、片栗粉	7分粥 みそ汁(じゃがいも) じゃがいも、キャベツ、昆布だし汁 米みそ 鶏肉と野菜の煮物 鶏もも肉、こまつな、にんじん もやし、砂糖、しょうゆ、片栗粉	つぶし粥 野菜のつぶし煮 じゃがいも、キャベツ こまつな、にんじん 昆布だし汁		
	17日(水)				午後食 全粥 味噌汁(こまつな) こまつな、昆布だし汁、米みそ 鮎と野菜の煮物 焼ふ、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(こまつな) こまつな、昆布だし汁、米みそ 鮎と野菜の煮物 焼ふ、たまねぎ、にんじん 昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、片栗粉
	午後 豆乳もち 豆乳、片栗粉、砂糖、きな粉 牛乳				午後食 全粥 味噌汁(こまつな) こまつな、昆布だし汁、米みそ 鮎と野菜の煮物 焼ふ、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(こまつな) こまつな、昆布だし汁、米みそ 鮎と野菜の煮物 焼ふ、たまねぎ、にんじん 昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、片栗粉
4日(木)	午前 クラッカー 牛乳 軟飯 わかめスープ(たまねぎ) カットわかめ、たまねぎ、にんじん、中華だしの素、食塩	午前食 全粥 わかめスープ(たまねぎ) カットわかめ、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁、食塩 炒り豆腐 木綿豆腐、豚ひき肉、にんじん、しょうゆ、米みそ、砂糖、片栗粉	7分粥 わかめスープ(たまねぎ) カットわかめ、たまねぎ、にんじん 昆布だし汁、食塩 炒り豆腐 木綿豆腐、豚ひき肉、にんじん しょうゆ、米みそ、砂糖、片栗粉	つぶし粥 豆腐と野菜のつぶし煮 木綿豆腐、たまねぎ にんじん、昆布だし汁		
	18日(木)				午後食 食パン 味噌汁(じゃがいも) じゃがいも、たまねぎ、米みそ、昆布だし汁 鶏肉と野菜のくず煮 鶏ささ身、にんじん、だいこん、昆布だし汁、しょうゆ、片栗粉	パン粥 食パン、育児用ミルク 味噌汁(じゃがいも) じゃがいも、たまねぎ、米みそ 昆布だし汁 鶏肉と野菜のくず煮 鶏ささ身、にんじん、だいこん 昆布だし汁、しょうゆ、片栗粉
	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 味噌汁(じゃがいも) じゃがいも、たまねぎ、米みそ、昆布だし汁 鶏肉と野菜のくず煮 鶏ささ身、にんじん、だいこん、昆布だし汁、しょうゆ、片栗粉	パン粥 食パン、育児用ミルク 味噌汁(じゃがいも) じゃがいも、たまねぎ、米みそ 昆布だし汁 鶏肉と野菜のくず煮 鶏ささ身、にんじん、だいこん 昆布だし汁、しょうゆ、片栗粉
5日(金)	午前 ヨーグルト お茶・麦茶 軟飯 みそ汁(切り干しだいこん・玉ねぎ) 切り干しだいこん、たまねぎ、油揚げ、かつお・昆布だし汁 米みそ 蒸しさげの照りつけ さげ、酒、みりん、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、片栗粉 たけのこのおおかか煮 たけのこ(ゆで)、にんじん、しょうゆ、みりん、砂糖、かつお節 いんげん 小豆蒸しパン 米粉、ベーキングパウダー、豆乳、油、つぶしあん(砂糖添加) 牛乳	午前食 全粥 みそ汁(だいこん・玉ねぎ) だいこん、たまねぎ、昆布だし汁、米みそ さげと野菜の煮物 さげ、にんじん、じゃがいも、昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、片栗粉	7分粥 みそ汁(だいこん・玉ねぎ) だいこん、たまねぎ、昆布だし汁 米みそ さげと野菜の煮物 さげ、にんじん、じゃがいも 昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、片栗粉	つぶし粥 野菜のつぶし煮 だいこん、たまねぎ にんじん、じゃがいも 昆布だし汁		
	19日(金)				午後食 全粥 スープ(だいこん) だいこん、にんじん、昆布だし汁、食塩 野菜のチーズ焼き じゃがいも、たまねぎ、にんじん、とろけるチーズ	7分粥 スープ(だいこん) だいこん、にんじん、昆布だし汁 食塩 野菜のチーズ焼き じゃがいも、たまねぎ、にんじん とろけるチーズ
	午後 せんべい お茶・麦茶 あさりのスパゲティ スパゲティ、あさり水煮缶、たまねぎ、ピーマン、パター、ケチャップ 食塩、白こしょう バナナ				午後食 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、パター、ケチャップ 食塩 みかん みかん缶	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、パター、ケチャップ、食塩 みかん みかん缶
6日(土)	午前 せんべい お茶・麦茶 あさりのスパゲティ スパゲティ、あさり水煮缶、たまねぎ、ピーマン、パター、ケチャップ 食塩、白こしょう バナナ	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、パター、ケチャップ 食塩 みかん みかん缶	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、パター、ケチャップ、食塩 みかん みかん缶	つぶし粥 野菜のつぶし煮 こまつな、さつまいも、たまねぎ にんじん、昆布だし汁		
	20日(土)				午後食 雑炊 米、こまつな、にんじん、昆布だし汁 さつま芋の煮物 さつまいも、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 さつま芋の煮物 さつまいも、砂糖、しょうゆ お茶・麦茶
	午後 クラッカー お茶・麦茶				午後食 雑炊 米、こまつな、にんじん、昆布だし汁 さつま芋の煮物 さつまいも、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 さつま芋の煮物 さつまいも、砂糖、しょうゆ お茶・麦茶
8日(月)	午前 ヨーグルト お茶・麦茶 軟飯 みそ汁(さつま芋・ねぎ) さつまいも、ねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ タンダーチキン 鶏もも肉(皮付き)、にんにく、ケチャップ、しょうゆ、砂糖、食塩 レモン果汁、カレー粉、片栗粉 チンゲン菜のあえ物 チンゲンサイ、にんじん、しらす干し、かつおだし汁、しょうゆ、砂糖	午前食 全粥 みそ汁(さつま芋) さつまいも、昆布だし汁、米みそ 鶏肉と野菜の煮物 鶏もも肉、チンゲンサイ、にんじん、ケチャップ、しょうゆ、砂糖 食塩、片栗粉	7分粥 みそ汁(さつま芋) さつまいも、昆布だし汁、米みそ 鶏肉と野菜の煮物 鶏もも肉、チンゲンサイ、にんじん ケチャップ、しょうゆ、砂糖、食塩 片栗粉	つぶし粥 野菜のつぶし煮 さつまいも、チンゲンサイ にんじん、昆布だし汁		
	22日(月)				午後食 全粥 スープ(チンゲンサイ) チンゲンサイ、たまねぎ、昆布だし汁、食塩 さつま芋のミルク煮 豚ひき肉、にんじん、たまねぎ、育児用ミルク、片栗粉	7分粥 スープ(チンゲンサイ) チンゲンサイ、たまねぎ 昆布だし汁、食塩 さつま芋のミルク煮 豚ひき肉、にんじん、たまねぎ 育児用ミルク、片栗粉
	午後 おからソフトクッキー おから、米粉、きな粉、砂糖、油、豆乳 牛乳				午後食 全粥 スープ(チンゲンサイ) チンゲンサイ、たまねぎ、昆布だし汁、食塩 さつま芋のミルク煮 豚ひき肉、にんじん、たまねぎ、育児用ミルク、片栗粉	7分粥 スープ(チンゲンサイ) チンゲンサイ、たまねぎ 昆布だし汁、食塩 さつま芋のミルク煮 豚ひき肉、にんじん、たまねぎ 育児用ミルク、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)	離乳食開始期(初期食)
9日(火)	午前 せんべい 牛乳 軟飯 みそ汁(だいこん・あげ) だいこん、油揚げ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、米みそ	午前食 全粥 みそ汁(だいこん) だいこん、カットわかめ、昆布だし汁、米みそ	7分粥 みそ汁(だいこん) だいこん、カットわかめ 昆布だし汁、米みそ	つぶし粥 豆腐と野菜のつぶし煮 木綿豆腐、だいこん にんじん、昆布だし汁
	昼食 豆腐焼き 木綿豆腐、鶏ひき肉、にんじん、ひじき、しょうゆ、しょうが、酒 食塩、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	豆腐の煮物 木綿豆腐、鶏ひき肉、にんじん、ひじき、しょうゆ、砂糖、片栗粉	豆腐の煮物 木綿豆腐、鶏ひき肉、にんじん ひじき、しょうゆ、砂糖、片栗粉	
23日(火)	午後 さけおにぎり 米、さけ、ごま 牛乳	午後食 さけ粥 米、さけ スープ(豆腐) 木綿豆腐、昆布だし汁、食塩 野菜のそぼろ煮 豚ひき肉、だいこん、にんじん、昆布だし汁、砂糖、しょうゆ、片栗粉	さけ粥 米、さけ スープ(豆腐) 木綿豆腐、昆布だし汁、食塩 野菜のそぼろ煮 豚ひき肉、だいこん、にんじん、昆布だし汁、砂糖、しょうゆ、片栗粉	
	10日(水)	午前 チーズ お茶・麦茶 軟飯 すまし汁(キャベツ・えのき) キャベツ、えのきだけ、ねぎ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 ポーークみそ焼き 豚肉(ロース)、にんじん、たまねぎ、砂糖、しょうゆ、米みそ、本みりん	午前食 全粥 すまし汁(キャベツ) キャベツ、昆布だし汁、しょうゆ、食塩 鶏肉と野菜の煮物 鶏ささ身、にんじん、たまねぎ、じゃがいも、砂糖、しょうゆ、米みそ 片栗粉	7分粥 すまし汁(キャベツ) キャベツ、昆布だし汁、しょうゆ、食塩 鶏肉と野菜の煮物 鶏ささ身、にんじん、たまねぎ じゃがいも、砂糖、しょうゆ、米みそ 片栗粉
25日(木)	午後 せんべい クラッカー 牛乳	午後食 全粥 味噌汁(キャベツ) キャベツ、昆布だし汁、米みそ じゃが芋のミルク煮 じゃがいも、たまねぎ、にんじん、育児用ミルク	7分粥 味噌汁(キャベツ) キャベツ、昆布だし汁、米みそ じゃが芋のミルク煮 じゃがいも、たまねぎ、にんじん 育児用ミルク	
	11日(木)	午前 クラッカー 牛乳 軟飯 みそ汁(玉ねぎ・わかめ) たまねぎ、チンゲンサイ、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)、しょうゆ、砂糖、みりん、しょうが、片栗粉 凍り豆腐の煮物(しめじ) 凍り豆腐、にんじん、しめじ、油揚げ、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(玉ねぎ・わかめ) たまねぎ、チンゲンサイ、カットわかめ、昆布だし汁、米みそ	7分粥 みそ汁(玉ねぎ・わかめ) たまねぎ、チンゲンサイ、カットわかめ 昆布だし汁、米みそ
26日(金)	午後 麺ラスク 焼ふ、バター、砂糖 牛乳	午後食 凍り豆腐粥 米、凍り豆腐 麺のみそ汁 焼ふ、昆布だし汁、米みそ 豚肉と野菜の煮物 豚ひき肉、だいこん、にんじん、砂糖、しょうゆ、昆布だし汁、片栗粉	凍り豆腐粥 米、凍り豆腐 麺のみそ汁 焼ふ、昆布だし汁、米みそ 豚肉と野菜の煮物 豚ひき肉、だいこん、にんじん、砂糖、しょうゆ、昆布だし汁、片栗粉	
	12日(金)	午前 ヨーグルト お茶・麦茶 軟飯 豆腐すまし汁(しめじ) 木綿豆腐、しめじ、ねぎ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 さわらのみそ焼き さわら、しょうが、米みそ、酒、みりん、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 豆腐すまし汁 木綿豆腐、昆布だし汁、しょうゆ、食塩 たらと野菜の煮物 たら、ひじき、だいこん、にんじん、米みそ、砂糖、片栗粉	7分粥 豆腐すまし汁 木綿豆腐、昆布だし汁、しょうゆ たらと野菜の煮物 たら、ひじき、だいこん、にんじん 米みそ、砂糖、片栗粉
27日(土)	午後 青菜のカップケーキ ほうれんそう、ホットケーキ粉、無塩バター、砂糖、牛乳 牛乳	午後食 雑炊 ほうれんそう、にんじん、米、昆布だし汁 木の葉かぼちゃ 鶏ひき肉、かぼちゃ、にんじん、たまねぎ、食塩、油	雑炊 ほうれんそう、にんじん、米 昆布だし汁 木の葉かぼちゃ 鶏ひき肉、かぼちゃ、にんじん たまねぎ、食塩、油	
	13日(土)	午前 せんべい お茶・麦茶 わかめうどん 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 フルーツカクテル(もも) バナナ、もも缶(白桃)、パイン缶	午前食 わかめ煮込みうどん 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	わかめ煮込みうどん 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
24日(水)	午後 お茶・麦茶 クラッカー 牛乳	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	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	
	誕生会	午前 お茶・麦茶 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 みそ汁(チンゲン菜・あげ) チンゲンサイ、たまねぎ、油揚げ、かつお・昆布だし汁、米みそ ハンバーグ(レバー入り・煮込み) 豚ひき肉、豚レバー、たまねぎ、食塩、片栗粉、ダストマト缶詰 ケチャップ、ウスターソース、砂糖 切干大根のサラダ(しらす干し) 切り干しだいこん、きゅうり、にんじん、しらす干し、酢、ごま油、砂糖 しょうゆ 春色ゼリー いちご、砂糖、粉かんでん、生クリーム、砂糖 牛乳	午前食 にんじん粥 米、にんじん 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 野菜のそぼろ煮 豚ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、ダストマト缶詰 ケチャップ、食塩、砂糖、片栗粉	7分粥 にんじん粥 米、にんじん 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 野菜のそぼろ煮 豚ひき肉、じゃがいも、たまねぎ にんじん、ダストマト缶詰 ケチャップ、食塩、砂糖、片栗粉
30日(火)	午後 ヨーグルト お茶・麦茶 たけのこ混ぜ御飯 米、油揚げ、たけのこ(ゆで)、にんじん、かつお・昆布だし汁 しょうゆ、みりん 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 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 小松菜のごま和え(コーン) こまつな、にんじん、コーン缶、しょうゆ、砂糖、ごま	午後食 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 たらと野菜の煮物 たら、こまつな、にんじん、米みそ、砂糖、片栗粉	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 たらと野菜の煮物 たら、こまつな、にんじん、米みそ 砂糖、片栗粉	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
	子どもの日の集い	午後 桜色蒸しパン 米粉、ベーキングパウダー、砂糖、いちごジャム、豆乳、油 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 スープ たまねぎ、こまつな、昆布だし汁、食塩 すりおろし凍り豆腐と野菜の味噌煮 凍り豆腐、たまねぎ、にんじん、砂糖、米みそ、昆布だし汁、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 スープ たまねぎ、こまつな 昆布だし汁、食塩 すりおろし凍り豆腐と野菜の味噌煮 凍り豆腐、たまねぎ、にんじん 砂糖、米みそ、昆布だし汁、片栗粉