

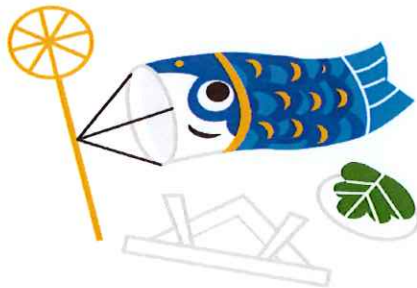
日付	献立名	材料名	午前おやつ
			午後おやつ
1 (木)	御飯 中華スープ(えのき) マーボー豆腐 きゅうりのピクルス	ヨーグルト/麦茶(浸出液)/米/たまねぎ、えのきたけ、カットわかめ 中華だしの素、食塩/木綿豆腐、豚ひき肉、ねぎ、しょうが、ごま油 しょうゆ、米みそ、砂糖、酒、水、片栗粉/きゅうり、米酢、しょうゆ、砂糖 ごま油、食塩/りんご天然果汁、砂糖、粉かんでん/牛乳	ヨーグルト お茶 りんごゼリー 牛乳
2 (金)	御飯 みそ汁(さつま芋・ねぎ) かじきの竜田揚げ ひじきのマリネ	チーズ/麦茶(浸出液)/米/さつまいも、ねぎ、かつお・昆布だし汁 米みそ/かじき、しょうが、しょうゆ、酒、片栗粉、油/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、ツナ水煮缶、塩こんぶ /牛乳	チーズ お茶 ツナ塩昆布おにぎり 牛乳
7 (水)	ハヤシライス フレンチサラダ オレンジ	チーズ/麦茶(浸出液)/米、豚肉(もも)、たまねぎ、じゃがいも、にんじん しめじ、油、ハヤシルウ、ケチャップ/キャベツ、きゅうり、にんじん ツナ油漬缶、油、酢、食塩、白こしょう/オレンジ/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
8 (木)	御飯 みそ汁(だいこん・あげ) ひき肉焼き 小松菜のおかかあえ(もやし)	ヨーグルト/麦茶(浸出液)/米/だいこん、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、ねぎ、酒、食塩、片栗粉、油 かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、砂糖、片栗粉/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/米粉、ベーキングパウダー 無塩バター、砂糖、牛乳/牛乳	ヨーグルト お茶 カップケーキ 牛乳
9 (金)	御飯 すまし汁(じゃが芋・えのき) さけの香りみそ焼き アスパラのごまあえ	ブルー/牛乳/米/じゃがいも、えのきたけ、カットわかめ 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 ごま油/グリーンアスパラガス、にんじん、キャベツ、しょうゆ、砂糖 すりごま/米、炊き込みわかめ/牛乳	ブルー 牛乳 わかめおにぎり 牛乳
10 (土)	ツナトマトスパゲティ バナナ	せんべい/麦茶(浸出液)/スパゲティ、たまねぎ、こまつな、油 ツナ油漬缶、ダイストマト缶詰、ケチャップ、食塩/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
12 (月)	御飯 みそ汁(あさり) 豚肉の香味焼き 三色なます	ヨーグルト/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/豚肉(ロース)、にんにく、しょうゆ、酒、片栗粉 /だいこん、きゅうり、にんじん、酢、砂糖、食塩、昆布だし汁 /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(もやし・えのき) 厚揚げと豚肉の煮物 キャベツの昆布あえ	チーズ/麦茶(浸出液)/米/もやし、えのきたけ、カットわかめ かつお・昆布だし汁、米みそ/厚揚げ、豚肉(ばら)、たまねぎ、にんじん 油、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、酒、砂糖、いんげん/キャベツ 塩こんぶ、ごま油/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
14 (水)	御飯 豆腐すまし汁(わかめ) 豚肉とたまねぎのソテー きんぴらごぼう	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)、酒、食塩、片栗粉、たまねぎ、ケチャップ 中濃ソース/ごぼう、にんじん、ごま油、しょうゆ、砂糖、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	ブルー 牛乳 米粉小豆蒸しパン 牛乳
15 (木)	御飯 中華スープ(えのき) マーボー豆腐 きゅうりのピクルス	ヨーグルト/麦茶(浸出液)/米/たまねぎ、えのきたけ、カットわかめ 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/きゅうり、米酢、しょうゆ、砂糖 ごま油、食塩/りんご天然果汁、砂糖、粉かんでん/牛乳	ヨーグルト お茶 りんごゼリー 牛乳
16 (金)	御飯 みそ汁(さつま芋・ねぎ) かじきの竜田揚げ ひじきのマリネ	チーズ/麦茶(浸出液)/米/さつまいも、ねぎ、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/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、ツナ水煮缶、塩こんぶ /牛乳	チーズ お茶 ツナ塩昆布おにぎり 牛乳
17 (土)	きつねうどん 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、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/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
19 (月)	御飯 みそ汁(キャベツ・えのき) 鶏肉の照り焼き 切干大根のサラダ	ヨーグルト/麦茶(浸出液)/米/キャベツ、えのきたけ、カットわかめ かつお・昆布だし汁、米みそ/鶏もも肉(皮付き)、片栗粉、しょうゆ 砂糖、みりん、しょうが/切り干しだいこん、きゅうり、にんじん、酢、しょうゆ 砂糖、ごま油、食塩/米粉、ココア(ビュアココア)、ベーキングパウダー、砂糖 豆乳、油/牛乳	ヨーグルト お茶 米粉のココアケーキ 牛乳
20 (火)	御飯 みそ汁(かぼちゃ・ねぎ) 豚肉のしょうが焼き 小松菜とコーンの和え物	ブルー/牛乳/米/かぼちゃ、ねぎ、かつお・昆布だし汁 米みそ/豚肉(ロース)、しょうが、しょうゆ、酒/こまつな、にんじん コーン缶、しょうゆ、砂糖/焼ふ、バター、砂糖/牛乳	ブルー 牛乳 麩ラスク 牛乳
21 (水)	ハヤシライス フレンチサラダ オレンジ	チーズ/麦茶(浸出液)/米、豚肉(もも)、たまねぎ、じゃがいも、にんじん しめじ、油、ハヤシルウ、ケチャップ/キャベツ、きゅうり、にんじん ツナ油漬缶、油、酢、食塩、白こしょう/オレンジ/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
22 (木)	御飯 みそ汁(だいこん・あげ) ひき肉焼き 小松菜のおかかあえ(もやし)	ヨーグルト/麦茶(浸出液)/米/だいこん、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、ねぎ、酒、食塩、片栗粉、油 かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、砂糖、片栗粉/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/米粉、ベーキングパウダー 無塩バター、砂糖、牛乳/牛乳	ヨーグルト お茶 カップケーキ 牛乳

日付	献立名	材料名	午前おやつ
			午後おやつ
23 (金)	御飯 すまし汁(じゃが芋・えのき) さけの香りみそ焼き アスパラのごまあえ	ブルーシロ/牛乳/米/じゃがいも、えのきたけ、カットわかめ 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 ごま油/グリーンアスパラガス、にんじん、キャベツ、しょうゆ、砂糖 すりごま/米、炊き込みわかめ/牛乳	ブルーシロ 牛乳 わかめおにぎり 牛乳
24 (土)	ツナトマトスパゲティ バナナ	せんべい/麦茶(浸出液)/スパゲティ、たまねぎ、こまつな、油 ツナ油漬缶、ダイストマト缶詰、ケチャップ、食塩/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
26 (月)	御飯 みそ汁(あさり) 豚肉の香味焼き 三色なます	ヨーグルト/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/豚肉(ロース)、にんにく、しょうゆ、酒、片栗粉 /だいこん、きゅうり、にんじん、酢、砂糖、食塩、昆布だし汁 /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(もやし・えのき) 厚揚げと豚肉の煮物 キャベツの昆布あえ	チーズ/麦茶(浸出液)/米/もやし、えのきたけ、カットわかめ かつお・昆布だし汁、米みそ/厚揚げ、豚肉(ばら)、たまねぎ、にんじん 油、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、酒、砂糖、いんげん/キャベツ 塩こんぶ、ごま油/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
28 (水) 誕生会	そらまめ御飯 みそ汁(玉ねぎ・油あげ) 鶏のから揚げ たけのこのおかか煮	ヨーグルト/麦茶(浸出液)/米、そらまめ、こんぶだし、酒、食塩 /たまねぎ、カットわかめ、油揚げ、かつお・昆布だし汁、米みそ /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/たけのこ(ゆで)、にんじん、水、しょうゆ、みりん、砂糖、かつお節 いんげん/パイン缶、もも缶(白桃)、みかん缶/牛乳	ヨーグルト お茶 フルーツポンチ 牛乳
29 (木)	御飯 豆腐すまし汁(わかめ) 豚肉とたまねぎのソテー きんぴらごぼう	ブルーシロ/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)、酒、食塩、片栗粉、たまねぎ、ケチャップ 中濃ソース/ごぼう、にんじん、ごま油、しょうゆ、砂糖、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	ブルーシロ 牛乳 米粉小豆蒸しパン 牛乳
30 (金)	御飯 みそ汁(切干しだいこん・玉ねぎ) かつおの竜田揚げ(あんかけ) キャベツの磯あえ	チーズ/麦茶(浸出液)/米/切干しだいこん、たまねぎ、カットわかめ かつお・昆布だし汁、米みそ/かつお、しょうが、しょうゆ、酒、片栗粉 油、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、片栗粉/キャベツ、にんじん しょうゆ、ごま、あおのり/米、鶏ひき肉、しょうゆ、酒、油/牛乳	チーズ お茶 鶏そぼろおにぎり 牛乳
31 (土)	きつねうどん 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、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/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

※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	411Kcal	18.0g
	(463Kcal)	(19.7g)
3歳以上児	539Kcal	22.4g
	(573Kcal)	(24.3g)

()は、目標量です。



～行事食～

★誕生会(28日)

昼食

- ・そら豆ごはん
- ・みそ汁
- ・鶏のから揚げ
- ・たけのこのおかか煮

午後おやつ

- ・フルーツポンチ
- ・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(水)	<p>午前 ヨーグルト お茶・麦茶 軟飯 中華スープ(えのき) たまねぎ、えのきたけ、カットわかめ、中華だし、食塩</p> <p>昼食 マーボー豆腐 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、片栗粉</p> <p>15日(木) 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</p> <p>午後 りんご切り りんご天然果汁、砂糖、粉かんてん 牛乳</p>	<p>午前食 全粥 スープ たまねぎ、にんじん、カットわかめ、昆布だし汁、食塩</p> <p>午前食 炒り豆腐 木綿豆腐、豚ひき肉、しょうゆ、米みそ、砂糖、片栗粉</p> <p>午後食 全粥 味噌汁 カットわかめ、たまねぎ、昆布だし汁、米みそ かぼちゃの煮物 かぼちゃ、砂糖、しょうゆ</p>	<p>7分粥 スープ たまねぎ、にんじん、カットわかめ、昆布だし汁 食塩</p> <p>炒り豆腐 木綿豆腐、豚ひき肉、しょうゆ、米みそ、砂糖 片栗粉</p> <p>7分粥 味噌汁 カットわかめ、たまねぎ、昆布だし汁、米みそ かぼちゃの煮物 かぼちゃ、砂糖、しょうゆ</p>	<p>つぶし粥 豆腐と野菜のつぶし煮 たまねぎ、にんじん 木綿豆腐 昆布だし汁</p>
2日(金)	<p>午前 チーズ 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 かじきの竜田揚げ かじき、しょうが、しょうゆ、酒、片栗粉、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</p> <p>16日(金) ツナ塩昆布おにぎり 米、ツナ水煮缶、塩こんぶ 牛乳</p> <p>午後</p>	<p>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 たらと野菜の煮物 たら、だいこん、にんじん、しょうゆ、砂糖、片栗粉</p> <p>午後食 じんじん粥 米、にんじん スープ(だいこん) だいこん、にんじん、昆布だし汁、食塩 さつま芋のミルク煮 豚ひき肉、たまねぎ、さつまいも、育児用ミルク、片栗粉</p>	<p>7分粥 みそ汁(さつま芋) さつまいも、昆布だし汁、米みそ たらと野菜の煮物 たら、だいこん、にんじん、しょうゆ、砂糖、片栗粉</p> <p>じんじん粥 米、にんじん スープ(だいこん) だいこん、にんじん、昆布だし汁、食塩 さつま芋のミルク煮 豚ひき肉、たまねぎ、さつまいも、育児用ミルク 片栗粉</p>	<p>つぶし粥 野菜のつぶし煮 さつまいも、だいこん にんじん、昆布だし汁</p>
7日(水)	<p>午前 チーズ お茶・麦茶 ハヤシライス 米、豚肉(もも)、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、しめじ、油 ハヤシルー、ケチャップ フレンチサラダ キャベツ、きゅうり、にんじん、ツナ油漬缶、油、酢、食塩、白こしょう</p> <p>21日(水) みかん みかん缶</p> <p>午後 せんべい クラッカー 牛乳</p>	<p>午前食 全粥</p> <p>午前食 ポトフ 豚ひき肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、キャベツ ケチャップ</p> <p>午後食 みかん みかん缶</p> <p>午後食 全粥 味噌汁(キャベツ) キャベツ、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、砂糖、しょうゆ 昆布だし汁、片栗粉</p>	<p>7分粥</p> <p>ポトフ 豚ひき肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん キャベツ、ケチャップ</p> <p>みかん みかん缶</p> <p>全粥 味噌汁(キャベツ) キャベツ、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、砂糖、しょうゆ 昆布だし汁、片栗粉</p>	<p>つぶし粥 野菜のつぶし煮 たまねぎ、じゃがいも にんじん、キャベツ 昆布だし汁</p>
8日(木)	<p>午前 ヨーグルト お茶・麦茶 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 ひき肉焼き 豚ひき肉、豚レバー、たまねぎ、ねぎ、酒、食塩、片栗粉、油 かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、砂糖、片栗粉 小松菜のおかあえ(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</p> <p>22日(木) カップケーキ 米粉、ベーキングパウダー、無塩バター、砂糖、牛乳 牛乳</p> <p>午後</p>	<p>午前食 全粥 みそ汁(だいこん) だいこん、昆布だし汁、米みそ ひき肉と野菜の煮物 豚ひき肉、たまねぎ、こまつな、もやし、にんじん 昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、片栗粉</p> <p>午後食 ツナ粥 米、ツナ水煮缶 スープ(だいこん) だいこん、にんじん、昆布だし汁、食塩 さつま芋の煮物 さつまいも、砂糖、しょうゆ</p>	<p>7分粥 みそ汁(だいこん) だいこん、昆布だし汁、米みそ ひき肉と野菜の煮物 豚ひき肉、たまねぎ、こまつな、もやし、にんじん 昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、片栗粉</p> <p>ツナ粥 米、ツナ水煮缶 スープ(だいこん) だいこん、にんじん、昆布だし汁、食塩 さつま芋の煮物 さつまいも、砂糖、しょうゆ</p>	<p>つぶし粥 野菜のつぶし煮 だいこん、たまねぎ こまつな、にんじん 昆布だし汁</p>
9日(金)	<p>午前 ブルーチーズ 牛乳 軟飯 すまし汁(じゃが芋・えのき) じゃがいも、えのきたけ、カットわかめ、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、ごま油 アスパラのごまあえ グリーンアスパラガス、にんじん、キャベツ、しょうゆ、砂糖、すりごま</p> <p>23日(金) わかめおにぎり 米、焼き込みわかめ 牛乳</p> <p>午後</p>	<p>午前食 全粥 すまし汁(じゃが芋) じゃがいも、カットわかめ、昆布だし汁、しょうゆ、食塩</p> <p>午後食 さけと野菜の煮物 さけ、キャベツ、にんじん、米みそ、砂糖、片栗粉</p> <p>午後食 濃厚豆腐粥 米、濃厚豆腐 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</p>	<p>7分粥 すまし汁(じゃが芋) じゃがいも、カットわかめ、昆布だし汁、しょうゆ 食塩 さけと野菜の煮物 さけ、キャベツ、にんじん、米みそ、砂糖、片栗粉</p> <p>濃厚豆腐粥 米、濃厚豆腐 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</p>	<p>つぶし粥 野菜のつぶし煮 じゃがいも、キャベツ にんじん 昆布だし汁</p>
10日(土)	<p>午前 せんべい お茶・麦茶 ツナトマトスープパスタ スパゲティ、たまねぎ、こまつな、油、ツナ油漬缶 ダイストマト缶詰、ケチャップ、食塩</p> <p>24日(土) みかん みかん缶</p> <p>午後 せんべい クラッカー お茶・麦茶</p>	<p>午前食 全粥 すまし汁(じゃが芋) じゃがいも、カットわかめ、昆布だし汁、しょうゆ、食塩</p> <p>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</p>	<p>ツナトマトスープパスタ スパゲティ、たまねぎ、こまつな、ツナ水煮缶 ダイストマト缶詰、ケチャップ、食塩</p> <p>みかん みかん缶</p> <p>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</p>	<p>つぶし粥 野菜のつぶし煮 かぼちゃ、たまねぎ こまつな、昆布だし汁</p>
12日(月)	<p>午前 ヨーグルト 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 豚肉の香味焼き 豚肉(ロース)、にんにく、しょうゆ、酒、片栗粉 三色なます だいこん、きゅうり、にんじん、酢、砂糖、食塩、昆布だし汁 マカロニきな粉 マカロニ、きな粉、砂糖、食塩</p> <p>26日(月) マカロニきな粉 マカロニ、きな粉、砂糖、食塩</p> <p>午後 牛乳</p>	<p>午前食 全粥 みそ汁 キャベツ、昆布だし汁、米みそ 豚ひき肉と野菜の煮物 豚ひき肉、だいこん、にんじん、しょうゆ、砂糖、片栗粉</p> <p>午後食 じんじん粥 米、にんじん スープ(だいこん) だいこん、にんじん、昆布だし汁、食塩 ツナと野菜の煮物 ツナ水煮缶、キャベツ、砂糖、しょうゆ、片栗粉</p>	<p>7分粥 みそ汁 キャベツ、昆布だし汁、米みそ 豚ひき肉と野菜の煮物 豚ひき肉、だいこん、にんじん しょうゆ、砂糖、片栗粉</p> <p>じんじん粥 米、にんじん スープ(だいこん) だいこん、にんじん、昆布だし汁、食塩 ツナと野菜の煮物 ツナ水煮缶、キャベツ、砂糖、しょうゆ、片栗粉</p>	<p>つぶし粥 野菜のつぶし煮 キャベツ、だいこん にんじん 昆布だし汁</p>
13日(火)	<p>午前 チーズ お茶・麦茶 軟飯 みそ汁(もやし・えのき) もやし、えのきたけ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、米みそ 厚揚げと豚肉の煮物 厚揚げ、豚肉(ばら)、たまねぎ、にんじん、油 かつお・昆布だし汁、しょうゆ、酒、砂糖、いんげん キャベツの昆布あえ キャベツ、塩こんぶ、ごま油</p> <p>27日(火) せんべい クラッカー 牛乳</p> <p>午後</p>	<p>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</p> <p>午後食 豆腐と豚ひき肉の煮物 木綿豆腐、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、キャベツ 昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、片栗粉</p> <p>午後食 スープ(豆腐) 木綿豆腐、昆布だし汁、食塩 かぼちゃの煮物 かぼちゃ、砂糖、しょうゆ</p>	<p>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 豆腐と豚ひき肉の煮物 木綿豆腐、豚ひき肉、たまねぎ にんじん、キャベツ、昆布だし汁 しょうゆ、砂糖、片栗粉</p> <p>スープ(豆腐) 木綿豆腐、昆布だし汁、食塩 かぼちゃの煮物 かぼちゃ、砂糖、しょうゆ</p>	<p>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 キャベツ、昆布だし汁</p>

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)
14日 (水)	午前 ブルー 牛乳 飯飯 豆腐すまし汁(わかめ) 水綿豆腐、カントわかめ、ねぎ、かつお・昆布だし汁 しょうゆ、食塩 豚肉とたまねぎのソテー 豚肉(ロース)、酒、食塩、片栗粉、たまねぎ、ケチャップ 中濃ソース 29日 (木) 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 豆腐すまし汁(わかめ) 水綿豆腐、カントわかめ、昆布だし汁、しょうゆ、食塩 豚ひき肉と野菜の煮物 豚ひき肉、にんじん、たまねぎ、食塩、ケチャップ、片栗粉	7分粥 豆腐すまし汁(わかめ) 水綿豆腐、カントわかめ 昆布だし汁、しょうゆ、食塩 豚ひき肉と野菜の煮物 豚ひき肉、にんじん、たまねぎ 食塩、ケチャップ、片栗粉	つぶし粥 豆腐と野菜のつぶし煮 水綿豆腐、たまねぎ、にんじん 昆布だし汁
	午後 米粉小豆蒸しパン 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	午後食 ツナ粥 米、ツナ水煮缶 味噌汁 カントわかめ、たまねぎ、昆布だし汁、米みそ 鮎と野菜の煮物 鮎、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ、砂糖 片栗粉	ツナ粥 米、ツナ水煮缶 味噌汁 カントわかめ、たまねぎ 昆布だし汁、米みそ 鮎と野菜の煮物 鮎、たまねぎ、にんじん 昆布だし汁、しょうゆ、砂糖 片栗粉	
17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 31日 (土) フルーツカクテル(もも) みかん缶、もも缶(白飯)、パイナップル	午前食 煮込みうどん ゆでうどん、たまねぎ、にんじん、こまつな、昆布だし汁 しょうゆ、食塩 フルーツ みかん缶	煮込みうどん ゆでうどん、たまねぎ、にんじん こまつな、昆布だし汁 しょうゆ、食塩 フルーツ みかん缶	煮込みうどん ゆでうどん、たまねぎ にんじん こまつな、昆布だし汁
	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 さつま芋の煮物 さつまいも、砂糖、しょうゆ	雑炊 米、ほうれんそう、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	
19日 (月)	午前 ヨーグルト お茶・麦茶 飯飯 みそ汁(キャベツ・えのき) キャベツ、えのきだけ、カントわかめ、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)、片栗粉、しょうゆ、砂糖、みりん しょうが 切干大根のサラダ 切り干しだいこん、きゅうり、にんじん、酢、しょうゆ、砂糖 ごま油、食塩	午前食 全粥 みそ汁(キャベツ) キャベツ、カントわかめ、昆布だし汁、米みそ 鶏ひき肉と野菜の煮物 鶏ひき肉、だいこん、にんじん、しょうゆ、砂糖、片栗粉	7分粥 みそ汁(キャベツ) キャベツ、カントわかめ 昆布だし汁、米みそ 鶏ひき肉と野菜の煮物 鶏ひき肉、だいこん、にんじん しょうゆ、砂糖、片栗粉	つぶし粥 野菜のつぶし煮 キャベツ、だいこん、にんじん 昆布だし汁
	午後 米粉のココアケーキ 米粉、ココア(ビュココア)、ベーキングパウダー、砂糖 豆乳、油 牛乳	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 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 スープ(だいこん) だいこん、にんじん、昆布だし汁 食塩 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	
20日 (火)	午前 ブルー 牛乳 飯飯 みそ汁(かぼちゃ・ねぎ) かぼちゃ、ねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ 豚肉のしょうが焼き 豚肉(ロース)、しょうが、しょうゆ、酒 小松菜とコーンの和え物 こまつな、にんじん、コーン缶、しょうゆ、砂糖	午前食 全粥 みそ汁(かぼちゃ) かぼちゃ、昆布だし汁、米みそ 豚肉と野菜の煮物 豚ひき肉、こまつな、にんじん、しょうゆ、砂糖、片栗粉	7分粥 みそ汁(かぼちゃ) かぼちゃ、昆布だし汁、米みそ 豚肉と野菜の煮物 豚ひき肉、こまつな、にんじん しょうゆ、砂糖、片栗粉	つぶし粥 野菜のつぶし煮 かぼちゃ、こまつな、にんじん 昆布だし汁
	午後 雑ラスタ 鮎、バター、砂糖 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 ツナとじゃがの煮物 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 味噌汁(こまつな) こまつな、昆布だし汁、米みそ ツナとじゃがの煮物 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	
28日 (水)	午前 ヨーグルト お茶・麦茶 そらまめ餅飯 米、そらまめ、こんぶだし、酒、食塩 みそ汁(玉ねぎ・油あげ) たまねぎ、カントわかめ、油揚げ、かつお・昆布だし汁 米みそ 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 たけのこのおかか煮 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	午前食 にんじん粥 米、にんじん、こんぶだし みそ汁(玉ねぎ) たまねぎ、カントわかめ、昆布だし汁、米みそ 鶏ひき肉と野菜の煮物 鶏ひき肉、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、砂糖、片栗粉	にんじん粥 米、にんじん、こんぶだし みそ汁(玉ねぎ) たまねぎ、カントわかめ、昆布だし汁 米みそ 鶏ひき肉と野菜の煮物 鶏ひき肉、にんじん、たまねぎ しょうゆ、砂糖、片栗粉	にんじんつぶし粥 米、にんじん、こんぶだし 野菜のつぶし煮 たまねぎ、にんじん さつまいも 昆布だし汁
	午後 フルーツポンチ パイナップル、もも缶(白飯)、みかん缶 牛乳	午後食 凍り豆腐粥 米、凍り豆腐 さつま芋の煮物 さつまいも、砂糖、しょうゆ フルーツ みかん缶	凍り豆腐粥 米、凍り豆腐 さつま芋の煮物 さつまいも、砂糖、しょうゆ フルーツ みかん缶	
30日 (金)	午前 チーズ お茶・麦茶 飯飯 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、カントわかめ、かつお・昆布だし汁、米みそ かつおの竜田揚げ(あんかけ) かつお、しょうが、しょうゆ、酒、片栗粉、油 かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、片栗粉 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	午前食 全粥 みそ汁(だいこん・玉ねぎ) だいこん、たまねぎ、カントわかめ、昆布だし汁、米みそ たらと野菜の煮物 たら、キャベツ、にんじん、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、カントわかめ 昆布だし汁、米みそ たらと野菜の煮物 たら、キャベツ、にんじん、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、キャベツ にんじん、昆布だし汁
	午後 鶏そぼろおにぎり 米、鶏ひき肉、しょうゆ、酒、油 牛乳	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 鶏ひき肉とキャベツの煮物 鶏ひき肉、キャベツ、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 スープ(だいこん) だいこん、にんじん、昆布だし汁 食塩 鶏ひき肉とキャベツの煮物 鶏ひき肉、キャベツ、たまねぎ にんじん、昆布だし汁、しょうゆ 砂糖、片栗粉	