

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(土)	午前 せんべい お茶・麦茶 ツナトマトスパゲティ			
	昼食 スパゲティ、たまねぎ、こまつな、油、ツナ油漬缶 ホールトマト缶詰、ケチャップ、食塩 フルーツカクテル みかん缶、バナナ、りんご	午前食 やわらかスパゲティ スパゲティ、たまねぎ、こまつな、ツナ水煮缶 ホールトマト缶詰、ケチャップ、食塩 みかん缶	やわらかスパゲティ スパゲティ、たまねぎ、こまつな、ツナ水煮缶 ホールトマト缶詰、ケチャップ、食塩 みかん缶	つぶし粥 野菜のつぶし菜 たまねぎ、にんじん
3日(月)	午前 ヨーグルト お茶・麦茶			
	昼食 軟飯 みそ汁 はくさい、ねぎ、油揚げ、かつお・昆布だし汁 米みそ 鶏肉のごまみそ焼き 鶏もも、米みそ、しょうゆ、みりん、砂糖、ごま	午前食 全粥 みそ汁 はくさい、米みそ、昆布だし汁 鶏肉の野菜菜 鶏ささ身、にんじん、たまねぎ、昆布だし汁 しょうゆ、砂糖	全粥 野菜のミルク菜 にんじん、たまねぎ、育児用ミルク、食塩、水 7分粥 みそ汁 はくさい、昆布だし汁、米みそ 鶏肉の野菜菜 鶏ささ身、にんじん、たまねぎ、昆布だし汁、しょうゆ 砂糖	つぶし粥 豆腐のつぶし菜 木綿豆腐、じゃがいも、にんじん 昆布だし汁
4日(火)	午前 クラッカー 牛乳			
	昼食 軟飯 みそ汁 だいごん、なめこ、ねぎ、かつお・昆布だし汁 米みそ かじきの香り焼き かじき、しょうゆ、にんにく、しょうゆ、みりん、食塩 片栗粉、油 肉じゃが 豚肉(肩ロース)、じゃがいも、にんじん、たまねぎ いんげん、しょうゆ、砂糖、みりん、酒 かつお・昆布だし汁	午前食 全粥 みそ汁 だいごん、昆布だし汁、米みそ たらの野菜菜 たら、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、しょうゆ 砂糖、昆布だし汁	7分粥 みそ汁 はくさい、昆布だし汁、米みそ 鶏肉の野菜菜 鶏ささ身、にんじん、たまねぎ、昆布だし汁、しょうゆ 砂糖	つぶし粥 野菜のつぶし菜 キャベツ、にんじん、たまねぎ 昆布だし汁
6日(水)	午前 ブルーベリー 牛乳			
	昼食 軟飯 みそ汁 キャベツ、えのきだけ、カットわかめ 米みそ、かつお・昆布だし汁 スタミナ鶏肉 豚肉(肩ロース)、にら、にんじん、たまねぎ、ごま しょうゆ、みりん 和風マカロニサラダ マカロニ、きゅうり、にんじん、ツナ油漬缶 かつお節、しょうゆ、酢、油	午前食 全粥 みそ汁 キャベツ、さつまいも、米みそ、昆布だし汁 ささみの煮物 鶏ささ身、にんじん、こまつな、しょうゆ、砂糖、片栗粉	7分粥 みそ汁 キャベツ、さつまいも、米みそ、昆布だし汁 ささみの煮物 鶏ささ身、にんじん、こまつな、しょうゆ、砂糖、片栗粉	つぶし粥 豆腐の煮物 木綿豆腐、にんじん、こまつな さつまいも
6日(木)	午前 せんべい 牛乳			
	昼食 はるさめスープ はるさめ、たまねぎ、カットわかめ、チンゲンサイ 中筋だしの素、しょうゆ、食塩 チャーハン 生揚げ、豚ひき肉、たまねぎ、しめじ にんにく、しょうゆ、酒、砂糖、食塩、中筋だしの素 ごま油、片栗粉 ナムル もやし、にんじん、きゅうり、塩こんぶ、しょうゆ、酢 ごま油、砂糖	午前食 全粥 スープ チンゲンサイ、もやし、昆布だし汁、しょうゆ、食塩 豆腐と豚肉の煮物 木綿豆腐、豚ひき肉、にんじん、たまねぎ しょうゆ、砂糖、片栗粉	7分粥 スープ チンゲンサイ、もやし、昆布だし汁、しょうゆ、食塩 豆腐と豚肉の煮物 木綿豆腐、豚ひき肉、にんじん、たまねぎ しょうゆ、砂糖、片栗粉	つぶし粥 豆腐と野菜のつぶし菜 木綿豆腐、たまねぎ、にんじん 昆布だし汁
7日(金)	午前 せんべい お茶・麦茶			
	昼食 軟飯 みそ汁 だいごん、なす、油揚げ、米みそ かつお・昆布だし汁 豚のしょうが焼き 豚肉(肩ロース)、しょうゆ、酒、しょうが、片栗粉 たまねぎ 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 だいごん、かぼちゃ、米みそ、昆布だし汁 鶏と野菜の煮物 鶏もも肉、たまねぎ、なす、しょうゆ、砂糖、片栗粉	7分粥 みそ汁 だいごん、かぼちゃ、米みそ、昆布だし汁 鶏と野菜の煮物 鶏もも肉、たまねぎ、なす、しょうゆ、砂糖、片栗粉	つぶし粥 豆腐と野菜のつぶし菜 木綿豆腐、だいごん、かぼちゃ たまねぎ、昆布だし汁
8日(土)	午前 せんべい お茶・麦茶			
	昼食 軟飯 みそ汁 はるさめ、きゅうり、にんじん、コーン缶、しょうゆ 酢、ごま油、砂糖、食塩 オレンジ	午前食 全粥 みそ汁 たまねぎ、焼肉、米みそ、昆布だし汁 豆腐の煮物 木綿豆腐、かぼちゃ、だいごん、昆布だし汁 しょうゆ、片栗粉	7分粥 みそ汁 たまねぎ、焼肉、米みそ、昆布だし汁 豆腐の煮物 木綿豆腐、かぼちゃ、だいごん、昆布だし汁 しょうゆ、片栗粉	つぶし粥 野菜菜 たまねぎ、にんじん、昆布だし汁
10日(月)	午前 ヨーグルト お茶・麦茶			
	昼食 チキンカレーライス 米、鶏もも肉(皮付き)、じゃがいも、たまねぎ にんじん、油、カレー粉 はるさめサラダ はるさめ、きゅうり、にんじん、コーン缶、しょうゆ 酢、ごま油、砂糖、食塩 オレンジ	午前食 全粥 みそ汁 にんじん、キャベツ、米みそ、昆布だし汁 鶏じゃが 鶏もも肉、じゃがいも、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 みそ汁 にんじん、キャベツ、米みそ、昆布だし汁 鶏じゃが 鶏もも肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん 昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、片栗粉	つぶし粥 野菜のつぶし菜 にんじん、キャベツ、じゃがいも 昆布だし汁
24日(月)	午前 ヨーグルト お茶・麦茶			
	午後 マカロニきな粉 マカロニ、きな粉、砂糖 牛乳	午後食 全粥 すまし汁 たまねぎ、焼肉、じゃがいも、昆布だし汁、しょうゆ 食塩 ツナミルク菜 ツナ水煮缶、キャベツ、にんじん、昆布だし汁 育児用ミルク、食塩	7分粥 すまし汁 たまねぎ、焼肉、じゃがいも、昆布だし汁 しょうゆ、食塩 ツナミルク菜 ツナ水煮缶、キャベツ、にんじん、昆布だし汁 育児用ミルク、食塩	

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)
11日(火)	午前 クラッカー 牛乳 軟飯 みそ汁 木綿豆腐、こまつな、まいたけ かつお・昆布だし汁、米みそ さわらの照り焼き さわら、しょうゆ、酒、みりん、砂糖、しょうが	午前食 全粥 みそ汁 木綿豆腐、こまつな、昆布だし汁、米みそ たらの煮物 たら、にんじん、たまねぎ、昆布だし汁、しょうゆ 砂糖、片栗粉	7分粥 みそ汁 木綿豆腐、こまつな、昆布だし汁、米みそ たらの煮物 たら、にんじん、たまねぎ、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 にんじん、たまねぎ、じゃがいも だし汁
	午後 ホットケーキ 牛乳			
25日(火)	午前 ブルーベリー 牛乳 軟飯 みそ汁 かぼちゃ、たまねぎ、しめじ、米みそ かつお・昆布だし汁 鶏のいそべ焼き 鶏もも肉(皮付き)、しょうゆ、酒、片栗粉 あおのり、ガーリックパウダー、油 厚揚げのとろみ炒め 生揚げ、にんじん、だいこん、干しいたけ 万能ねぎ、しょうが、かつお・昆布だし汁 片栗粉、しょうゆ、砂糖	午前食 全粥 みそ汁 かぼちゃ、たまねぎ、米みそ、昆布だし汁 ささみの煮物 鶏ささ身、にんじん、だいこん、昆布だし汁 しょうゆ、食塩、片栗粉	7分粥 みそ汁 かぼちゃ、たまねぎ、米みそ、昆布だし汁 ささみの煮物 鶏ささ身、にんじん、だいこん、昆布だし汁 しょうゆ、食塩、片栗粉	つぶし粥 野菜のつぶし煮 かぼちゃ、たまねぎ、だいこん 昆布だし汁
	午後 せんべい クラッカー 牛乳			
12日(水)	午前 ブルーベリー 牛乳 軟飯 みそ汁 かぼちゃ、たまねぎ、しめじ、米みそ かつお・昆布だし汁 鶏のいそべ焼き 鶏もも肉(皮付き)、しょうゆ、酒、片栗粉 あおのり、ガーリックパウダー、油 厚揚げのとろみ炒め 生揚げ、にんじん、だいこん、干しいたけ 万能ねぎ、しょうが、かつお・昆布だし汁 片栗粉、しょうゆ、砂糖	午前食 全粥 みそ汁 かぼちゃ、たまねぎ、米みそ、昆布だし汁 ささみの煮物 鶏ささ身、にんじん、だいこん、昆布だし汁 しょうゆ、食塩、片栗粉	7分粥 みそ汁 かぼちゃ、たまねぎ、米みそ、昆布だし汁 ささみの煮物 鶏ささ身、にんじん、だいこん、昆布だし汁 しょうゆ、食塩、片栗粉	つぶし粥 野菜のつぶし煮 かぼちゃ、たまねぎ、だいこん 昆布だし汁
	午後 せんべい クラッカー 牛乳			
26日(水)	午前 せんべい クラッカー 牛乳 軟飯 みそ汁 あさり水煮缶、はくさい、米みそ、かつお・昆布だし汁 松風焼き 豚ひき肉、木綿豆腐、にんじん、たまねぎ、片栗粉 しょうゆ、食塩、ごま、あおのり アスパラサラダ キャベツ、グリーンアスパラガス、にんじん ツナ水煮缶、酢、油、食塩	午前食 全粥 みそ汁 はくさい、にんじん、昆布だし汁、米みそ 豆腐と豚の煮物 豚ひき肉、木綿豆腐、キャベツ、たまねぎ しょうゆ、食塩、昆布だし汁、片栗粉	7分粥 みそ汁 はくさい、にんじん、昆布だし汁、米みそ 豆腐と豚の煮物 豚ひき肉、木綿豆腐、キャベツ、たまねぎ しょうゆ、食塩、昆布だし汁、片栗粉	つぶし粥 豆腐のつぶし煮 木綿豆腐、キャベツ、にんじん たまねぎ、昆布だし汁
	午後 いちごジャムサンド 牛乳			
13日(木)	午前 せんべい 牛乳 軟飯 みそ汁 あさり水煮缶、はくさい、米みそ、かつお・昆布だし汁 松風焼き 豚ひき肉、木綿豆腐、にんじん、たまねぎ、片栗粉 しょうゆ、食塩、ごま、あおのり アスパラサラダ キャベツ、グリーンアスパラガス、にんじん ツナ水煮缶、酢、油、食塩	午前食 全粥 みそ汁 はくさい、にんじん、昆布だし汁、米みそ 豆腐と豚の煮物 豚ひき肉、木綿豆腐、キャベツ、たまねぎ しょうゆ、食塩、昆布だし汁、片栗粉	7分粥 みそ汁 はくさい、にんじん、昆布だし汁、米みそ 豆腐と豚の煮物 豚ひき肉、木綿豆腐、キャベツ、たまねぎ しょうゆ、食塩、昆布だし汁、片栗粉	つぶし粥 豆腐のつぶし煮 木綿豆腐、キャベツ、にんじん たまねぎ、昆布だし汁
	午後 いちごジャムサンド 牛乳			
14日(金)	午前 チーズ お茶・麦茶 軟飯 すまし汁 焼ふ、こまつな、カットわかめ、かつお・昆布だし汁 しょうゆ、食塩 ポークミンチ焼き 豚肉(肩ロース)、にんじん、たまねぎ、米みそ しょうゆ、砂糖、みりん 納豆あえ キャベツ、もやし、にんじん、挽きわり納豆 しらす干し、しょうゆ、かつお節	午前食 全粥 すまし汁 だいこん、こまつな、カットわかめ、昆布だし汁 しょうゆ、食塩 納豆あえ キャベツ、もやし、にんじん、挽きわり納豆 昆布だし汁、しょうゆ	7分粥 すまし汁 だいこん、こまつな、カットわかめ、昆布だし汁 しょうゆ、食塩 納豆あえ キャベツ、もやし、にんじん、挽きわり納豆 昆布だし汁、しょうゆ	つぶし粥 野菜のつぶし煮 だいこん、こまつな、にんじん 昆布だし汁
	午後 焼きうどん ゆでうどん、ツナ油漬缶、キャベツ、にんじん しょうゆ、中濃ソース、みりん、食塩、油、かつお節 牛乳			
27日(木)	午前 せんべい 牛乳 ミートソースグテー スパゲティ、牛ひき肉、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 きのこスープ えのきたけ、しめじ、たまねぎ、にんじん 洋風だしの煮、食塩 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 煮込みうどん ゆでうどん、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁 しょうゆ つみれと野菜煮 キャベツ、にんじん、豚ひき肉、片栗粉 しょうゆ、砂糖、片栗粉、昆布だし汁	7分粥 煮込みうどん ゆでうどん、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁 しょうゆ 肉団子と野菜煮 キャベツ、にんじん、豚ひき肉、片栗粉 しょうゆ、砂糖、片栗粉、昆布だし汁	つぶし粥 ゆでうどん、にんじん、たまねぎ 昆布だし汁 野菜のつぶし煮 キャベツ、たまねぎ、木綿豆腐 昆布だし汁
	誕生会 午後 いちごのケーキ 小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、油 調製豆乳、生クリーム、砂糖、いちご、粉糖 牛乳			
28日(金)	午前 チーズ お茶・麦茶 にんじんごぼん 米、にんじん、しょうゆ、食塩 みそ汁 油揚げ、ねぎ、だいこん、カットわかめ、米みそ かつお・昆布だし汁 こいのぼりバーグ 豚ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、片栗粉、しょうゆ 酒、ガーリックパウダー、食塩、ケチャップ ブロッコリーサラダ ブロッコリー、にんじん、コーン缶、ツナ水煮缶 酢、砂糖、しょうゆ、油	午前食 全粥 みそ汁 木綿豆腐、だいこん、米みそ、昆布だし汁 豚と野菜の煮物 豚ひき肉、かぼちゃ、ブロッコリー、しょうゆ 砂糖、昆布だし汁、片栗粉	7分粥 みそ汁 木綿豆腐、だいこん、米みそ、昆布だし汁 豚と野菜の煮物 豚ひき肉、かぼちゃ、ブロッコリー、しょうゆ 砂糖、昆布だし汁、片栗粉	つぶし粥 豆腐と野菜のつぶし粥 木綿豆腐、かぼちゃ、だいこん 昆布だし汁
	こどもの日の集い 午後 春色ゼリー いちご、砂糖、粉寒天、水、生クリーム、砂糖 牛乳			