

日		離乳食12~18(完了食)		離乳食9~11(後期食)	
1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			全粥 ポトフ 豚肉(もも)、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、食塩
	昼食	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 いよかん	午前食		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、食塩 いよかん
	午後	せんべい クラッカー 牛乳	午後食		全粥 スープ にんじん、じゃがいも、かつおだし汁、食塩 野菜のそぼろ煮 たまねぎ、豚ひき肉、キャベツ、砂糖、米みそ、かつおだし汁、片栗粉
2日 (木)	午前	せんべい 牛乳 軟飯 みそ汁(もやし・青菜) もやし、チンゲンサイ、えのきたけ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、米みそ			全粥 みそ汁(もやし・青菜) もやし、チンゲンサイ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、米みそ
	昼食	かじきの竜田揚げ かじき、しょうが、しょうゆ、酒、片栗粉、油 ひじきとさつま芋の炒り煮 ひじき、さつま芋、にんじん、油揚げ、油、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、砂糖	午前食		たらとひじきの煮物 たら、ひじき、さつま芋、にんじん、しょうゆ、砂糖、片栗粉
16日 (木)	午後	豚ラスク 焼ふ、バター、砂糖 牛乳	午後食		にんじん粥 米、にんじん みそ汁 キャベツ、かつおだし汁、米みそ 鮭の煮物 焼ふ、たまねぎ、にんじん、砂糖、しょうゆ
3日 (金)	午前	チーズ お茶・麦茶 あさり汁 あさり水煮缶、焼ふ、ねぎ8.0g、昆布だし汁、酒、食塩、しょうゆ			すまし汁 じゃがいも、焼ふ、昆布だし汁、食塩、しょうゆ
	昼食	ちらし寿司 米、酢、砂糖、食塩、さけ(塩)、コーン缶、きゅうり、にんじん、ごま、焼きたけ 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 なばなのごま和え(人参) なばな、にんじん、しょうゆ、すりごま、砂糖	午前食		雑炊 米、砂糖、食塩、さけ(塩)、コーン缶、きゅうり、にんじん 鶏肉の煮物 鶏もも肉(皮付き)、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、砂糖、片栗粉
ひな祭り	午後	華天入りフルーツポンチ 粉かんでん、砂糖、りんご、もも缶(白桃)、みかん缶、いちご 牛乳	午後食		全粥 鶏肉と野菜のみそ煮 鶏ささ身、にんじん、じゃがいも、たまねぎ、かつおだし汁、砂糖、米みそ フルーツ りんご、みかん缶、いちご
4日 (土)	午前	せんべい お茶・麦茶 スープスパゲティ スパゲティ、あさり水煮缶、たまねぎ、赤ピーマン、しめじ、こまつな、にんにく、オリーブ油 陣風だしの煮、食塩、こしょう			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、こまつな、かつおだし汁、食塩、こしょう
	昼食	オレンジ せんべい	午前食		オレンジ
18日 (土)	午後	クラッカー	午後食		雑炊 米、ほうれんそう、にんじん、かつおだし汁 かぼちゃの煮物 かぼちゃ、砂糖、しょうゆ
6日 (月)	午前	お茶・麦茶 ヨーグルト お茶・麦茶			お茶・麦茶
	昼食	軟飯 五目みそ汁(さつま芋・だいこん) さつま芋、だいこん、はくさい、にんじん、油揚げ、かつお・昆布だし汁、米みそ つみれ(焼き) 豚ひき肉、たまねぎ、ねぎ、酒、食塩、片栗粉、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、砂糖、片栗粉 ほうれん草とコーンのソテー(キャベツ) ほうれんそう、キャベツ、コーン缶、しめじ、油、食塩、しょうゆ	午前食		全粥 みそ汁(さつま芋・だいこん) さつま芋、だいこん、はくさい、にんじん、かつお・昆布だし汁、米みそ つみれと野菜の煮物 豚ひき肉、たまねぎ、食塩、片栗粉、キャベツ、ほうれんそう、コーン缶、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、片栗粉
20日 (月)	午後	トマトのイタリアンソテー マカロニ、トマト、たまねぎ、油、ケチャップ、食塩、粉チーズ、パセリ粉 牛乳	午後食		全粥 マカロニスープ マカロニ、トマト、たまねぎ、ケチャップ、食塩 野菜のチーズ焼き さつま芋、キャベツ、たまねぎ、食塩、とろけるチーズ
7日 (火)	午前	クラッカー 牛乳 軟飯 はるさめスープ(はくさい) はるさめ、はくさい、ねぎ、中華だしの煮、しょうゆ			全粥 はくさいスープ にんじん、はくさい、カットわかめ、かつおだし汁、しょうゆ
	昼食	厚揚げの炒め物 生揚げ、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、たけのこ(ゆで)、にら、しめじ、ごま油、しょうゆ 中華だしの煮、片栗粉 もやしとわかめのナムル もやし、にんじん、カットわかめ、ごま油、しょうゆ、ごま	午前食		炒り豆腐 木綿豆腐、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、もやし、砂糖、しょうゆ、かつおだし、片栗粉
	午後	きつねうどん ゆでうどん、油揚げ、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 牛乳	午後食		茶込みうどん ゆでうどん、たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 さつま芋の茶巾 さつま芋
8日 (水)	午前	ブルー 牛乳			にんじん粥 米、にんじん、しょうゆ、食塩
	昼食	にんじんごはん 米、にんじん、しょうゆ、食塩 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 豚肉とたまねぎのソテー 豚肉(肩ロース)、酒、食塩、片栗粉、たまねぎ、油、ケチャップ、中濃ソース 切干大根のごま和え 切干しだいこん、にんじん、しょうゆ、砂糖、食塩、ごま	午前食		豆腐みそ汁(チンゲン菜) 木綿豆腐、チンゲンサイ、たまねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ 鶏肉と野菜の煮物 鶏ささ身、だいこん、にんじん、たまねぎ、砂糖、ケチャップ、しょうゆ
29日 (水)	午後	せんべい クラッカー 牛乳	午後食		全粥 みそ汁 ほうれんそう、かつおだし汁、米みそ 野菜のそぼろ煮 豚ひき肉、にんじん、たまねぎ、かつおだし汁、砂糖、しょうゆ、片栗粉
9日 (木)	午前	せんべい 牛乳			全粥 すまし汁 鶏もも肉、木綿豆腐、だいこん、にんじん、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩
	昼食	さわらのごま焼き さわら、しょうゆ、みりん、ごま けんちん汁(鶏肉) 鶏もも肉、木綿豆腐、だいこん、にんじん、ごぼう、ねぎ、ごま油、かつお・昆布だし汁、しょうゆ 食塩 キャベツと油揚げの炒め煮(人参) キャベツ、にんじん、油揚げ、油、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん	午前食		キャベツとたら煮物 キャベツ、にんじん、たら、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、砂糖
30日 (木)	午後	小豆粥しぼ(米粉) 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		全粥(ツナ) 米、ツナ水煮缶 スープ キャベツ、にんじん、かつおだし汁、食塩 鮭と野菜の味噌煮 焼ふ、たまねぎ、にんじん、米みそ、砂糖、かつおだし汁
10日 (金)	午前	チーズ お茶・麦茶			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
	昼食	ミートスパゲティ スパゲティ、牛ひき肉、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 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、油、トマト、ケチャップ、ウスターソース、砂糖 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	午前食		ハンバーグ(煮込み) 豚ひき肉、たまねぎ、食塩、片栗粉、油、トマト、ケチャップ、砂糖 スティックきゅうり きゅうり
三橋マリン	午後	わかめおにぎり 米、炊き込みわかめ 牛乳	午後食		しらす粥 米、しらす干し スープ トマト、たまねぎ、かつおだし汁、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

日	離乳食12~18(完了食)		離乳食9~11(後期食)	
11日(土)	午前	せんべい お茶・麦茶 みそ煮込みうどん 干しうどん、しめじ、油揚げ、たまねぎ、にんじんはくさい、ねぎ、かつお・昆布だし汁 みみそ、みりん		
	昼食	フルーツカクテル(もも) みかん缶、もも缶(白桃)、パイナップル	午前食	みそ煮込みうどん 干しうどん、たまねぎ、にんじん、はくさい、かつお・昆布だし汁、みみそ、みりん みかん みかん缶
25日(土)	午後	せんべい クラッカー	午後食	雑炊 米、ほうれんそう、にんじん、かつおだし汁 じゃがいも、砂糖、しょうゆ
	午前	お茶・麦茶 ヨーグルト お茶・麦茶		お茶・麦茶
13日(月)	午前	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、みみそ 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 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	午前食	全粥 みそ汁 たまねぎ、キャベツ、かつおだし汁、みみそ 鶏ひき肉と野菜の煮物 鶏ひき肉、たまねぎ、こまつな、もやし、にんじん、コーン缶、砂糖、しょうゆ、片栗粉
	午後	もちもちスイーツデザート さつまいも、砂糖、豆乳、米粉 牛乳	午後食	全粥 みそ汁(玉ねぎ) たまねぎ、にんじん、かつお・昆布だし汁、みみそ さつまいもの煮物 さつまいも、砂糖、しょうゆ
14日(火)	午前	クラッカー 牛乳		
	昼食	軟飯 中華スープ(チンゲン菜・えのき) チンゲンサイ、えのきたけ、カットわかめ、中華だし、食塩 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、みみそ、砂糖、酒、片栗粉 はるさめサラダ 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	午前食	全粥 スープ(チンゲン菜) チンゲンサイ、カットわかめ、かつおだし汁、食塩 炒り豆腐 木綿豆腐、豚ひき肉、きゅうり、にんじん、コーン缶、しょうゆ、みみそ、砂糖、片栗粉
28日(火)	午後	りんごゼリー りんご、砂糖、粉かんでん、りんご濃縮果汁 牛乳	午後食	全粥(占け) 米、おけ水煮缶 野菜のほろろ煮 たまねぎ、豚ひき肉、キャベツ、砂糖、みみそ、かつおだし汁、片栗粉 りんごのコンポート りんご、砂糖
	午前	ブルーベリー 牛乳		
15日(水)	午前	ブルーベリー 牛乳		
	昼食	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、みみそ 豚肉のしょうが焼き 豚肉(肩ロース)、しょうゆ、しょうが、酒、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(玉ねぎ) たまねぎ、にんじん、かつお・昆布だし汁、みみそ 鶏肉と野菜の煮物 鶏ささ身、にんじん、たまねぎ、砂糖、しょうゆ
	午後	せんべい クラッカー 牛乳	午後食	全粥 スープ チンゲンサイ、かつおだし汁、食塩 鶏ひき肉とじゃが芋の炒り煮 鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、砂糖
	午前	チーズ お茶・麦茶		
17日(金)	午前	チーズ お茶・麦茶		
	昼食	軟飯 すまし汁(じゃが芋・えのき) じゃがいも、えのきたけ、ねぎ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 松風焼き・豆腐いり 鶏ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、片栗粉、みみそ、酒、みりん、ごま、あおのり 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 すまし汁(じゃが芋) じゃがいも、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 つくねと野菜の煮物 鶏ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、片栗粉、チンゲンサイ、にんじん、みみそ、砂糖
31日(金)	午後	人參カッパケーキ にんじん、ホットケーキ粉、無塩バター、砂糖、牛乳 牛乳	午後食	しらす粥 米、しらす干し スープ キャベツ、かつおだし汁、食塩 木の葉ポテト 鶏ひき肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、食塩、油
	午前	ブルーベリー 牛乳		
22日(水)	午前	ブルーベリー 牛乳		
	昼食	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 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 フルーツポンチ パイナップル、もも缶(白桃)、みかん缶	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 フレンチサラダ キャベツ、きゅうり、にんじん、ツナ水煮缶、食塩 みかん みかん缶
	午後	クッキー 小麦粉、コーンスターチ、ココア(ビュココア)、砂糖、食塩、油、粉糖 牛乳	午後食	全粥(みそ味) 米、さけ、ほうれんそう、かつおだし汁、みみそ みそ汁 キャベツ、かつおだし汁、みみそ 豆腐のくず煮 木綿豆腐、チンゲンサイ、たまねぎ、砂糖、しょうゆ、片栗粉
	午前	せんべい 牛乳		
23日(木)	午前	せんべい 牛乳		
	昼食	あさりごはん(ひじき) 米、あさり水煮缶、ひじき、にんじん、しょうゆ、みりん、食塩 鮎のすまし汁(えのき) 鮎、えのきたけ、ねぎ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 ささみフリット 鶏ささ身、砂糖、食塩、こしょう、米粉、ベーキングパウダー、ガーリックパウダー パセリ粉、食塩、豆乳、油 小松菜のごま和え(ローン) こまつな、にんじん、コーン缶、しょうゆ、ごま	午前食	雑炊 米、ツナ水煮缶、ひじき、にんじん、しょうゆ、食塩 鮎のすまし汁 鮎、にんじん、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 ささみと野菜の煮物 鶏ささ身、こまつな、にんじん、コーン缶、砂糖、しょうゆ
誕生会	午後	豆腐ガトーショコラ 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(ビュココア)、粉糖 牛乳	午後食	全粥 みそ汁 ほうれんそう、かつおだし汁、みみそ ツナと野菜のくず煮 ツナ水煮缶、にんじん、だいこん、かつおだし汁、しょうゆ、片栗粉
	午前	チーズ お茶・麦茶		
24日(金)	午前	チーズ お茶・麦茶		
	昼食	軟飯 みそ汁(キャベツ・豚肉) 豚肉(肩ロース)、キャベツ、にんじん、ねぎ、かつお・昆布だし汁、みみそ さけの塩焼き さけ、食塩 切干大根と凍り豆腐の煮物 切干しだいこん、干ししいたけ、凍り豆腐、油揚げ、にんじん、しょうゆ、砂糖	午前食	全粥 すまし汁(じゃが芋) じゃがいも、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 つくねと野菜の煮物 鶏ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、片栗粉、チンゲンサイ、にんじん、みみそ、砂糖
	午後	ごまドーナツ ホットケーキ粉、木綿豆腐、砂糖、ごま、油 牛乳	午後食	しらす粥 米、しらす干し スープ キャベツ、かつおだし汁、食塩 木の葉ポテト 鶏ひき肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、食塩、油