

1 (木) 15 (木)	つぶし粥 米 豆腐と野菜のつぶし煮 木綿豆腐、にんじん、たまねぎ かつお・昆布だし汁	9 (金)	つぶし粥 米 豆腐と野菜のつぶし煮 かぼちゃ、たまねぎ、はくさい 木綿豆腐、かつお・昆布だし汁
2 (金) 16 (金)	つぶし粥 米 たらと野菜のつぶし煮 たら、こまつな、はくさい、にんじん かつお・昆布だし汁	10 (土) 24 (土)	煮込みつぶしうどん 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 みかん みかん
3 (土) 17 (土)	つぶし粥 米 野菜のつぶし煮 たまねぎ、にんじん、こまつな かつおだし汁、食塩 オレンジ オレンジ	12 (月) 26 (月)	つぶし粥 米 野菜のつぶし煮 だいこん、ほうれんそう にんじん、たまねぎ かつおだし汁
5 (月) 19 (月)	つぶし粥 米 野菜のつぶし煮 キャベツ、じゃがいも たまねぎ、にんじん かつおだし汁、育児用ミルク	13 (火) 27 (火)	つぶし粥 米 豆腐と野菜のつぶし煮 木綿豆腐、じゃがいも にんじん、かつおだし汁
6 (火) 20 (火)	しらす粥(つぶし) 米、しらす干し 豆腐と野菜のつぶし煮 木綿豆腐、だいこん にんじん、たまねぎ かつおだし汁	14 (水) 28 (水)	つぶし粥 米 野菜のつぶし煮 じゃがいも、たまねぎ にんじん、キャベツ かつおだし汁 りんご りんご
7 (水) 21 (水)	つぶし粥 米 野菜のつぶし煮 キャベツ、かぶ、にんじん かつお・昆布だし汁	22 (木)	つぶし粥 米 野菜のつぶし煮 たまねぎ、にんじん かぼちゃ、かつおだし汁
8 (木)	つぶし粥 米 野菜につぶし煮 じゃがいも、だいこん にんじん、かつお・昆布だし汁	23 (金)	雑炊(つぶし) 米、たまねぎ、にんじん かつおだし汁 野菜のつぶし煮 たまねぎ、にんじん ほうれんそう、だいこん かつおだし汁

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)
1日(木)	<p>午前</p> <p>せんべい 牛乳</p> <p>昼食</p> <p>軟飯 豆腐みそ汁(あげ) 木綿豆腐、油揚げ、ねぎ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、米みそ 鶏肉のマーマレード焼き 鶏もも肉、しょうゆ、砂糖、食塩、マーマレード、片栗粉 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</p> <p>午後</p> <p>さつま芋のガレット チーズ、さつまいも、ホットケーキ粉、無塩バター、牛乳 牛乳</p>	<p>午前食</p> <p>全粥 豆腐みそ汁 木綿豆腐、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、米みそ 鶏肉と人参の煮物 鶏もも肉、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、砂糖、片栗粉</p> <p>午後食</p> <p>にんじん粥 米、にんじん スープ かぶ、にんじん、かつおだし汁、食塩 さつま芋の茶巾 チーズ、さつまいも</p>	<p>7分粥</p> <p>豆腐みそ汁 木綿豆腐、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、米みそ 鶏肉と人参の煮物 鶏もも肉、にんじん、たまねぎ、しょうゆ 砂糖、片栗粉</p> <p>にんじん粥 米、にんじん スープ かぶ、にんじん、かつおだし汁、食塩 さつま芋の茶巾 チーズ、さつまいも</p>
2日(金)	<p>午前</p> <p>チーズ お茶・麦茶</p> <p>昼食</p> <p>軟飯 みそ汁(こまつな・えのき) こまつな、えのきたけ、ねぎ、油揚げ、かつお・昆布だし汁、米みそ 焼きさわらのもやしあんかけ さわら、食塩、もやし、にんじん、ねぎ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、酒 ごま油、片栗粉 白菜のごま酢あえ はくさい、にんじん、酢、砂糖、食塩、ごま</p> <p>午後</p> <p>黒糖蒸しパン(豆乳) 小麦粉、ベーキングパウダー、豆乳、油、黒砂糖、甘納豆 牛乳</p>	<p>午前食</p> <p>全粥 みそ汁(こまつな) こまつな、かつお・昆布だし汁、米みそ たらと野菜の煮物 たら、はくさい、もやし、にんじん、かつお・昆布だし汁、しょうゆ 砂糖、片栗粉</p> <p>午後食</p> <p>みそ汁 チンゲンサイ、もやし、かつおだし汁、米みそ 豆腐の煮物 木綿豆腐、にんじん、たまねぎ、かつおだし汁、砂糖、しょうゆ 片栗粉</p>	<p>7分粥</p> <p>みそ汁(こまつな) こまつな、かつお・昆布だし汁、米みそ たらと野菜の煮物 たら、はくさい、もやし、にんじん、かつお・昆布だし汁 しょうゆ、砂糖、片栗粉</p> <p>みそ汁 チンゲンサイ、もやし、かつおだし汁、米みそ 豆腐の煮物 木綿豆腐、にんじん、たまねぎ、かつおだし汁 砂糖、しょうゆ、片栗粉</p>
3日(土)	<p>午前</p> <p>せんべい お茶・麦茶</p> <p>昼食</p> <p>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、洋風だしの素、食塩、こしょう オレンジ</p> <p>午後</p> <p>せんべい クラッカー お茶・麦茶</p>	<p>午前食</p> <p>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</p> <p>午後食</p> <p>雑炊 米、ほうれんそう、にんじん、かつおだし汁 じゃが芋の煮物 じゃがいも、かつおだし汁、砂糖、しょうゆ お茶・麦茶</p>	<p>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</p> <p>雑炊 米、ほうれんそう、にんじん、かつおだし汁 じゃが芋の煮物 じゃがいも、かつおだし汁、砂糖、しょうゆ お茶・麦茶</p>
5日(月)	<p>午前</p> <p>ヨーグルト お茶・麦茶</p> <p>昼食</p> <p>軟飯 クラムチャウダー(豆乳) あさり水煮缶、酒、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油、水 クリームコーン缶、豆乳、食塩、片栗粉 サンドリーチキン 鶏もも肉、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 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>午後</p> <p>チヂミ にら、豚ひき肉、コーン缶、しらす干し、米粉、食塩、水、ごま油 しょうゆ、ごま油 牛乳</p>	<p>午前食</p> <p>全粥 シチュー ツナ水煮缶、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、クリームコーン缶 育児用ミルク、食塩、片栗粉 鶏肉と野菜のトマト煮 鶏もも肉、キャベツ、にんじん、きゅうり、ケチャップ、しょうゆ 砂糖、食塩、片栗粉</p> <p>午後食</p> <p>みそ汁 こまつな、かつおだし汁、米みそ 鮎と野菜の煮物 焼ふ、たまねぎ、にんじん、かつおだし汁、しょうゆ、砂糖 片栗粉</p>	<p>7分粥</p> <p>シチュー ツナ水煮缶、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、水 クリームコーン缶、育児用ミルク、食塩、片栗粉 鶏肉と野菜のトマト煮 鶏もも肉、キャベツ、にんじん、きゅうり、ケチャップ しょうゆ、砂糖、食塩、片栗粉</p> <p>みそ汁 こまつな、かつおだし汁、米みそ 鮎と野菜の煮物 焼ふ、たまねぎ、にんじん、かつおだし汁、しょうゆ 砂糖、片栗粉</p>
6日(火)	<p>午前</p> <p>クラッカー 牛乳</p> <p>昼食</p> <p>じゃこまぎ御飯 米、しらす干し、ねぎ、ごま油、しょうゆ、かつお節 みそ汁(切干しだいこん・さといも) 切り干しだいこん、さといも、油揚げ、かつお・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、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、いんげん チンゲン菜の昆布和え(もやし) チンゲンサイ、もやし、塩こんぶ、ごま油</p> <p>午後</p> <p>いちごジャムサンド 食パン、いちごジャム 牛乳</p>	<p>午前食</p> <p>しらす粥 米、しらす干し みそ汁(だいこん・さといも) だいこん、さといも、かつお・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、チンゲンサイ、にんじん たまねぎ、もやし、しょうゆ、砂糖、片栗粉</p> <p>午後食</p> <p>食パン 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 みかん缶</p>	<p>しらす粥 米、しらす干し みそ汁(だいこん・さといも) だいこん、さといも、かつお・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、チンゲンサイ にんじん、たまねぎ、もやし、しょうゆ、砂糖、片栗粉</p> <p>パン粥 食パン、育児用ミルク 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、水 みかん缶</p>
7日(水)	<p>午前</p> <p>ブルー 牛乳</p> <p>昼食</p> <p>御飯 みそ汁(キャベツ・あげ) キャベツ、にんじん、油揚げ、かつお・昆布だし汁、米みそ 豚肉の香味焼き 豚肉(肩ロース)、ねぎ、にんにく、油、しょうゆ、酒 かぶと人参の甘酢漬け かぶ、かぶ・葉、にんじん、砂糖、食塩、酢</p> <p>午後</p> <p>せんべい クラッカー 牛乳</p>	<p>午前食</p> <p>全粥 みそ汁(キャベツ) キャベツ、にんじん、かつお・昆布だし汁、米みそ 鶏肉とかぶの煮物 鶏ささ身、かぶ、にんじん、砂糖、しょうゆ</p> <p>午後食</p> <p>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 野菜のチーズ焼き じゃがいも、にんじん、たまねぎ、食塩、とろけるチーズ</p>	<p>7分粥</p> <p>みそ汁(さつま芋・だいこん) キャベツ、にんじん、かつお・昆布だし汁、米みそ 鶏肉とかぶの煮物 鶏ささ身、かぶ、にんじん、砂糖、しょうゆ</p> <p>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 野菜のチーズ焼き じゃがいも、にんじん、たまねぎ、食塩、とろけるチーズ</p>
3日(木)	<p>午前</p> <p>せんべい 牛乳</p> <p>昼食</p> <p>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 蒸しさけの照りつけ さけ、酒、みりん、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、片栗粉 根菜と豚肉のみそ煮 豚肉(ばら)、だいこん、にんじん、ごぼう、板こんにゃく、油 かつお・昆布だし汁、米みそ、しょうゆ、酒、砂糖、いんげん</p> <p>午後</p> <p>ホットケーキ ホットケーキ粉、牛乳 牛乳</p>	<p>午前食</p> <p>全粥(ツナ) 米、水、ツナ水煮缶 みそ汁 こまつな、米みそ、かつおだし汁 鶏ささ身のトマト煮 鶏ささ身、トマト、たまねぎ、油、かつお・昆布だし汁、食塩</p> <p>午後食</p> <p>全粥(ツナ) 米、水、ツナ水煮缶 みそ汁 こまつな、米みそ、かつおだし汁 鶏ささ身のトマト煮 鶏ささ身、トマト、たまねぎ、油、かつお・昆布だし汁 食塩</p>	<p>7分粥</p> <p>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 鮎と野菜の煮物 さけ、だいこん、にんじん、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、片栗粉</p> <p>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 鮎と野菜の煮物 さけ、だいこん、にんじん、かつお・昆布だし汁 しょうゆ、片栗粉</p> <p>7分粥(ツナ) 米、水、ツナ水煮缶 みそ汁 こまつな、米みそ、かつおだし汁 鶏ささ身のトマト煮 鶏ささ身、トマト、たまねぎ、油、かつお・昆布だし汁 食塩</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)
9日(金)	午前 チーズ お茶・麦茶 軟飯 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 豚肉のすき焼き風煮物 豚肉(胸ロース)、たまねぎ、はくさい、えのきたけ、ねぎ しょうゆ、みりん、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 マカロニきな粉 マカロニ、きな粉、砂糖、食塩 牛乳	午前食 全粥 みそ汁(かぼちゃ) かぼちゃ、かつお・昆布だし汁、米みそ すき焼き風煮物 鶏ささ身、たまねぎ、はくさい、きゅうり、木綿豆腐 しょうゆ、砂糖	7分粥 みそ汁(かぼちゃ) かぼちゃ、かつお・昆布だし汁、米みそ すき焼き風煮物 鶏ささ身、たまねぎ、はくさい、きゅうり、木綿豆腐 しょうゆ、砂糖
	午後 マカロニスープ マカロニ、たまねぎ、にんじん、かつおだし汁、食塩 野菜のミルク煮 キャベツ、たまねぎ、にんじん、育児用ミルク、水	午後食 マカロニスープ マカロニ、たまねぎ、にんじん、かつおだし汁、食塩 野菜のミルク煮 キャベツ、たまねぎ、にんじん、育児用ミルク、水	7分粥 マカロニスープ マカロニ、たまねぎ、にんじん、かつおだし汁、食塩 野菜のミルク煮 キャベツ、たまねぎ、にんじん、育児用ミルク、水
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 みかん	午前食 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 かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 みかん	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 かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩
	午後 クラッカー お茶・麦茶 ヨーグルト お茶・麦茶	午後食 米、ほうれんそう、にんじん、かつおだし汁 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、ほうれんそう、にんじん、かつおだし汁 さつま芋の煮物 さつまいも、砂糖、しょうゆ お茶・麦茶
12日(月)	午前 ヨーグルト お茶・麦茶		
	26日(月)	午後 お茶・麦茶 ヨーグルト お茶・麦茶	
13日(火)	午前 クラッカー 牛乳		
	27日(火)	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 鮭全粥 米、水、さけ水煮缶詰 スープ さつまいも、かつおだし汁、食塩 豆腐と根菜の煮物 だいこん、木綿豆腐、にんじん、かつおだし汁 砂糖、しょうゆ
14日(水)	午前 ブルー 牛乳		
	28日(水)	午後 せんべい クラッカー 牛乳	午後食 にんじん粥 にんじん、米 すまし汁 かぶ、かつおだし汁、しょうゆ 鮭と野菜のみそ煮 鮭ふ、たまねぎ、にんじん、米みそ、砂糖、かつおだし汁
22日(木)	午前 ブルー 牛乳		
	誕生会	午後 せんべい 生乳	午後食 にんじん粥 にんじん、米 すまし汁 かぶ、かつおだし汁、しょうゆ 鮭と野菜のみそ煮 鮭ふ、たまねぎ、にんじん、米みそ、砂糖、かつおだし汁
23日(金)	午前 チーズ お茶・麦茶		
	クリスマス会	午後 生乳	午後食 スープ かぶ、カットわかめ、かつおだし汁、食塩 みかん缶
23日(金)	午前 せんべい お茶・麦茶 ピザ 米、たまねぎ、にんじん、洋風だしの素、食塩、パセリ粉 きのこのスープ えのきたけ、しめじ、たまねぎ、にんじん、いんげん、水 洋風だしの素、食塩 鶏肉の照り焼き 鶏もも肉、しょうゆ、砂糖、みりん、しょうが、片栗粉 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 雑炊 米、たまねぎ、にんじん、かつおだし汁 スープ たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、水、かつおだし汁 食塩 鶏肉とひじきの煮物 鶏もも肉、ひじき、だいこん、きゅうり、にんじん、しょうゆ 砂糖、片栗粉	雑炊 米、たまねぎ、にんじん、かつおだし汁 スープ たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、水、かつおだし汁 食塩 鶏肉とひじきの煮物 鶏もも肉、ひじき、だいこん、きゅうり、にんじん、しょうゆ 砂糖、片栗粉
	誕生会	午後 米粉のココアケーキ 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、粉糖、生クリーム、砂糖、いちご、みかん缶、もも缶(白桃) 牛乳	午後食 味噌汁 じゃがいも、たまねぎ、米みそ、かつおだし汁 豆腐と野菜の味噌煮 木綿豆腐、たまねぎ、にんじん、砂糖、米みそ、かつおだし汁