

日	離乳食12~18	離乳食9~11	離乳食7~8
1日 木	午前 牛乳 せんべい		
	昼食 御飯 なすと豚肉のみそ炒め 油、なす、油、豚肉(もも)、にんじん、たまねぎ、片栗粉、淡色みそ、砂糖、しょうゆ 小松菜のナムル こまつな、キャベツ、しょうゆ、ごま油、ごま すまし汁(麩・ねぎ) 焼ふ、ねぎ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 バナナ	軟飯 豚肉のみそ煮 なす、豚肉(もも)、にんじん、たまねぎ、淡色みそ、砂糖、しょうゆ 小松菜の和え物 こまつな、キャベツ、しょうゆ すまし汁(麩・ねぎ) 焼ふ、ねぎ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩	おかゆ やさいの煮物 なす、にんじん、たまねぎ、しょうゆ 小松菜の和え物 こまつな、キャベツ、しょうゆ すまし汁(麩・ねぎ) 焼ふ、ねぎ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩
2日 金	午後 牛乳 シュガーパン ロールパン、グラニュー糖		
	午前 牛乳 ビスケット		
5日 月	午後 麦茶 ヨーグルト せんべい		
	昼食 御飯 炒り豆腐(鶏肉・卵) 木綿豆腐、鶏ひき肉、干しいたけ、にんじん、たまねぎ、油、しょうゆ、砂糖、みりん、卵、いんげん キャベツのツナマヨネーズあえ キャベツ、きゅうり、ツナ油漬缶、マヨネーズ みそ汁(だいこん・ごぼう) だいこん、にんじん、ごぼう、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし オレンジ	軟飯 卵とじ 木綿豆腐、鶏ひき肉、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、砂糖、卵 キャベツのツナあえ キャベツ、きゅうり、ツナ油漬缶 みそ汁(だいこん) だいこん、にんじん、米みそ(淡色辛みそ)	おかゆ 卵とじ 木綿豆腐、鶏ひき肉、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、砂糖、卵 キャベツのツナあえ キャベツ、きゅうり、ツナ油漬缶 みそ汁(だいこん) だいこん、にんじん、米みそ(淡色辛みそ)
6日 火	午前 牛乳 せんべい		
	午後 チーズ蒸しパン ホットケーキミックス、牛乳、砂糖、チーズ		
7日 水	午前 ヨーグルト せんべい		
	午後 牛乳 わかめおにぎり 米、炊き込みわかめ		
8日 木	午前 牛乳 せんべい		
	午後 牛乳 まんまるじゃが じゃがいも、卵、食塩、片栗粉、チーズ、油、片栗粉		
9日 金	午前 牛乳 せんべい		
	午後 牛乳 ビスケット		
12日 月	午前 牛乳 せんべい		
	午後 あじさいフルーツポンチ ゼラチン、ぶどう濃縮果汁、砂糖、バナナ、もも缶 せんべい		
13日 火	午前 ヨーグルト せんべい		
	午後 牛乳 鶏そぼろおにぎり 米、鶏ひき肉、しょうゆ、砂糖、みりん、酒、あおのり		

日		離乳食12~18	離乳食9~11	離乳食7~8
14日 水	午前	牛乳 ビスケット		
	昼食	御飯 かじきのケチャップ煮 かじき、食塩、片栗粉、油、ケチャップ、中濃ソース、砂糖 もやしの中華風サラダ もやし、きゅうり、にんじん、酢、砂糖、しょうゆ、ごま油、ごま かき玉汁(ねぎ) 卵、ねぎ、しょうゆ、食塩、片栗粉、ほんだし オレンジ	軟飯 かじきの煮つけ かじき、しょうゆ、砂糖 もやしの和え物 もやし、きゅうり、にんじん、しょうゆ かき玉汁(ねぎ) 卵、ねぎ、しょうゆ、食塩、片栗粉	おかゆ かじきの煮つけ かじき、しょうゆ、砂糖 もやしの和え物 もやし、きゅうり、にんじん、しょうゆ かき玉汁(ねぎ) 卵、ねぎ、しょうゆ、食塩、片栗粉
	午後	牛乳 ホットケーキ ホットケーキ粉、卵、牛乳		
15日 木	午前	牛乳 せんべい		
	昼食	御飯 鶏肉の照り焼き 鶏もも肉、しょうが、しょうゆ、みりん、酒 ひじきの煮付け ひじき、にんじん、油揚げ、油、ほんだし、砂糖、しょうゆ、みりん みそ汁(かぶ・たまねぎ) かぶ、かぶ・葉、たまねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし バナナ	軟飯 鶏肉のやわらか煮 鶏もも肉、しょうゆ ひじきの煮付け ひじき、にんじん、砂糖、しょうゆ みそ汁(かぶ・たまねぎ) かぶ、かぶ・葉、たまねぎ、米みそ(淡色辛みそ)	おかゆ 鶏肉のやわらか煮 鶏もも肉、しょうゆ ひじきの煮付け ひじき、にんじん、砂糖、しょうゆ みそ汁(かぶ・たまねぎ) かぶ、かぶ・葉、たまねぎ、米みそ(淡色辛みそ)
	午後	牛乳 あんパン		
16日 金	午前	牛乳 ビスケット		
	昼食	御飯 酢豚 豚肉(もも・脂身付)、酒、しょうゆ、片栗粉、油、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、ピーマン、ごま油、ケチャップ、酢、しょうゆ、砂糖、片栗粉 レタスのサラダ レタス、きゅうり、トマト、コーン缶、酢、しょうゆ、ごま油、砂糖、食塩 豆腐スープ(えのき) 木綿豆腐、えのきたけ、万能ねぎ、中華だしの素、食塩、しょうゆ オレンジ	軟飯 豚肉の野菜あんかけ 豚肉(もも・脂身付)、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、ピーマン、しょうゆ、砂糖、片栗粉 トマト 豆腐スープ 木綿豆腐、万能ねぎ、食塩、しょうゆ	おかゆ 豆腐の野菜あんかけ 木綿豆腐、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、ピーマン、しょうゆ、砂糖、片栗粉 トマト
	午後	牛乳 野菜かりんとう		
19日 月	午前	牛乳 せんべい		
	昼食	御飯 鶏の唐揚げ 鶏もも肉、しょうゆ、酒、しょうが、にんにく、片栗粉、油 トマトの甘酢サラダ トマト、きゅうり、酢、しょうゆ、砂糖、ごま油 みそ汁(ちんげん菜) 油揚げ、チンゲンサイ、にんじん、淡色みそ、ほんだし オレンジ	軟飯 鶏のやわらか煮 鶏もも肉、しょうゆ トマトの和え物 トマト、きゅうり みそ汁(ちんげん菜) チンゲンサイ、にんじん、淡色みそ	おかゆ 鶏のやわらか煮 鶏もも肉、しょうゆ トマトの和え物 トマト、きゅうり みそ汁(ちんげん菜) チンゲンサイ、にんじん、淡色みそ
	午後	牛乳 ラスク フランスパン、粉糖、卵		
20日 火	午前	ヨーグルト せんべい		
	昼食	きつねひやむぎ 干しひやむぎ、油揚げ、しょうゆ、砂糖、カットわかめ、にんじん、なると、ねぎ、ほんだし、しょうゆ、本みりん シュガーパン 食パン、マーガリン・ソフトタイプ、砂糖 ちくわ磯辺揚げ ちくわ、あおのり、小麦粉、油 バナナ	煮込みひやむぎ 干しひやむぎ、カットわかめ、ねぎ、しょうゆ にんじんのツナ煮 にんじん、ツナ水煮缶、しょうゆ	煮込みひやむぎ 干しひやむぎ、カットわかめ、ねぎ、しょうゆ にんじんのツナ煮 にんじん、ツナ水煮缶、しょうゆ
	午後	麦茶 牛乳ゼリー 牛乳、砂糖、ゼラチン、黒砂糖、きな粉		
21日 水	午前	牛乳 ビスケット		
	昼食	御飯 じゃが芋と鶏肉の煮物 鶏もも肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、砂糖、しょうゆ、みりん もやしのおひたし もやし、にんじん、食塩、しょうゆ みそ汁(こまつな・油揚げ) こまつな、油揚げ、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし オレンジ	軟飯 じゃが芋と鶏肉の煮物 鶏もも肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、砂糖、しょうゆ もやしのおひたし もやし、にんじん、しょうゆ みそ汁(こまつな) こまつな、米みそ(淡色辛みそ)	おかゆ じゃが芋と鶏肉の煮物 鶏もも肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、砂糖、しょうゆ もやしのおひたし もやし、にんじん、しょうゆ みそ汁(こまつな) こまつな、米みそ(淡色辛みそ)
	午後	牛乳 お好み焼き 小麦粉、卵、キャベツ、ねぎ、豚肉(もも・脂身付)、ながいも、あおのり、かつお節、油、おたふくお好みソース		
22日 木	午前	牛乳 せんべい		
	昼食	キッズピビンバ 米、豚ひき肉、鶏ひき肉、油、ねぎ、しょうが、にんにく、酒、砂糖、もやし、にんじん、食塩、ごま油、ほうれんそう、しょうゆ、ごま ナゲット チキンナゲット はるさめスープ はるさめ、チンゲンサイ、コーン缶、中華だしの素、食塩 バナナ	おじや 米、豚ひき肉、鶏ひき肉、ねぎ、もやし、にんじん、ほうれんそう、しょうゆ チンゲン菜のスープ チンゲンサイ、食塩	おじや 米、鶏ひき肉、ねぎ、もやし、にんじん、ほうれんそう、しょうゆ チンゲン菜のスープ チンゲンサイ、食塩
	午後	牛乳 きなこトースト 食パン、バター、砂糖、きな粉		
23日 金	午前	牛乳 ビスケット		
	昼食	御飯 さばのごまみそマヨ焼き さば、しょうゆ、酒、米みそ(淡色辛みそ)、すりごま、マヨネーズ、みりん、万能ね 青菜の磯辺和え こまつな、もやし、にんじん、焼きのり、しょうゆ みそ汁(キャベツ・えのき) キャベツ、えのきたけ、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし オレンジ	軟飯 さばの塩焼き さば、食塩 青菜の磯辺和え こまつな、もやし、にんじん、焼きのり、しょうゆ みそ汁(キャベツ) キャベツ、米みそ(淡色辛みそ)	ツナ粥 米、ツナ水煮缶 青菜の磯辺和え こまつな、もやし、にんじん、焼きのり、しょうゆ みそ汁(キャベツ) キャベツ、米みそ(淡色辛みそ)
	午後	牛乳 芋けんぴ		

日	離乳食12~18	離乳食9~11	離乳食7~8
26日 月	午前 牛乳 せんべい		
	昼食 御飯 メンチカツ メンチカツ コールスローサラダ キャベツ、にんじん、食塩、砂糖、酢、マヨネーズ 豆腐みそ汁(なす) なす、たまねぎ、木綿豆腐、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし オレンジ	軟飯 豆腐のやわらか煮 木綿豆腐、なす、たまねぎ、しょうゆ きゃべつの和え物 キャベツ、にんじん	おかゆ 豆腐のやわらか煮 木綿豆腐、なす、たまねぎ、しょうゆ きゃべつの和え物 キャベツ、にんじん
	午後 牛乳 蒸しパン ホットケーキミックス、豆乳、砂糖		
27日 火	午前 ヨーグルト せんべい		
	昼食 ロールパン ロールパン 五目焼きそば 豚肉(もも)、キャベツ、にんじん、もやし、ピーマン、油、おたふく焼きそばソース、食塩、白こしょう、あおのり、焼きそばめん きゅうりの昆布あえ きゅうり、塩こんぶ わかめスープ ねぎ、カットわかめ、食塩、中華だしの素 バナナ	ロールパン ロールパン 五目焼きそば 豚肉(もも)、キャベツ、にんじん、もやし、ピーマン、油、しょうゆ、焼きそばめん きゅうり わかめスープ ねぎ、カットわかめ、食塩	おかゆ 野菜のやわらか煮 キャベツ、にんじん、ピーマン、しょうゆ きゅうり わかめスープ ねぎ、カットわかめ、食塩
	午後 牛乳 焼きもちおにぎり 米、コーン缶、油、しょうゆ、食塩		
28日 水	午前 牛乳 ビスケット		
	昼食 御飯 厚揚げとじゃが芋のそぼろ煮 生揚げ、豚ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油、しょうゆ、砂糖、みりん、片栗粉 切干大根の酢の物 切り干しだいこん、きゅうり、にんじん、酢、砂糖、しょうゆ みそ汁(もやし、ねぎ) もやし、ねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし オレンジ	軟飯 じゃが芋のそぼろ煮 豚ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、砂糖、片栗粉 切干大根の和え物 切り干しだいこん、にんじん、しょうゆ みそ汁(もやし、ねぎ) もやし、ねぎ、米みそ(淡色辛みそ)	おかゆ じゃが芋のツナ煮 ツナ水煮缶、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、砂糖、片栗粉 切干大根の和え物 切り干しだいこん、にんじん、しょうゆ みそ汁(もやし、ねぎ) もやし、ねぎ、米みそ(淡色辛みそ)
	午後 牛乳 マカロニきな粉あえ マカロニ、きな粉、砂糖		
29日 木	午前 牛乳 せんべい		
	昼食 御飯 チキンカレー 鶏もも肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油、牛乳、カレールーウ パンサンスー はるさめ、トマト、きゅうり、ハム、酢、砂糖、しょうゆ、すりごま、ごま油 キウイフルーツゴールド	軟飯 野菜のシチュー 鶏もも肉(皮付き)、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、食塩、牛乳、小麦粉 トマトの和え物 トマト、きゅうり	おかゆ 野菜のシチュー 鶏もも肉(皮付き)、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、食塩、牛乳、小麦粉 トマトの和え物 トマト、きゅうり
	午後 ジョア あられせんべい		
30日 金	午前 牛乳 ビスケット		
	昼食 御飯 鮭のフリット さけ、食塩、こしょう、卵、小麦粉、油 じゃが芋きんぴら じゃがいも、ごぼう、にんじん、油、しょうゆ、砂糖、ごま キャベツのスープ キャベツ、たまねぎ、コンソメ、食塩 バナナ	軟飯 鮭の塩焼き さけ、食塩 じゃが芋の煮物 じゃがいも、にんじん、しょうゆ キャベツのスープ キャベツ、たまねぎ、食塩	おかゆ 鮭の塩焼き さけ、食塩 じゃが芋の煮物 じゃがいも、にんじん、しょうゆ キャベツのスープ キャベツ、たまねぎ、食塩
	午後 牛乳 コーンフレーク(ココア) コーンフレーク、ココア		

*材料入荷の都合により変更になる場合があります。

☆今月のひとこと☆

梅雨の季節となりました。食中毒が多くなる時期です。

食材は、中心まで必ず加熱しましょう。

引き続き、「うがい・手洗い」をしっかりと行いましょう。

