

日	離乳食12~18	離乳食9~11
1日 金	午前 牛乳 ビスケット	
	屋食 御飯 つくねの甘辛煮 鶏ひき肉、木綿豆腐、ねぎ、干しいたけ、食塩、片栗粉、かつおだし汁、しょうゆ、砂糖、みりん 小松菜ともやしの和え物 こまつな、もやし、にんじん、コーン缶、しょうゆ、砂糖、ごま油、食塩 みそ汁(だいこん・わかめ) だいこん、カットわかめ、水、ほんだし、米みそ(淡色辛みそ) バナナ	軟飯 つくねの甘辛煮 鶏ひき肉、木綿豆腐、ねぎ、干しいたけ、食塩、片栗粉、かつおだし汁、しょうゆ、砂糖 小松菜ともやしの和え物 こまつな、もやし、にんじん、しょうゆ、砂糖 みそ汁(だいこん・わかめ) だいこん、カットわかめ、水、米みそ(淡色辛みそ)
4日 月	午後 牛乳 スティックパン	
	午前 牛乳 せんべい	
5日 火	屋食 御飯 ポークチャップ 豚肉(ロース)、たまねぎ、しょうゆ、ケチャップ、油 三色サラダ ブロッコリー、にんじん、コーン缶、酢、油、砂糖、しょうゆ 野菜スープ キャベツ、にんじん、たまねぎ、水、コンソメ、食塩 オレンジ	軟飯 ポークチャップ 豚肉(ロース)、たまねぎ、しょうゆ、ケチャップ ブロッコリーの和え物 ブロッコリー、にんじん、しょうゆ 野菜スープ キャベツ、にんじん、たまねぎ、水、食塩
	午後 牛乳 ホットケーキ ホットケーキ粉、卵、牛乳	
6日 水	午前 ヨーグルト せんべい	
	屋食 御飯 さけの塩焼き さけ、食塩 キャベツのごま和え キャベツ、にんじん、すりごま、しょうゆ、砂糖 みそ汁(もやし・わかめ) もやし、にんじん、カットわかめ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし バナナ	軟飯 さけの塩焼き さけ、食塩 キャベツの和え物 キャベツ、にんじん、しょうゆ、砂糖 みそ汁(もやし・わかめ) もやし、にんじん、カットわかめ、水、米みそ(淡色辛みそ)
7日 木	午後 牛乳 コーンフレーク(ココア) コーンフレーク、ココア(ピュアココア)	
	午前 牛乳 ビスケット	
8日 金	屋食 食パン カレーうどん ゆでうどん、豚肉、なると、たまねぎ、にんじん、ねぎ、油、水、ほんだし、カレー粉、しょうゆ、みりん、中濃ソー 大根とツナの和え物 だいこん、きゅうり、コーン缶、ツナ油漬缶、マヨネーズ、食塩、こしょう みかん	うどんのやわらか煮 ゆでうどん、たまねぎ、にんじん、ねぎ、水、しょうゆ 大根とツナの和え物 だいこん、きゅうり、ツナ油漬缶、マヨネーズ、食塩
	午後 牛乳 おにぎり(塩こんぶ) 米、塩こんぶ、ごま、焼きのり	
9日 土	午前 牛乳 せんべい	
	屋食 御飯 マーボー豆腐 木綿豆腐、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、しょうが、砂糖、米みそ(赤色辛みそ)、しょうゆ、ごま油、片栗粉、中 パンサンデー 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 わかめスープ カットわかめ、キャベツ、にんじん、水、中華だしの素、食塩 オレンジ	軟飯 マーボー豆腐 木綿豆腐、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、砂糖、米みそ(赤色辛みそ)、しょうゆ、片栗粉 はるさめサラダ はるさめ、トマト、きゅうり、砂糖、しょうゆ わかめスープ カットわかめ、キャベツ、にんじん、水、食塩
10日 日	午後 牛乳 チーズパイ チーズ、ぎょうざの皮、油	
	午前 牛乳 ビスケット	
11日 月	屋食 御飯 ダンドリーチキン 鶏もも肉、食塩、しょうゆ、にんにく、カレー粉、ヨーグルト、ケチャップ キャベツのツナサラダ キャベツ、にんじん、ツナ油漬缶、油、酢、食塩、砂糖 ポテトスープ じゃがいも、たまねぎ、にんじん、水、コンソメ、食塩 バナナ	軟飯 鶏のやわらか煮 鶏もも肉、しょうゆ キャベツのツナサラダ キャベツ、にんじん、ツナ油漬缶、食塩、砂糖 ポテトスープ じゃがいも、たまねぎ、にんじん、水、食塩
	午後 牛乳 ポップコーン	
12日 火	午前 牛乳 せんべい	
	屋食 御飯 大根と豚肉の煮物 だいこん、にんじん、いんげん、豚肉、中華スープ、酒、しょうゆ、本みりん、油 ほうれん草の磯辺和え ほうれん草、もやし、にんじん、焼きのり、しょうゆ 豆腐みそ汁(わかめ) 木綿豆腐、カットわかめ、ねぎ、水、淡色みそ、ほんだし オレンジ	軟飯 大根と豚肉の煮物 だいこん、にんじん、いんげん、豚肉、しょうゆ ほうれん草の磯辺和え ほうれん草、もやし、にんじん、焼きのり、しょうゆ 豆腐みそ汁(わかめ) 木綿豆腐、カットわかめ、ねぎ、水、淡色みそ
13日 水	午後 牛乳 ハッシュドポテト ハッシュドポテト、油、ケチャップ	
	午前 ヨーグルト せんべい	
14日 木	屋食 ロールパン さつまいもシチュー 鶏もも肉、さつまいも、にんじん、たまねぎ、油、水、シチューミックスクリーム、牛乳 茹で野菜サラダ キャベツ、コーン缶、にんじん、食塩、油、酢、しょうゆ、砂糖 りんご	ロールパン さつまいもシチュー 鶏もも肉、さつまいも、にんじん、たまねぎ、牛乳、小麦粉、食塩 茹で野菜サラダ キャベツ、にんじん、食塩、しょうゆ、砂糖
	午後 牛乳 ツナピラフ 米、ツナ油漬缶、たまねぎ、にんじん、コーン缶、コンソメ、食塩、パセリ粉	
15日 金	午前 牛乳 ビスケット	
	屋食 御飯 鮭のごまマヨ焼き さけ、酒、マヨネーズ、しょうゆ、すりごま もやしのおひたし もやし、こまつな、にんじん、食塩、しょうゆ 豚汁 豚肉(もも)、だいこん、にんじん、さといも、ごぼう、板こんにゃく、ねぎ、ごま油、水、淡色みそ、ほんだし オレンジ	軟飯 鮭の塩焼き さけ、食塩 もやしのおひたし もやし、こまつな、にんじん、食塩、しょうゆ 豚汁 豚肉(もも)、だいこん、にんじん、さといも、ねぎ、水、淡色みそ
16日 土	午後 牛乳 あんトースト 食パン、マーガリン、つぶしあん	
	午前 牛乳 せんべい	
17日 日	屋食 五目まぜチャーハン 米、豚ひき肉、酒、ねぎ、にんじん、たけのこ(ゆで)、干しいたけ、油、しょうゆ、食塩、こしょう、ごま油 パスタサラダ マカロニ・スパゲティー、ハム、きゅうり、キャベツ、にんじん、マヨネーズ、食塩 卵スープ 卵、たまねぎ、中華スープ、食塩、片栗粉 バナナ	混ぜご飯(軟飯) 米、豚ひき肉、ねぎ、にんじん、干しいたけ、しょうゆ、食塩 パスタサラダ マカロニ・スパゲティー、きゅうり、キャベツ、にんじん、マヨネーズ、食塩 卵スープ 卵、たまねぎ、水、片栗粉
	午後 牛乳 れんこんチップ れんこん、油、食塩	
18日 月	午前 牛乳 ビスケット	
	屋食 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 きんぴらごぼう ごぼう、にんじん、油揚げ、ごま油、しょうゆ、砂糖、かつおだし汁 麩のすまし汁(えのき) 焼ふ、えのきたけ、ねぎ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 みかん	軟飯 鶏と野菜のやわらか煮 鶏もも肉、しょうゆ、ごぼう、にんじん 麩のすまし汁(えのき) 焼ふ、えのきたけ、ねぎ、水、しょうゆ、食塩
19日 火	午後 牛乳 野菜かりんとう	

日	離乳食12~18	離乳食9~11
18日 月	午前 牛乳 せんべい	
	昼食 御飯 煮込みハンバーグ 豚ひき肉、たまねぎ、油、卵、パン粉、牛乳、食塩、こしょう、ケチャップ、ウスターソース、砂糖 白菜のおかか和え はくさい、にんじん、しょうゆ、かつお節 みそ汁(たまねぎ・えのき) えのきたけ、たまねぎ、水、淡色みそ、ほんだし みかん	軟飯 ハンバーグ 豚ひき肉、たまねぎ、卵、パン粉、牛乳、食塩、ケチャップ 白菜の和え物 はくさい、にんじん、しょうゆ みそ汁(たまねぎ・えのき) えのきたけ、たまねぎ、水、淡色みそ
19日 火	午後 牛乳 ふかし芋じゃが じゃがいも、食塩	
	午前 ヨーグルト せんべい ロールパン	
昼食 ミートスパゲティ スパゲティ、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、油、小麦粉、水、ケチャップ、ウスターソース、食塩 ボイルブロッコリー ブロッコリー、食塩 かぶのスープ ベーコン、かぶ、かぶ・葉、にんじん、水、コンソメ、食塩 バナナ	ミートスパゲティ スパゲティ、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、小麦粉、水、ケチャップ、食塩 ボイルブロッコリー ブロッコリー、食塩 かぶのスープ ベーコン、かぶ、かぶ・葉、にんじん、水、食塩	
20日 水	午後 牛乳 きなこ蒸しパン ホットケーキミックス、牛乳、砂糖、きな粉	
	午前 牛乳 ビスケット 三色どんぶり 米、鶏ひき肉、しょうが、砂糖、しょうゆ、酒、卵、砂糖、食塩、油、ほうれんそう、しょうゆ、焼きのり、でんぶ かぼちゃの甘煮 かぼちゃ、しょうゆ、砂糖、水、ほんだし みそ汁(こまつな・なめこ) こまつな、なめこ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし オレンジ	三色どんぶり(軟飯) 米、鶏ひき肉、砂糖、しょうゆ、卵、砂糖、食塩、ほうれんそう、しょうゆ、焼きのり かぼちゃの甘煮 かぼちゃ、しょうゆ、砂糖、水 みそ汁(こまつな・なめこ) こまつな、なめこ、水、米みそ(淡色辛みそ)
21日 木	午後 牛乳 いもかんでん さつまいも、かんでん、水、砂糖、牛乳	
	午前 牛乳 せんべい ハヤシライス 米、豚肉(もも)、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、油、ハヤシルウ、バター、ケチャップ、ウスターソース ごぼうのサラダ ごぼう、きゅうり、にんじん、ハム、水、しょうゆ、みりん、マヨネーズ、ほんだし バナナ	軟飯 シチュー 豚肉(もも)、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、牛乳、小麦粉、食塩 野菜の和え物 きゅうり、にんじん、しょうゆ
22日 金	午後 ジョア あられせんべい	
	午前 牛乳 ビスケット 御飯 鮭のフライ さけ、食塩、こしょう、小麦粉、卵、パン粉、油、ウスターソース・濃厚ソース 春雨サラダ はるさめ、もやし、きゅうり、にんじん、酢、しょうゆ、砂糖、ごま油 みそ汁(だいこん・あげ) だいこん、油揚げ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし みかん	軟飯 鮭の塩焼き さけ、食塩 春雨サラダ はるさめ、もやし、きゅうり、にんじん、しょうゆ、砂糖 みそ汁(だいこん) だいこん、水、米みそ(淡色辛みそ)
25日 月	午後 麦茶 ヨーグルト せんべい	
	午前 牛乳 せんべい ジャンバラヤ 米、たまねぎ、にんじん、ウインナー、酒、ケチャップ、カレー粉、中濃ソース、コンソメ、にんにく、バター、食塩、こしょう フレンチサラダ キャベツ、きゅうり、にんじん、食塩、マヨネーズ、酢、砂糖 コーンスープ クリームコーン缶、コーン缶、たまねぎ、バター、水、牛乳、コンソメ、食塩 みかん	野菜リゾット 米、たまねぎ、にんじん、ケチャップ、食塩 キャベツの和え物 キャベツ、きゅうり、にんじん、マヨネーズ コーンスープ クリームコーン缶、たまねぎ、水、牛乳、食塩
26日 火	午後 牛乳 ロールケーキ(生クリーム、チョコ) カステラ、生クリーム、ホイップクリーム、チョコスプレー	
	午前 ヨーグルト せんべい 食パン ラーメン 生中華めん、豚肉、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ごま油、水、中華だしの素、しょうゆ、食塩 揚げシウマイ しゅうまい、小麦粉、卵、油、カレー粉 バナナ	卵がゆ 米、卵、にんじん、たまねぎ、しょうゆ キャベツのスープ キャベツ、にんじん、水、食塩
27日 水	午後 牛乳 おにぎり(鮭) 米、さけ、酒、ごま、焼きのり	
	午前 牛乳 ビスケット 御飯 かじきの竜田揚げ かじき、しょうゆ、しょうゆ、みりん、片栗粉、油 切干大根の煮付け 切り干しだいこん、にんじん、ちくわ、油揚げ、砂糖、本みりん、しょうゆ すまし汁(はくさい・えのき) はくさい、えのきたけ、水、しょうゆ、食塩、ほんだし みかん	軟飯 かじきの煮つけ かじき、しょうゆ 切干大根の煮付け 切り干しだいこん、にんじん、砂糖、しょうゆ すまし汁(はくさい・えのき) はくさい、えのきたけ、水、しょうゆ、食塩
28日 木	午後 牛乳 お好み焼き 小麦粉、卵、キャベツ、ねぎ、豚ひき肉、ながいも、かつお節、油、おたふくお好みソース	
	午前 牛乳 せんべい 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、カレー粉、ウスターソース、牛乳 大根サラダ だいこん、きゅうり、にんじん、コーン缶、食塩、油、酢、しょうゆ、砂糖 オレンジ 麦茶 せんべい	軟飯 鶏肉のシチュー 鶏もも肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、牛乳、小麦粉、食塩 大根サラダ だいこん、きゅうり、にんじん、しょうゆ、砂糖

*献立は、材料等の入荷の都合により変更する場合があります。

☆今月のひとこと☆

今年も残すところ1ヶ月となりました。
いろいろなものを食べて、こころもからだも大きく成長しましたね。
元気に新年を迎えるためにも、「早寝早起き朝ごはん」を基本に、
手洗い・うがいをして風邪に負けない元気な身体をつくりましょう。

