

日	離乳食12~18	離乳食9~11
1日 月	午前 牛乳 せんべい	
	昼食 御飯 肉じゃが 豚肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、しらたき、油、しょうゆ、砂糖、みりん、食塩 小松菜のおかか和え こまつな、にんじん、かつお節、砂糖、しょうゆ 豆腐みそ汁(なめこ) 木綿豆腐、なめこ、ねぎ、水、ほんだし、米みそ(淡色辛みそ) オレンジ	軟飯 肉じゃが 豚肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、砂糖、食塩 小松菜の和え物 こまつな、にんじん、砂糖、しょうゆ 豆腐みそ汁(なめこ) 木綿豆腐、なめこ、ねぎ、水、米みそ(淡色辛みそ)
	午後 麦茶 ヨーグルト(ジャム) ヨーグルト、いちごジャム クラッカー	
2日 火	午前 ヨーグルト せんべい	
	昼食 食パン わかめうどん ゆでうどん、鶏もも肉、にんじん、しいたけ、ねぎ、カットわかめ、ほうれんそう、水、しょうゆ、本みりん、食塩、ほんだし ちくわ磯辺揚げ ちくわ、あおのり、小麦粉、水、油 三色サラダ ブロッコリー、にんじん、コーン缶、油、砂糖、しょうゆ バナナ	うどんのやわらか煮 ゆでうどん、鶏もも肉、にんじん、しいたけ、ねぎ、カットわかめ、ほうれんそう、水、しょうゆ、食塩 三色サラダ ブロッコリー、にんじん、コーン缶、しょうゆ
	午後 牛乳 おにぎり(じゃこおかか) 米、ごま油、しらす干し、しょうゆ、かつお節、焼きのり	
3日 水	午前 牛乳 ビスケット	
	昼食 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、淡色みそ、しょうゆ、ごま油、片栗粉 ほうれん草のナムル ほうれんそう、もやし、にんじん、すりごま、食塩、ごま油 チンゲン菜のスープ チンゲンサイ、えのきたけ、ごま油、水、食塩、中華だしの素 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、淡色みそ、しょうゆ、片栗粉 ほうれん草の和え物 ほうれんそう、にんじん チンゲン菜のスープ チンゲンサイ、えのきたけ、水、食塩
	午後 牛乳 蒸しパン ホットケーキミックス、牛乳、砂糖	
4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、カレールウ、ウスターソース、牛乳 ごぼうときゅうりのサラダ ごぼう、にんじん、きゅうり、ベーコン、コーン缶、マヨネーズ、しょうゆ バナナ	軟飯 野菜のシチュー 鶏もも肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、牛乳、小麦粉、食塩 茹で野菜 にんじん、きゅうり
	午後 牛乳 あられせんべい	
5日 金	午前 牛乳 ビスケット	
	昼食 御飯 さけの塩焼き さけ、食塩 ポテトサラダ じゃがいも、にんじん、きゅうり、マヨネーズ、食塩 みそ汁(大根、はくさい) だいこん、はくさい、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし いちご	軟飯 さけの塩焼き さけ、食塩 ポテトサラダ じゃがいも、にんじん、きゅうり、食塩 みそ汁(大根、はくさい) だいこん、はくさい、水、米みそ(淡色辛みそ)
	午後 牛乳 クリームパン	
8日 月	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、さやえんどう みそ汁(たまねぎ・小松菜) たまねぎ、こまつな、水、米みそ(淡色辛みそ)、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 ひじきの煮付け ひじき、にんじん、油、砂糖、しょうゆ、さやえんどう みそ汁(たまねぎ・小松菜) たまねぎ、こまつな、水、米みそ(淡色辛みそ)
	午後 牛乳 まんじゅう	
9日 火	午前 ヨーグルト せんべい 食パン	
	昼食 スパゲティナポリタン スパゲティ、油、ウインナー、たまねぎ、にんじん、しめじ、ピーマン、ケチャップ、ウスターソース、食塩、こしょう ボイルブロッコリー ブロッコリー、食塩 コンソメスープ キャベツ、にんじん、水、コンソメ、食塩 バナナ	ツナと野菜のスパゲティ スパゲティ、ツナ水煮缶、たまねぎ、にんじん、しめじ、ピーマン、ケチャップ、食塩 ボイルブロッコリー ブロッコリー、食塩 キャベツのスープ キャベツ、にんじん、水、食塩
	午後 牛乳 わかめおにぎり 米、炊き込みわかめ	
10日 水	午前 牛乳 ビスケット	
	昼食 御飯 カレーのカレームニエル かれのい、食塩、こしょう、小麦粉、カレー粉、油 キャベツの胡麻ネーズ和え キャベツ、にんじん、ちくわ、すりごま、マヨネーズ、しょうゆ みそ汁(はくさい) はくさい、にんじん、えのきたけ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし オレンジ	軟飯 カレーのムニエル かれのい、食塩、小麦粉 キャベツの和え物 キャベツ、にんじん、しょうゆ みそ汁(はくさい) はくさい、にんじん、水、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	
11日 木	午前 牛乳 せんべい	
	昼食 御飯 豚肉のごま焼き 豚肉、油、すりごま、砂糖、しょうゆ、酒 きんぴらごぼう ごぼう、にんじん、ごま油、しょうゆ、砂糖 にら卵スープ にら、にんじん、卵、水、ほんだし、食塩、しょうゆ バナナ	軟飯 豚肉とにんじんのやわらか煮 豚肉、にんじん、しょうゆ 卵スープ にんじん、卵、水、食塩、しょうゆ
	午後 牛乳 ふかし芋じゃが じゃがいも、食塩、あおのり	
12日 金	午前 牛乳 ビスケット	
	昼食 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、しょうゆ、砂糖、みりん キャベツとほうれんそうの磯和え キャベツ、ほうれんそう、えのきたけ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、焼きのり みそ汁(大根、わかめ) だいこん、カットわかめ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし オレンジ	軟飯 つくねのやわらか煮 鶏ひき肉、木綿豆腐、ねぎ、干しいたけ、食塩、片栗粉、しょうゆ、砂糖 キャベツとほうれんそうの磯和え キャベツ、ほうれんそう、えのきたけ、しょうゆ、焼きのり みそ汁(大根、わかめ) だいこん、カットわかめ、水、米みそ(淡色辛みそ)
	午後 牛乳 コーンフレーク(ココア) コーンフレーク、ココア	
15日 月	午前 牛乳 せんべい	
	昼食 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 白菜の煮浸し はくさい、にんじん、油揚げ、しょうゆ、みりん、砂糖、水、ほんだし みそ汁(じゃがいも・たまねぎ) じゃがいも、たまねぎ、水、ほんだし、米みそ(淡色辛みそ) オレンジ	三色どんぶり(軟飯) 米、鶏ひき肉、砂糖、しょうゆ、卵、ほうれんそう、しょうゆ、焼きのり 白菜の煮浸し はくさい、にんじん、しょうゆ、砂糖、水 みそ汁(じゃがいも・たまねぎ) じゃがいも、たまねぎ、水、米みそ(淡色辛みそ)
	午後 牛乳 ホットケーキ 油、ホットケーキ粉、卵、牛乳、メープルシロップ	

日	離乳食12~18	離乳食9~11
16日 火	午前 ヨーグルト せんべい	
	昼食 ロールパン 五目焼きそば 豚肉、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 ブロッコリーのごまあえ ブロッコリー、すりごま、しょうゆ わかめスープ ねぎ、カットわかめ、水、食塩、中華だしの素 バナナ	軟飯 豚肉と野菜の煮 豚肉、キャベツ、にんじん、もやし、ピーマン、しょうゆ ブロッコリー ブロッコリー わかめスープ ねぎ、カットわかめ、水、食塩
	午後 麦茶 プリン せんべい	
17日 水	午前 牛乳 ビスケット	
	昼食 御飯 かじきの煮つけ かじき、しょうゆ、砂糖、酒、しょうが キャベツのおかか和え キャベツ、きゅうり、にんじん、かつお節、しょうゆ 豚汁 豚肉、だいこん、にんじん、ごぼう、ねぎ、ごま油、水、米みそ(淡色辛みそ) オレンジ	軟飯 かじきの煮つけ かじき、しょうゆ、砂糖 キャベツの和え物 キャベツ、きゅうり、にんじん、しょうゆ 豚汁 豚肉、だいこん、にんじん、ねぎ、水、米みそ(淡色辛みそ)
	午後 牛乳 フライドポテト フレンチフライポテト、油、食塩、ケチャップ	
18日 木	午前 牛乳 せんべい	
	昼食 御飯 筑前煮 鶏もも肉、たけのこ(ゆで)、さといも、にんじん、ごぼう、れんこん、板こんにやく、しいたけ、水、しょうゆ、砂糖、みりん、酒、ほんだ 春雨ときゅうりの酢の物 はるさめ、にんじん、きゅうり、コーン缶、しょうゆ、酢、砂糖、すりごま 麩のすまし汁 焼ふ、ねぎ、水、しょうゆ、食塩、ほんだし いちご	軟飯 鶏肉と野菜の煮物 鶏もも肉、さといも、にんじん、しいたけ、水、しょうゆ、砂糖 春雨ときゅうりの和え物 はるさめ、にんじん、きゅうり、しょうゆ 麩のすまし汁 焼ふ、ねぎ、水、しょうゆ、食塩
	午後 牛乳 ラスク 食パン、マーガリン・ソフトタイプ、砂糖	
19日 金	午前 牛乳 ビスケット	
	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 ブロッコリーのソテー ブロッコリー、たまねぎ、コーン缶、油、食塩、コンソメ みそ汁(もやし、小松菜) もやし、こまつな、水、米みそ(淡色辛みそ)、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 ブロッコリーのソテー ブロッコリー、たまねぎ、コーン缶、食塩 みそ汁(もやし、小松菜) もやし、こまつな、水、米みそ(淡色辛みそ)
	午後 牛乳 せんべい	
22日 月	午前 牛乳 せんべい	
	昼食 中華どんぶり 米、豚肉、しょうが、酒、はくさい、にんじん、たけのこ、たまねぎ、しいたけ、砂糖、しょうゆ、食塩、こしょう、コンソメ、片栗粉 きゅうりの漬漬け きゅうり、キャベツ、食塩 かに豆腐汁 木綿豆腐、かにかまぼこ、水、中華だしの素、食塩、片栗粉 オレンジ	中華どんぶり(軟飯) 米、豚肉、はくさい、にんじん、たまねぎ、しいたけ、砂糖、しょうゆ、食塩、片栗粉 キャベツの和え物 きゅうり、キャベツ 豆腐スープ 木綿豆腐、水、食塩、片栗粉
	午後 牛乳 おやつ焼きそば 焼きそばめん、豚肉、キャベツ、にんじん、ピーマン、ごま油、ウスターソース	
23日 火	午前 ヨーグルト せんべい	
	昼食 食パン タンメン 生中華めん、豚肉、にんじん、たけのこ(ゆで)、キャベツ、もやし、ねぎ、中華スープ、しょうゆ、食塩、ごま油 揚げシューマイ しゅうまい、小麦粉、油 バナナ	軟飯 豚肉と野菜煮 豚肉、にんじん、キャベツ、もやし、ねぎ、しょうゆ にんじんスープ にんじん、水
	午後 牛乳 ツナピラフ 米、ツナ油漬缶、たまねぎ、にんじん、ピーマン、コンソメ、食塩、パセリ粉	
24日 水	午前 牛乳 ビスケット	
	昼食 親子丼(凍り豆腐入り) 米、鶏もも肉、凍り豆腐、たまねぎ、にんじん、卵、水、しょうゆ、みりん、焼きのり、ほんだし 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(なめこ、わかめ) なめこ、ねぎ、カットわかめ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし オレンジ	軟飯 親子丼(軟飯) 米、鶏もも肉、凍り豆腐、たまねぎ、にんじん、卵、水、しょうゆ かぼちゃの甘煮 かぼちゃ、しょうゆ、砂糖、水 みそ汁(なめこ、わかめ) なめこ、ねぎ、カットわかめ、水、米みそ(淡色辛みそ)
	午後 牛乳 ジャムパン	
25日 木	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、油、ケチャップ、ウスターソース、砂糖 茹で野菜サラダ キャベツ、コーン缶、にんじん、油、酢、しょうゆ、砂糖 ポテトスープ じゃがいも、たまねぎ、水、コンソメ、食塩 バナナ	軟飯 煮込みハンバーグ 豚ひき肉、たまねぎ、卵、パン粉、牛乳、食塩、油、ケチャップ 茹で野菜サラダ キャベツ、コーン缶、にんじん、しょうゆ ポテトスープ じゃがいも、たまねぎ、水、食塩
	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	
26日 金	午前 牛乳 ビスケット	
	昼食 御飯 さわらの揚げ煮 さわら、片栗粉、油、ケチャップ、中濃ソース、みりん、しょうゆ、砂糖 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 すまし汁(キャベツ・ねぎ) キャベツ、ねぎ、えのきたけ、水、しょうゆ、食塩、ほんだし オレンジ	軟飯 さわらの煮つけ さわら、しょうゆ、砂糖 もやしのおひたし もやし、こまつな、にんじん、しょうゆ すまし汁(キャベツ・ねぎ) キャベツ、ねぎ、えのきたけ、水、しょうゆ、食塩
	午後 牛乳 野菜かりんとう	
29日 月	午前 ヨーグルト せんべい	
	昼食 昭和の日	
	午後 ヨーグルト せんべい	
30日 火	午前 ヨーグルト せんべい	
	昼食 御飯 メンチカツ メンチカツ 小松菜のごまあえ(ツナ) こまつな、にんじん、ツナ油漬缶、しょうゆ、砂糖、ごま キャベツスープ キャベツ、にんじん、水、コンソメ、食塩 オレンジ	軟飯 野菜のツナ煮 こまつな、にんじん、ツナ油漬缶、しょうゆ、砂糖 キャベツスープ キャベツ、にんじん、水、食塩
	午後 ジョア あられせんべい	

※ 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☆

入園、新級、おめでとうございます。
たくさん遊び、たくさん食べて、心も体も大きくなりますよね♪

