

日	離乳食12~18	離乳食9~11	離乳食7~8
1 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 白菜スープ はくさい、えのきたけ、ごま油、水、食塩、中華だしの素 バナナ	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、もやし、にんじん、食塩 白菜スープ はくさい、えのきたけ、水、食塩	おかゆ 豆腐の野菜あんかけ 木綿豆腐、たまねぎ、にんじん、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、食塩 白菜スープ はくさい、水
	午後 牛乳 蒸しパン ホットケーキミックス、牛乳、砂糖		
2 日 木	午前 牛乳 せんべい		
	昼食 御飯 さけの塩焼き さけ、食塩 切干大根の旨煮 切り干しだいこん、にんじん、油揚げ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、砂糖 みそ汁(玉ねぎ・わかめ) たまねぎ、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 さけの野菜あんかけ さけ、にんじん、片栗粉 みそ汁(玉ねぎ・わかめ) たまねぎ、カットわかめ、水、米みそ(淡色辛みそ)	おかゆ さけの野菜あんかけ さけ、にんじん、片栗粉 みそ汁(玉ねぎ・わかめ) たまねぎ、カットわかめ、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 クッキー		
3 日 金	午前 牛乳 ビスケット		
	昼食 食パン 食パン 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 ポイルブロッコリー 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 ツナ、トマト、ニンニク、オリーブオイル、たまねぎ、にんじん、しめじ、ピーマン、ウインナー、ケチャップ、食塩 ポイルブロッコリー ブロッコリー、食塩 野菜スープ キャベツ、にんじん、水、食塩	おかゆ ツナと野菜のやわらか煮 ツナ水煮缶、たまねぎ、にんじん、しょうゆ ポイルブロッコリー ブロッコリー、食塩 野菜スープ キャベツ、にんじん、水、食塩
	午後 牛乳 せんべい		
6 日 月	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、カレー粉、ウスターソース、牛乳 パンサンスー はるさめ、にんじん、コーン缶、カットわかめ、酢、砂糖、しょうゆ、ごま油 オレンジ	軟飯 野菜シチュー 鶏もも肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、牛乳、小麦粉、食塩 春雨とにんじんの和え物 はるさめ、にんじん、コーン缶、カットわかめ、砂糖、しょうゆ	おかゆ 野菜シチュー 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
	午後 ジュース せんべい		
7 日 火	午前 ヨーグルト せんべい		
	昼食 御飯 肉じゃが 豚肉(もも)、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) バナナ	軟飯 肉じゃが 豚肉(もも)、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(ねぎ) 木綿豆腐、ねぎ、水、米みそ(淡色辛みそ)	おかゆ 豆腐の野菜あんかけ 木綿豆腐、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、片栗粉 小松菜の和え物 こまつな、にんじん、砂糖、しょうゆ みそ汁(じゃがいも) じゃがいも、ねぎ、水、食塩
	午後 牛乳 クッキー		
8 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 みそ汁(玉ねぎ・にんじん) たまねぎ、にんじん、水、米みそ(淡色辛みそ)、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 キャベツの和え物 キャベツ、にんじん、しょうゆ みそ汁(玉ねぎ・にんじん) たまねぎ、にんじん、水、米みそ(淡色辛みそ)	おかゆ 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、にんじん、しょうゆ みそ汁(玉ねぎ・にんじん) たまねぎ、にんじん、水、米みそ(淡色辛みそ)
	午後 牛乳 スティックパン		
9 日 木	午前 牛乳 せんべい		
	昼食 御飯 豚肉のごま焼き 豚肉(もも)、油、すりごま、砂糖、しょうゆ、酒 小松菜とコーンのソテー こまつな、コーン缶、しょうゆ、食塩、コンソメ、油 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 野菜の卵とじ 卵、じゃがいも、こまつな、しょうゆ にんじんスープ にんじん、水、食塩	おかゆ 野菜の卵とじ 卵、じゃがいも、こまつな、しょうゆ にんじんスープ にんじん、水、食塩
	午後 牛乳 ふかし芋じゃが じゃがいも、食塩、あおのり		

日	離乳食12~18	離乳食9~11	離乳食7~8
10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、かつおだし汁、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)	おかゆ 豆腐の野菜あんかけ 木綿豆腐、鶏ひき肉、キャベツ、ほうれんそう、しょうゆ、片栗粉 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)
13日 月	午後 牛乳 コーンフレーク(ココア) コーンフレーク、ココア(ビュアココア)		
	午前 牛乳 せんべい		
14日 火	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、砂糖、食塩、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 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)	三色どんぶり(おかゆ) 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 白菜の煮浸し はくさい、にんじん、しょうゆ、砂糖 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、調製豆乳、卵、メープルシロップ		
15日 水	午前 ヨーグルト せんべい		
	昼食 食パン 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 チキンナゲット パンサンスー はるさめ、にんじん、きゅうり、酢、砂糖、しょうゆ、すりごま、ごま油 バナナ	煮込みうどん 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、食塩 茹で野菜 にんじん、きゅうり	うどんのやわらか煮 ゆでうどん、鶏もも肉、にんじん、ねぎ、カットわかめ、ほうれんそう、水、しょうゆ、食塩 茹で野菜 にんじん、きゅうり
16日 木	午後 麦茶 牛乳ゼリー 牛乳、砂糖、ゼラチン、水、黒砂糖、水、きな粉 せんべい		
	午前 牛乳 ビスケット		
17日 金	昼食 御飯 カレイのカレームニエル かれい、食塩、こしょう、小麦粉、カレー粉、油 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 わかめスープ ねぎ、カットわかめ、水、食塩、中華だしの素 オレンジ	軟飯 カレイの煮つけ かれい、しょうゆ、砂糖 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 わかめスープ ねぎ、カットわかめ、水、食塩	おかゆ カレイの煮つけ かれい、しょうゆ、砂糖 ポテトサラダ じゃがいも、にんじん、きゅうり、食塩 わかめスープ ねぎ、カットわかめ、水、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		
20日 月	午前 牛乳 せんべい		
	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 コールスローサラダ キャベツ、にんじん、マヨネーズ、酢、砂糖、食塩 みそ汁(たまねぎ・チンゲン菜) たまねぎ、チンゲンサイ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし オレンジ	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、焼きのり キャベツの和え物 キャベツ、にんじん、食塩 みそ汁(たまねぎ・チンゲン菜) たまねぎ、チンゲンサイ、水、米みそ(淡色辛みそ)	親子丼(おかゆ) 米、鶏もも肉、凍り豆腐、たまねぎ、にんじん、卵、水、しょうゆ、焼きのり キャベツの和え物 キャベツ、にんじん みそ汁(たまねぎ・チンゲン菜) たまねぎ、チンゲンサイ、水、米みそ(淡色辛みそ)
17日 金	午後 牛乳 コッペパン(ジャム&マーガリン)		
	午前 牛乳 ビスケット		
20日 月	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 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 みそ汁(もやし、ほうれん草) もやし、ほうれんそう、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 ブロッコリーの和え物 ブロッコリー、たまねぎ、コーン缶、食塩 みそ汁(もやし、ほうれん草) もやし、ほうれんそう、水、米みそ(淡色辛みそ)	おかゆ 鶏のやわらか煮 鶏もも肉、しょうゆ ブロッコリーの和え物 ブロッコリー、たまねぎ、食塩 みそ汁(もやし、ほうれん草) もやし、ほうれんそう、水、米みそ(淡色辛みそ)
	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		

日	離乳食12~18	離乳食9~11	離乳食7~8
21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(もも)、にんじん、たけのこ、キャベツ、もやし、ねぎ、中華スープ、しょうゆ、食塩、ごま油 揚げシュウマイ しゅうまい、小麦粉、油 バナナ	軟飯 野菜のツナ煮 ツナ水煮缶、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、食塩	おかゆ 野菜のツナ煮 ツナ水煮缶、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、食塩
	午後 牛乳 マカロニきな粉あえ マカロニ、きな粉、砂糖		
22日 水	午前 牛乳 ビスケット		
	昼食 御飯 鶏の海苔焼き 鶏もも肉、しょうが、にんにく、しょうゆ、みりん、砂糖、食塩、片栗粉、油、焼きのり 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 みそ汁(かぼちゃ、たまねぎ) かぼちゃ、たまねぎ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし オレンジ	軟飯 鶏肉のやわらか煮 鶏もも肉、しょうゆ 小松菜の和え物 こまつな、にんじん、しょうゆ みそ汁(かぼちゃ、たまねぎ) かぼちゃ、たまねぎ、水、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 小松菜の和え物 こまつな、にんじん、しょうゆ みそ汁(かぼちゃ、たまねぎ) かぼちゃ、たまねぎ、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		
23日 木	午前 牛乳 せんべい		
	昼食 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 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 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 バナナ	軟飯 鮭の塩焼き さけ、食塩 ひじきの煮付け ひじき、にんじん、砂糖、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	おかゆ 鮭の塩焼き さけ、食塩 ひじきの煮付け ひじき、にんじん、砂糖、しょうゆ すまし汁(キャベツ・ねぎ) キャベツ、ねぎ、水、しょうゆ、食塩
	午後 牛乳 カステラ		
24日 金	午前 牛乳 ビスケット		
	昼食 中華どんぶり 米、豚肉(もも)、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 きゅうりの浅漬け 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(もも)、はくさい、にんじん、たまねぎ、砂糖、しいたけ、しょうゆ、片栗粉 キャベツのあえ物 きゅうり、キャベツ、食塩 豆腐スープ 木綿豆腐、水、食塩、片栗粉	中華どんぶり(おかゆ) 米、はくさい、にんじん、たまねぎ、砂糖、しょうゆ、片栗粉 キャベツのあえ物 きゅうり、キャベツ、食塩 豆腐スープ 木綿豆腐、水、食塩、片栗粉
	午後 牛乳 野菜かりんとう		
27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 小松菜のごま和え(ツナ) こまつな、にんじん、ツナ油漬缶、しょうゆ、砂糖、ごま みそ汁(キャベツ) キャベツ、たまねぎ、水、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 小松菜の和え物(ツナ) こまつな、にんじん、ツナ油漬缶、しょうゆ、砂糖 みそ汁(キャベツ) キャベツ、たまねぎ、水、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 小松菜の和え物(ツナ) こまつな、にんじん、ツナ油漬缶、しょうゆ、砂糖 みそ汁(キャベツ) キャベツ、たまねぎ、水、米みそ(淡色辛みそ)
	午後 牛乳 麩のラスク(青のり) 焼ふ、バター、あおのり		
28日 火	午前 ヨーグルト 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 オレンジ	たまごがゆ 米、卵 茹で野菜サラダ キャベツ、にんじん、しょうゆ、砂糖 ポテトスープ じゃがいも、たまねぎ、水、食塩	たまごがゆ 米、卵 茹で野菜サラダ キャベツ、にんじん、しょうゆ、砂糖 ポテトスープ じゃがいも、たまねぎ、水、食塩
	午後 ジュース せんべい		
29日 水	午前		
	昼食 昭和の日		
	午後		
30日 木	午前 牛乳 せんべい		
	昼食 御飯 ポークカレー 豚肉(もも)、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 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 バナナ	軟飯 野菜のシチュー 豚肉(もも)、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、牛乳、小麦粉、食塩 ブロッコリーの和え物 ブロッコリー、にんじん、コーン缶、砂糖、しょうゆ	おかゆ 野菜のシチュー 豚肉(もも)、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、牛乳、小麦 ブロッコリーの和え物 ブロッコリー、にんじん、砂糖、しょうゆ
	午後 牛乳 わかめおにぎり 米、炊き込みわかめ		

※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☆

ご入園、ご新級、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しょうね♪

