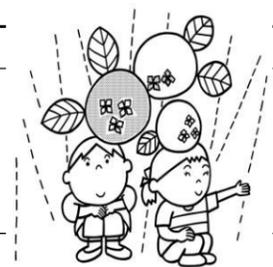


| 日     | 離乳食12~18   | 離乳食9~11   |
|-------|--|---|
| 1日 木  | 午前<br>牛乳<br>せんべい<br>御飯   | 軟飯  |
|       | 午後<br>牛乳<br>シュークリーム<br>食パン、マーガリン、砂糖  |   |
| 2日 金  | 午前<br>ビスケット<br>御飯<br>炒り豆腐(鶏肉・卵)<br>木綿豆腐、鶏ひき肉、干しいたけ、にんじん、たまねぎ、油、しょうゆ、砂糖、みりん、卵、いんげん<br>キャベツのツナマヨネーズあえ<br>キャベツ、きゅうり、ツナ油漬缶、マヨネーズ<br>みそ汁(だいこん・ごぼう)<br>だいこん、にんじん、ごぼう、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし<br>オレンジ | 軟飯<br>卵とじ<br>木綿豆腐、鶏ひき肉、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、砂糖、卵<br>キャベツのツナ和え<br>キャベツ、きゅうり、ツナ油漬缶<br>みそ汁(だいこん)<br>だいこん、にんじん、米みそ(淡色辛みそ)       |
|       | 午後<br>麦茶<br>ヨーグルト<br>せんべい  |   |
| 5日 月  | 午前<br>牛乳<br>サブレ<br>御飯<br>豚肉のしょうが焼き<br>豚肉(もも)、たまねぎ、しょうゆ、しょうが、酒、油<br>ほうれん草のおかか和え<br>ほうれん草、もやし、にんじん、しょうゆ、かつお節<br>みそ汁(いも・ねぎ)<br>じゃがいも、ねぎ、淡色みそ、ほんだし<br>オレンジ                                 | 軟飯<br>豚肉のやわらか煮<br>豚肉(もも)、たまねぎ、しょうゆ<br>ほうれん草の和え物<br>ほうれん草、もやし、にんじん、しょうゆ<br>みそ汁(いも・ねぎ)<br>じゃがいも、ねぎ、淡色みそ                 |
|       | 午後<br>牛乳<br>チーズ蒸しパン<br>ホットケーキミックス、牛乳、砂糖、チーズ  |   |
| 6日 火  | 午前<br>ヨーグルト<br>せんべい<br>ミートスパゲティ<br>豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、油、小麦粉、ケチャップ、ウスターソース、食塩、スパゲティ<br>野菜スティック(きゅうり、みそマヨ)<br>きゅうり、マヨネーズ、米みそ(淡色辛みそ)、砂糖<br>コンソメ(玉ねぎ)<br>クリームコンソメ缶、コンソメ、たまねぎ、バター、牛乳、食塩         | ミートスパゲティ<br>豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、油、小麦粉、ケチャップ、食塩、スパゲティ<br>野菜スティック<br>きゅうり<br>コンソメ(玉ねぎ)<br>クリームコンソメ缶、コンソメ、たまねぎ、バター、牛乳、食塩      |
|       | 午後<br>牛乳<br>わかめおにぎり<br>米、炊き込みわかめ   |   |
| 7日 水  | 午前<br>ビスケット<br>御飯<br>鮭の塩焼き<br>さけ、食塩<br>酢の物(かにかま)<br>カットわかめ、きゅうり、もやし、かにかまぼこ、酢、砂糖、しょうゆ<br>みそ汁(小松菜)<br>こまつな、たまねぎ、淡色みそ、ほんだし<br>オレンジ  | 軟飯<br>鮭の塩焼き<br>さけ、食塩<br>きゅうりの和え物<br>カットわかめ、きゅうり、もやし、しょうゆ<br>みそ汁(小松菜)<br>こまつな、たまねぎ、淡色みそ                                |
|       | 午後<br>牛乳<br>まんまるじゃが<br>じゃがいも、食塩、片栗粉、チーズ、油、片栗粉  |   |
| 8日 木  | 午前<br>牛乳<br>せんべい<br>親子丼(凍り豆腐入り)<br>米、鶏もも肉、凍り豆腐、たまねぎ、にんじん、卵、しょうゆ、みりん、焼きのり、ほんだし<br>いんげんのごま和え<br>いんげん、にんじん、すりごま、しょうゆ、砂糖<br>みそ汁(大根・なめこ)<br>だいこん、なめこ、ねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし<br>オレンジ             | 親子丼(軟飯)<br>米、鶏もも肉、凍り豆腐、たまねぎ、にんじん、卵、しょうゆ、焼きのり<br>いんげんの和え物<br>いんげん、にんじん、しょうゆ<br>みそ汁(大根・なめこ)<br>だいこん、なめこ、ねぎ、米みそ(淡色辛みそ)   |
|       | 午後<br>牛乳<br>ゼリーフライ   |   |
| 9日 金  | 午前<br>ビスケット<br>ハヤシライス<br>米、豚肉(もも)、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、油、ハヤシルー、バター、ケチャップ、ウスターソース<br>大根サラダ<br>だいこん、きゅうり、ツナ油漬缶、油、酢、しょうゆ、砂糖<br>バナナ   | 軟飯<br>ポトフ<br>豚肉(もも)、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、しょうゆ<br>大根とツナの和え物<br>だいこん、きゅうり、ツナ油漬缶、しょうゆ、砂糖                                      |
|       | 午後<br>牛乳<br>ビスケット  |   |
| 12日 月 | 午前<br>牛乳<br>サブレ<br>御飯<br>煮込みハンバーグ<br>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<br>三色サラダ<br>ブロッコリー、にんじん、コーン缶、酢、油、砂糖、しょうゆ<br>野菜スープ<br>たまねぎ、キャベツ、にんじん、コンソメ、食塩<br>オレンジ               | 軟飯<br>煮込みハンバーグ<br>豚ひき肉、たまねぎ、卵、パン粉、牛乳、食塩、油、ケチャップ、砂糖<br>三色サラダ<br>ブロッコリー、にんじん、コーン缶、砂糖、しょうゆ<br>野菜スープ<br>たまねぎ、キャベツ、にんじん、食塩 |
|       | 午後<br>牛乳<br>あん食パン<br>食パン、マーガリン、つぶしあん   |   |
| 13日 火 | 午前<br>ヨーグルト<br>せんべい<br>五目ラーメン<br>生中華めん、キャベツ、もやし、にんじん、コーン缶、ごま油、焼き豚、カットわかめ、ねぎ、中華スープ、しょうゆ、食塩<br>揚げシューマイ<br>しゅうまい、小麦粉、卵、油  | 五目ラーメン<br>生中華めん、キャベツ、もやし、にんじん、コーン缶、焼き豚、カットわかめ、ねぎ、しょうゆ、食塩  |
|       | 午後<br>バナナ<br>牛乳<br>鶏そぼろおにぎり<br>米、鶏ひき肉、しょうゆ、砂糖、みりん、酒  |   |
| 14日 水 | 午前<br>牛乳<br>ビスケット<br>御飯<br>かじきのケチャップ煮<br>かじき、食塩、片栗粉、油、ケチャップ、中濃ソース、砂糖<br>もやしの中華風サラダ<br>もやし、きゅうり、にんじん、酢、砂糖、しょうゆ、ごま油、ごま<br>かき玉汁(ねぎ)<br>卵、ねぎ、しょうゆ、食塩、片栗粉、ほんだし<br>キウイフルーツゴールド               | 軟飯<br>かじきの煮つけ<br>かじき、しょうゆ、砂糖<br>もやしの和え物<br>もやし、きゅうり、にんじん、砂糖、しょうゆ<br>かき玉汁(ねぎ)<br>卵、ねぎ、しょうゆ、食塩、片栗粉                      |
|       | 午後<br>牛乳<br>ホットケーキ<br>ホットケーキ粉、卵、牛乳   |   |
| 15日 木 | 午前<br>牛乳<br>せんべい<br>御飯<br>鶏肉の照り焼き<br>鶏もも肉、しょうが、しょうゆ、みりん、酒<br>コールスローサラダ<br>キャベツ、にんじん、食塩、砂糖、酢、マヨネーズ<br>みそ汁(かぶ・たまねぎ)<br>かぶ、かぶ・葉、たまねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし<br>バナナ                               | 軟飯<br>鶏肉のやわらか煮<br>鶏もも肉、しょうゆ<br>茹で野菜<br>キャベツ、にんじん<br>みそ汁(かぶ・たまねぎ)<br>かぶ、かぶ・葉、たまねぎ、米みそ(淡色辛みそ)                           |
|       | 午後<br>麦茶<br>あじさいフルーツポンチ<br>ゼラチン、ぶどう濃縮果汁、砂糖、バナナ、もも缶<br>せんべい   |   |

☆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。

| 日     | 離乳食12~18  | 離乳食9~11  |
|-------|---|--|
| 16日 金 | 午前<br>牛乳<br>ビスケット   |  |
|       | 午後<br>御飯<br>酢豚<br>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<br>レタスのサラダ<br>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<br>豆腐スープ(えのき)<br>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<br>オレンジ | 軟飯<br>豚肉の野菜あんかけ<br>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<br>トマト<br>トマト<br>豆腐スープ<br>木綿豆腐、万能ねぎ、食塩、しょうゆ                   |
| 19日 月 | 午前<br>牛乳<br>サブレ   |  |
|       | 午後<br>御飯<br>さばのごまみそマヨ焼き<br>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、万能ねぎ<br>青菜の磯辺和え<br>こまつな、もやし、にんじん、焼きのり、しょうゆ<br>みそ汁(キャベツ・えのき)<br>キャベツ、えのきたけ、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし<br>オレンジ                                | 軟飯<br>さばの塩焼き<br>さば、食塩<br>青菜の磯辺和え<br>こまつな、もやし、にんじん、焼きのり、しょうゆ<br>みそ汁(キャベツ)<br>キャベツ、米みそ(淡色辛みそ)                                  |
| 20日 火 | 午前<br>ヨーグルト<br>せんべい   |  |
|       | 午後<br>きつねひやむぎ<br>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<br>ちくわ磯辺揚げ<br>ちくわ、あおりのり、小麦粉、油<br>バナナ  | 煮込みひやむぎ<br>干しひやむぎ、カットわかめ、にんじん、ねぎ、しょうゆ<br>バナナ   |
| 21日 水 | 午前<br>牛乳<br>ビスケット   |  |
|       | 午後<br>御飯<br>じゃが芋と鶏肉の煮物<br>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<br>もやしのおひたし<br>もやし、にんじん、食塩、しょうゆ<br>みそ汁(こまつな・油揚げ)<br>こまつな、油揚げ、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし<br>オレンジ   | 軟飯<br>じゃが芋と鶏肉の煮物<br>鶏もも肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、砂糖、しょうゆ<br>もやしのおひたし<br>もやし、にんじん、しょうゆ<br>みそ汁(こまつな)<br>こまつな、米みそ(淡色辛みそ)                |
| 22日 木 | 午前<br>牛乳<br>せんべい  |  |
|       | 午後<br>キッズピビンバ<br>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<br>ナゲット<br>チキンナゲット<br>はるさめスープ<br>はるさめ、チンゲンサイ、コーン缶、中華だしの素、食塩<br>バナナ  | 野菜おじや<br>米、豚ひき肉、鶏ひき肉、にんじん、ほうれんそう、ねぎ、しょうゆ<br>チンゲン菜のスープ<br>チンゲンサイ、コーン缶、食塩  |
| 23日 金 | 午前<br>牛乳<br>ビスケット   |  |
|       | 午後<br>御飯<br>メンチカツ<br>メンチカツ<br>トマトの甘酢サラダ<br>トマト、きゅうり、酢、しょうゆ、砂糖、ごま油<br>みそ汁(ちんげん菜)<br>油揚げ、チンゲンサイ、にんじん、淡色みそ、ほんだし<br>オレンジ  | 軟飯<br>メンチカツ<br>メンチカツ<br>トマトの和え物<br>トマト、きゅうり<br>みそ汁(ちんげん菜)<br>チンゲンサイ、にんじん、淡色みそ  |
| 26日 月 | 午前<br>牛乳<br>芋けんぴ  |  |
|       | 午後<br>御飯<br>鶏の唐揚げ<br>鶏もも肉、しょうゆ、酒、しょうが、にんにく、片栗粉、油<br>ひじきの煮付け<br>ひじき、にんじん、油揚げ、油、ほんだし、砂糖、しょうゆ、みりん<br>豆腐みそ汁(なす)<br>なす、たまねぎ、木綿豆腐、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし<br>オレンジ   | 軟飯<br>鶏のやわらか煮<br>鶏もも肉、しょうゆ、片栗粉<br>ひじきの煮付け<br>ひじき、にんじん、砂糖、しょうゆ<br>豆腐みそ汁(なす)<br>なす、たまねぎ、木綿豆腐、米みそ(淡色辛みそ)                        |
| 27日 火 | 午前<br>ヨーグルト<br>せんべい   |  |
|       | 午後<br>ロールパン<br>五目焼きそば<br>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、焼きそばめ<br>きゅうりの昆布あえ<br>きゅうり、塩こんぶ<br>わかめスープ<br>ねぎ、カットわかめ、食塩、中華だしの素<br>バナナ   | ロールパン<br>五目焼きそば<br>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<br>わかめスープ<br>ねぎ、カットわかめ、食塩   |
| 28日 水 | 午前<br>牛乳<br>ビスケット   |  |
|       | 午後<br>御飯<br>厚揚げとじゃが芋のそぼろ煮<br>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<br>切干大根の酢の物<br>切り干しだいこん、きゅうり、にんじん、酢、砂糖、しょうゆ<br>みそ汁(もやし、ねぎ)<br>もやし、ねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし<br>キウイフルーツゴールド                     | 軟飯<br>じゃが芋のそぼろ煮<br>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<br>切干大根の煮もの<br>切り干しだいこん、にんじん、砂糖、しょうゆ<br>みそ汁(もやし、ねぎ)<br>もやし、ねぎ、米みそ(淡色辛みそ) |
| 29日 木 | 午前<br>牛乳<br>せんべい  |  |
|       | 午後<br>御飯<br>チキンカレー<br>鶏もも肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油、牛乳、カレールウ<br>パンサンデー<br>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<br>オレンジ  | 軟飯<br>野菜のシチュー<br>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<br>トマトの和え物<br>トマト、きゅうり  |
| 30日 金 | 午前<br>牛乳<br>ビスケット   |  |
|       | 午後<br>御飯<br>白身魚のフリット<br>かたい、食塩、こしょう、卵、小麦粉、油<br>じゃが芋きんぴら<br>じゃがいも、ごぼう、にんじん、油、しょうゆ、砂糖、ごま<br>キャベツのスープ<br>キャベツ、たまねぎ、コンソメ、食塩<br>バナナ  | 軟飯<br>白身魚のソテー<br>かたい、食塩、小麦粉<br>じゃが芋の煮物<br>じゃがいも、にんじん、しょうゆ、砂糖<br>キャベツのスープ<br>キャベツ、たまねぎ、食塩                                     |



\*材料入荷の都合により変更になる場合があります。