

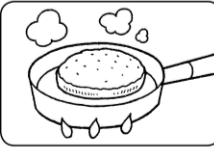
日	離乳食12~18	離乳食9~11	離乳食7~8
1日	午前 牛乳 サブレ		
	昼食 御飯 筑前煮 鶏もも肉、にんじん、ごぼう、れんこん、板こんにゃく、いんげん、水、ほんだし、しょう 春雨サラダ はるさめ、きゅうり、にんじん、酢、しょうゆ、砂糖、ごま油 みそ汁(もやし、ねぎ) もやし、ねぎ、カットわかめ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし オレンジ	軟飯 鶏と野菜の煮物 鶏もも肉、にんじん、水、しょうゆ、砂糖 茹で野菜サラダ きゅうり、にんじん みそ汁(もやし、ねぎ) もやし、ねぎ、カットわかめ、水、米みそ(淡色辛みそ)	おかゆ 鶏と野菜の煮物 鶏もも肉、にんじん、水、しょうゆ、砂糖 茹で野菜サラダ きゅうり、にんじん みそ汁(もやし、ねぎ) もやし、ねぎ、カットわかめ、水、米みそ(淡色辛みそ)
	午後 牛乳 チーズいもち じゃがいも、食塩、片栗粉、チーズ、油		
2日	午前 ヨーグルト せんべい		
	昼食 食パン ミートスパゲティ 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、スパゲティ 野菜スティック(きゅうり、みそ) きゅうり、米みそ(淡色辛みそ)、砂糖 コーンスープ(玉ねぎ) 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 バナナ	食パン ミートスパゲティ 豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、油、小麦粉、水、ケチャップ、食塩、スパゲティ 茹で野菜 きゅうり コーンスープ(玉ねぎ) クリームコーン缶、たまねぎ、水、牛乳、食塩	食パン 野菜スパゲティ たまねぎ、にんじん、食塩、スパゲティ 茹で野菜 きゅうり コーンスープ(玉ねぎ) クリームコーン缶、たまねぎ、水、牛乳、食塩
	午後 牛乳 マカロニきな粉あえ マカロニ、きな粉、砂糖		
3日	午前 牛乳 ビスケット		
	昼食 御飯 鮭の塩焼き さけ、食塩 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 豆腐みそ汁(えのき・わかめ) 木綿豆腐、えのきたけ、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 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、砂糖 豆腐みそ汁(えのき・わかめ) 木綿豆腐、えのきたけ、カットわかめ、水、米みそ(淡色辛みそ)	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、砂糖 豆腐みそ汁(わかめ) 木綿豆腐、カットわかめ、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、牛乳、メープルシロップ		
4日	午前 牛乳 せんべい		
	昼食 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 大根サラダ だいこん、きゅうり、ツナ油漬缶、油、酢、しょうゆ、砂糖 バナナ	軟飯 ポトフ 豚肉(もも)、たまねぎ、にんじん、しょうゆ きゅうりとツナの和え物 きゅうり、ツナ油漬缶、しょうゆ、砂糖 大根スープ だいこん、水、食塩	おかゆ ポトフ たまねぎ、にんじん、しょうゆ きゅうりとツナの和え物 きゅうり、ツナ油漬缶、しょうゆ、砂糖 大根スープ だいこん、水、食塩
	午後 麦茶 ヨーグルト せんべい		
5日	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、水 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 卵スープ(ねぎ) 卵、ねぎ、水、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、砂糖、しょうゆ 卵スープ(ねぎ) 卵、ねぎ、水、しょうゆ、食塩、片栗粉	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、砂糖、しょうゆ 卵スープ(ねぎ) 卵、ねぎ、水、しょうゆ、食塩、片栗粉
	午後 牛乳 コッペパン(ジャム&マーガリン)		
8日	午前 牛乳 サブレ		
	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(小松菜・油揚げ) こまつな、油揚げ、水、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、食塩、しょうゆ みそ汁(こまつな) こまつな、水、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、食塩、しょうゆ みそ汁(こまつな) こまつな、水、米みそ(淡色辛みそ)
	午後 牛乳 お好み焼き 小麦粉、キャベツ、ねぎ、豚ひき肉、ながいも、あおのり、かつお節、油、おたふくお好みソース		
9日	午前 ヨーグルト 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 コールスローサラダ キャベツ、にんじん、酢、砂糖、油、食塩 みそ汁(いも・ねぎ) じゃがいも、ねぎ、水、淡色みそ、ほんだし バナナ	軟飯 鶏のやわらか煮 鶏もも肉、しょうゆ コールスローサラダ キャベツ、にんじん、食塩 みそ汁(いも・ねぎ) じゃがいも、ねぎ、水、淡色みそ	おかゆ 鶏のやわらか煮 鶏もも肉、しょうゆ コールスローサラダ キャベツ、にんじん、食塩 みそ汁(いも・ねぎ) じゃがいも、ねぎ、水、淡色みそ
	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		

日	離乳食12~18	離乳食9~11	離乳食7~8
10日 水	午前 牛乳 ビスケット		
	昼食 御飯 煮込みハンバーグ 豚ひき肉、たまねぎ、油、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 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 たまねぎ、キャベツ、にんじん、水、コンソメ、食塩 キウイフルーツゴールド	軟飯 煮込みハンバーグ 豚ひき肉、たまねぎ、パン粉、牛乳、食塩、ケチャップ、砂糖 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 野菜スープ たまねぎ、キャベツ、にんじん、水、食塩	おかゆ 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 野菜スープ たまねぎ、キャベツ、にんじん、水、食塩
	午後 牛乳 麩のラスク(シュガー) 焼ふ、マーガリン、砂糖		
11日 木	午前 牛乳 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 酢の物 カットわかめ、きゅうり、もやし、食酢(米酢)、砂糖、しょうゆ みそ汁(たまねぎ・豆腐) たまねぎ、木綿豆腐、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし オレンジ	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 和え物 カットわかめ、きゅうり、もやし、砂糖、しょうゆ みそ汁(たまねぎ・豆腐) たまねぎ、木綿豆腐、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、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、砂糖、片栗粉 和え物 カットわかめ、きゅうり、もやし、しょうゆ みそ汁(たまねぎ) たまねぎ、水、米みそ(淡色辛みそ)
	午後 麦茶 あじさいゼリー ぶどう濃縮果汁、砂糖、かんてん(粉)、水、りんご濃縮果汁、砂糖、かんてん(粉)、水 せんべい		
12日 金	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、米みそ(赤色辛みそ)、しょうゆ、ごま油、片栗粉、中華あじ 中華風サラダ キャベツ、きゅうり、にんじん、ごま、酢、砂糖、しょうゆ、ごま油 わかめスープ カットわかめ、えのきたけ、ねぎ、水、中華だしの素、食塩 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、米みそ(赤色辛みそ)、しょうゆ、片栗粉 中華風サラダ キャベツ、きゅうり、にんじん、砂糖、しょうゆ わかめスープ カットわかめ、ねぎ、水、食塩	おかゆ 豆腐煮 木綿豆腐、たまねぎ、にんじん、しょうゆ 中華風サラダ キャベツ、きゅうり、にんじん、砂糖、しょうゆ わかめスープ カットわかめ、ねぎ、水、食塩
	午後 牛乳 野菜かりんどう		
15日 月	午前 牛乳 サブレ		
	昼食 御飯 鮭の塩焼き さけ、食塩 小松菜のごま和え こまつな、にんじん、すりごま、しょうゆ、砂糖 みそ汁(たまねぎ・油揚げ) 油揚げ、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 鮭の塩焼き さけ、食塩 小松菜の和え物 こまつな、にんじん、しょうゆ、砂糖 みそ汁(たまねぎ) たまねぎ、にんじん、水、米みそ(淡色辛みそ)	おかゆ 鮭の塩焼き さけ、食塩 小松菜の和え物 こまつな、にんじん、しょうゆ、砂糖 みそ汁(たまねぎ) たまねぎ、にんじん、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		
16日 火	午前 ヨーグルト せんべい		
	昼食 きつねうどん ゆでうどん、油揚げ、しょうゆ、砂糖、カットわかめ、にんじん、ねぎ、水、ほんだし、しょうゆ、本みりん ちくわ磯辺揚げ ちくわ、あおのり、小麦粉、水、油 酢の物 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 バナナ	うどんのやわらか煮 ゆでうどん、カットわかめ、にんじん、ねぎ、水、しょうゆ きゅうりの和え物 カットわかめ、きゅうり、もやし、砂糖、しょうゆ	うどんのやわらか煮 ゆでうどん、カットわかめ、にんじん、ねぎ、水、しょうゆ きゅうりの和え物 カットわかめ、きゅうり、もやし、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		
17日 水	午前 牛乳 ビスケット		
	昼食 御飯 豚肉のしょうが焼き 豚肉(もも)、たまねぎ、しょうゆ、しょうが、酒、油 小松菜のソテー こまつな、キャベツ、コーン缶、しょうゆ、食塩、コンソメ、油 豆腐みそ汁(なす) 木綿豆腐、なす、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし オレンジ	軟飯 豆腐煮 木綿豆腐、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 みそ汁(なす) なす、水、米みそ(淡色辛みそ)	おかゆ 豆腐煮 木綿豆腐、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 みそ汁(なす) なす、水、米みそ(淡色辛みそ)
	午後 牛乳 きなこトースト 食パン、バター、砂糖、きな粉		
18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、牛乳、カレールー パンサンスー はるさめ、トマト、きゅうり、かにかまぼこ、酢、砂糖、しょうゆ、すりごま、ごま油 バナナ	軟飯 豚と野菜のシチュー 豚肉(もも)、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、牛乳、小麦粉、食塩 トマトときゅうりの和え物 トマト、きゅうり	おかゆ 野菜のシチュー じゃがいも、たまねぎ、にんじん、牛乳、小麦粉、食塩 トマトときゅうりの和え物 トマト、きゅうり
	午後 牛乳 麩のラスク(青のり) 焼ふ、バター、あおのり		
19日 金	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 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・なめこ) だいこん、なめこ、ねぎ、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 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・なめこ) だいこん、なめこ、ねぎ、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 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・なめこ) だいこん、なめこ、ねぎ、水、米みそ(淡色辛みそ)
	午後 牛乳 ビスケット		

日	離乳食12~18	離乳食9~11	離乳食7~8
22日 月	午前 牛乳 サブレ		
	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 ひじきの炒り煮(ちくわ) ひじき、にんじん、ちくわ、油、砂糖、しょうゆ、みりん、水、ほんだし みそ汁(キャベツ・えのき) キャベツ、えのきたけ、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 ひじきの煮物 ひじき、にんじん、砂糖、しょうゆ、水 みそ汁(キャベツ・えのき) キャベツ、えのきたけ、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 ひじきの煮物 ひじき、にんじん、砂糖、しょうゆ、水 みそ汁(キャベツ) キャベツ、水、米みそ(淡色辛みそ)
	午後 牛乳 蒸しパン ホットケーキミックス、豆乳、砂糖		
23日 火	午前 ヨーグルト せんべい		
	昼食 キッズピビンパ 米、豚ひき肉、鶏ひき肉、油、ねぎ、しょうが、にんにく、しょうゆ、酒、食塩、砂糖、もやし、にんじん、水、食塩、ごま油、ほうれんそう、しょうゆ、ごま油、ごま 粉ふき芋 じゃがいも、食塩、パセリ粉 はるさめスープ はるさめ、チンゲンサイ、コーン缶、水、中華だしの素、食塩 バナナ	野菜おじや 米、鶏ひき肉、ねぎ、もやし、にんじん、ほうれんそう、しょうゆ 粉ふき芋 じゃがいも、食塩 チンゲン菜のスープ チンゲンサイ、水、食塩	野菜おじや 米、鶏ひき肉、ねぎ、もやし、にんじん、ほうれんそう、しょうゆ 粉ふき芋 じゃがいも、食塩 チンゲン菜のスープ チンゲンサイ、水、食塩
	午後 牛乳 マシュマロおこし バター、マシュマロ、コーンフレーク		
24日 水	午前 牛乳 ビスケット		
	昼食 食パン 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 豆腐スープ(わかめ) 木綿豆腐、ねぎ、カットわかめ、水、中華だしの素、食塩 オレンジ	軟飯 豆腐の野菜あんかけ 木綿豆腐、キャベツ、にんじん、もやし、ピーマン、しょうゆ、片栗粉 茹で野菜 きゅうり わかめスープ ねぎ、カットわかめ、水、食塩	おかゆ 豆腐の野菜あんかけ 木綿豆腐、キャベツ、にんじん、もやし、ピーマン、しょうゆ、片栗粉 茹で野菜 きゅうり わかめスープ ねぎ、カットわかめ、水、食塩
	午後 牛乳 わかめおにぎり 米、炊き込みわかめ		
25日 木	午前 牛乳 せんべい		
	昼食 御飯 白身魚のフライ かれい、食塩、小麦粉、パン粉、油、ケチャップ 小松菜のあえ物 こまつな、もやし、にんじん、コーン缶、しょうゆ、砂糖 キャベツのスープ キャベツ、たまねぎ、水、コンソメ、食塩 バナナ	軟飯 カレイの煮つけ かれい、しょうゆ 小松菜のあえ物 こまつな、もやし、にんじん、コーン缶、しょうゆ、砂糖 キャベツのスープ キャベツ、たまねぎ、水、食塩	おかゆ カレイの煮つけ かれい、しょうゆ 小松菜のあえ物 こまつな、もやし、にんじん、しょうゆ、砂糖 キャベツのスープ キャベツ、たまねぎ、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		
26日 金	午前 牛乳 ビスケット		
	昼食 五目ラーメン 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 蒸しシュウマイ オレンジ	野菜おじや 米、キャベツ、もやし、にんじん、カットわかめ、ねぎ、しょうゆ	野菜おじや 米、キャベツ、もやし、にんじん、カットわかめ、ねぎ、しょうゆ
	午後 牛乳 コーンフレーク(ココア) コーンフレーク、ココア		
29日 月	午前 牛乳 サブレ		
	昼食 カレーうどん ゆでうどん、豚肉(もも)、油揚げ、たまねぎ、にんじん、ねぎ、油、水、ほんだし、カレーパウダー、しょうゆ、みりん、中濃ソース、片栗粉 キャベツの胡麻和え キャベツ、にんじん、ちくわ、すりごま、しょうゆ、砂糖 オレンジ	やわらかうどん ゆでうどん、豚肉(もも)、たまねぎ、にんじん、ねぎ、水、しょうゆ キャベツの和え物 キャベツ、にんじん、しょうゆ、砂糖	やわらかうどん ゆでうどん、たまねぎ、にんじん、ねぎ、水、しょうゆ キャベツの和え物 キャベツ、にんじん、しょうゆ、砂糖
	午後 牛乳 コッペンパン(あんこ&マーガリン)		
30日 火	午前 ヨーグルト せんべい		
	昼食 御飯 鶏肉のごまみそ焼き 鶏もも肉、米みそ(淡色辛みそ)、しょうゆ、みりん、砂糖、ごま キャベツのおかか和え キャベツ、きゅうり、にんじん、しょうゆ、かつお節 すまし汁(小松菜、えのき) こまつな、えのきたけ、水、しょうゆ、食塩、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 キャベツの和え物 キャベツ、きゅうり、にんじん、しょうゆ すまし汁(小松菜、えのき) こまつな、えのきたけ、水、しょうゆ、食塩	おかゆ 鶏肉のやわらか煮 鶏もも肉、しょうゆ キャベツの和え物 キャベツ、きゅうり、にんじん、しょうゆ すまし汁(小松菜、えのき) こまつな、えのきたけ、水、しょうゆ、食塩
	午後 ジュース(アップル&キャロット) せんべい		

\* 材料入荷の都合により変更になる場合があります。

◆◆◆食中毒予防の3原則◆◆◆

つけない	増やさない	やっつける
		
手には雑菌がついてい ます。石けんでしっかり 手洗いをしましょう。	食品の購入後はできる だけ早く冷蔵庫に入れ、 早めに食べきりましょう。	加熱は効果的な殺菌方 法です。特に、肉は中心 までよく加熱しましょう。

☆今月のひとこと☆  
梅雨の季節となりました。  
食中毒が発生しやすい時期です。  
食品の取り扱いにも十分気をつけて元気に過ごしましょう。