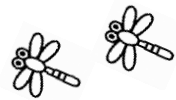




日付	完了期		中・後期		初期
	昼食	◎午前おやつ・午後おやつ	午前	午後	昼食
1(木)	ごはん お好みあげ 出し煮 豆腐のすまし汁 焼きのり	◎牛乳、かぼちゃポーロ 牛乳 えびスナック がんばれ野菜	かゆ ツナのケチャップ煮 豆腐のすまし汁	かゆ 魚のみそ煮 野菜スープ りんご	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮 りんご
2(金)	ごはん 鯖の照焼 ひじき豆 かき卵汁	◎牛乳、全粒粉クラッカー 牛乳 ヨーグルトホットケーキ みかんジャム	かゆ 煮魚 すまし汁	かゆ じゃがいものそぼろ煮 みそ汁 りんご	10倍がゆ 魚のとろとろ煮 りんご
3(土)	チャンポン麺 大根の煮物	◎牛乳、ふわふわチップにんじん味 牛乳 ミニミレービスケット ぼたぼた焼き	かゆ 豚肉と大根の旨煮 みそ汁	かゆ めんのかたくた煮 りんご	10倍がゆ 野菜のとろとろ煮 りんご
5(月)	ごはん マーボー豆腐 糸かまぼこのすまし汁	◎牛乳、野菜スティック 牛乳 さつま芋のフリッター	かゆ マーボー豆腐 麩のすまし汁	かゆ 魚のケチャップ煮 みそ汁 りんご	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮 りんご
6(火)	ごはん 焼き魚のごまだれ 小松菜の煮浸し 麩のみそ汁	◎牛乳、ハイハイン 牛乳 りんごのケーキ	かゆ 煮魚 麩のみそ汁	かゆ ツナじゃが スープ煮 りんご	10倍がゆ 魚のとろとろ煮 りんご
7(水)	ごはん 鶏肉のケチャップ煮 人参とさつまいもの甘煮 豆腐のすまし汁	◎牛乳、カリポテスナック 牛乳、サラダかきもち ひじきスティック 柿	かゆ 鶏肉のケチャップ煮 豆腐のすまし汁	かゆ 煮魚 みそ汁 りんご	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮 りんご
8(木)	ごはん 煮魚 じゃがいもの炒め煮 大根のみそ汁	◎牛乳、かぼちゃポーロ 牛乳 源氏パイ ソフトせんべい	かゆ 煮魚 大根のみそ汁	かゆ 炒り豆腐 麩のすまし汁 りんご	10倍がゆ 魚のとろとろ煮 りんご
9(金)	うずまきパン クリームシチュー キャベツのソテー	◎牛乳、全粒粉クラッカー 牛乳 五平餅	かゆ クリームシチュー キャベツの煮浸し	かゆ 煮魚 みそ汁 りんご	10倍がゆ 野菜のとろとろ煮 りんご
10(土)	肉うどん チャンプル	◎牛乳、ふわふわチップにんじん味 牛乳 たべっ子ベイビー 元気カリポテミニ	かゆ 肉豆腐 みそ汁	かゆ うどんのかたくた煮 りんご	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮 りんご
12(月)	ごはん 卵焼きの和風あんかけ 豆腐のすまし汁 ささみフレークのふりかけ	◎牛乳、野菜スティック 牛乳 りんごのトースト	かゆ あんかけ豆腐 すまし汁	かゆ 煮魚 みそ汁 りんご	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮 りんご
13(火)	ごはん 筑前煮 白菜のみそ汁 焼きのり	◎牛乳、ハイハイン 牛乳、お米スナック甘口しょうゆ味 牛乳かりんとう りんご	かゆ 鶏肉とじゃがいもの煮物 白菜のみそ汁	かゆ 魚のみそ煮 野菜スープ りんご	10倍がゆ 野菜のとろとろ煮 りんご
14(水)	ごはん 魚のサクサク揚げ 粉吹芋 高野のけんちん汁	◎牛乳、カリポテスナック 牛乳 黒糖蒸しパン	かゆ 魚の野菜あんかけ 豆腐のすまし汁	かゆ 南瓜のそぼろ煮 麩のみそ汁 りんご	10倍がゆ 魚のとろとろ煮 りんご
15(木)	ごはん ポークビーンズ さつまいものスープ	◎牛乳、かぼちゃポーロ 牛乳、ソフト豆もち 1歳からのサッポロポテト ハイチーズ	かゆ 豚肉のケチャップ煮 さつまいものスープ	かゆ 煮魚 麩のみそ汁 りんご	10倍がゆ 野菜のとろとろ煮 りんご
16(金)	ごはん 魚のかば焼き 切干大根のやわらか煮 豆腐のみそ汁	◎牛乳、全粒粉クラッカー 牛乳 お好み焼き	かゆ 煮魚 豆腐のみそ汁	かゆ 豚肉とキャベツの煮物 すまし汁 りんご	10倍がゆ 魚のとろとろ煮 りんご
17(土)	チャンポン麺 大根の煮物	◎牛乳、ふわふわチップにんじん味 牛乳 ミニミレービスケット ぼたぼた焼き	かゆ 豚肉と大根の旨煮 みそ汁	かゆ めんのかたくた煮 りんご	10倍がゆ 野菜のとろとろ煮 りんご



日付	完了期		中・後期		初期
	昼食	◎午前おやつ・午後おやつ	午前	午後	昼食
19(月)	ごはん マーボー豆腐 糸かまぼこのすまし汁	◎牛乳、野菜スティック 牛乳 鬼まんじゅう 冷凍みかん	かゆ マーボー豆腐 すまし汁	かゆ 魚のケチャップ煮 みそ汁 りんご	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮 りんご
20(火)	ごはん 魚のごま味噌焼き 小松菜の煮浸し かき卵汁	◎牛乳、ハイハイン 牛乳 マカロニグラタン	かゆ 魚のみそ煮 すまし汁	かゆ ツナかぼちゃ みそ汁 りんご	10倍がゆ 魚のとろとろ煮 りんご
21(水)	ごはん 揚げじゃが芋のうま煮 豆腐のみそ汁	◎牛乳、カリボテスナック 牛乳、サラダかきもち ひじきスティック 柿	かゆ 肉じゃが 豆腐のみそ汁	かゆ 魚の野菜あんかけ ポテトスープ りんご	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮 りんご
22(木)	紅葉ごはん ほっけの塩焼き 五目豆 豚汁	◎牛乳、かぼちゃポーロ 牛乳 源氏パイ ソフトせんべい	かゆ 煮魚 豚汁	かゆ 炒り豆腐 すまし汁 りんご	10倍がゆ 魚のとろとろ煮 りんご
23(金)	ごはん 鶏肉のやわらか煮 キャベツのソテー 野菜スープ	◎牛乳、全粒粉クラッカー アシドミルクプラス ミニ動物ビスケット 星たべよ	かゆ 鶏肉のやわらか煮 野菜スープ	かゆ 魚の野菜あんかけ みそ汁 りんご	10倍がゆ 野菜のとろとろ煮 りんご
24(土)	かやくうどん チャンプル	◎牛乳、ふわふわチップにんじん味 牛乳 たべっ子ベイビー 元気カリポテミニ	かゆ 肉豆腐 みそ汁	うどんのくたくた煮 りんご	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮 りんご
26(月)	ごはん すき焼き風煮 じゃがいものみそ汁	◎牛乳、野菜スティック 牛乳 紫芋パン フルーツ野菜ゼリー	かゆ すき焼き風煮 みそ汁	かゆ ツナと白菜の煮浸し すまし汁 りんご	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮 りんご
27(火)	ごはん 豚肉の焼肉風 豆腐のすまし汁	◎牛乳、ハイハイン 牛乳、ミルクスティック スイートポリコーン みかん	かゆ 豚肉のみそ煮 豆腐のすまし汁	かゆ 煮魚 みそ汁 みかん	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮 りんご
28(水)	ごはん 魚のムニエル ほうれん草のソテー かぼちゃスープ	◎牛乳、カリボテスナック 牛乳 さつま芋とりんごの重ね煮	かゆ 煮魚 かぼちゃスープ	かゆ 豆腐と野菜の煮物 みそ汁 りんご	10倍がゆ 魚のとろとろ煮 りんご
29(木)	ごはん 木の葉煮 大根のみそ汁 焼きのり	◎牛乳、かぼちゃポーロ 牛乳、ソフト豆もち 1歳からのサッポロポテト ハイチーズ	かゆ 豆腐の野菜あんかけ みそ汁	かゆ 魚のみそ煮 すまし汁 りんご	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮 りんご
30(金)	パーカーパン 魚のケチャップ煮 野菜のソテー ポテトスープ	◎牛乳、全粒粉クラッカー 牛乳 かぼちゃケーキ	かゆ 魚のケチャップ煮 ポテトスープ	かゆ 煮奴 みそ汁 りんご	10倍がゆ 魚のとろとろ煮 りんご
31(土)	きつねうどん 白菜の煮浸し	◎牛乳、ふわふわチップにんじん味 牛乳 たべっ子動物ビスケット 昆布おかき	かゆ ツナと白菜の煮物 みそ汁	うどんのくたくた煮 りんご	10倍がゆ 野菜のとろとろ煮 りんご

※ 粉ミルクは別に用意しています

- 初期 つぶしがゆを主として、野菜等はかたまりのない滑らかなトロトロ状
  - 中期 おかゆを主として、おかずは舌で楽につぶせるベタベタ状からあらつぶし
  - 後期 おかゆ又は軟らかめのご飯を主として、おかずは歯茎で楽につぶせる軟らかさ
  - 完了期 軟らかめのご飯を主として、おかずは歯茎で噛める軟らかさ
- 午前・午後のおやつは、子どもの食べやすさに応じて調整します



<注意しましょう！>

はちみつは、乳児ボツリヌス症予防のために満1歳までは使わないでください  
乳児ボツリヌス症は、乳児の腸内細菌叢が成人と異なるために起こる疾病です

