



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(土)	肉うどん 白菜の煮浸し	◎牛乳、サクッとあられ 牛乳 源氏パイ アパマンのソフせん	かゆ ツナと白菜の煮浸し 豚汁	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
3(月)	鮭のまぜごはん 鶏の照焼き キャベツとチンゲン菜の煮浸し 豆腐のすまし汁,みかん	◎牛乳、お子さませんべい 牛乳 かぼちゃポーロ 根昆布あられ,国産りんごゼリー	かゆ 豚肉と野菜の煮物 豆腐のすまし汁	かゆ 煮奴 みそ汁 みかん	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮 りんご
4(火)	ごはん ホキのムニエル ほうれん草のソテー 豆のクリームスープ	◎牛乳、アパマンのソフせん 牛乳 ひじきスティック 畑のクラッカー,りんご	かゆ 煮魚 豆のスープ煮	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
5(水)	ごはん ジャージャー豆腐 糸かまぼこのすまし汁	◎牛乳、紫芋チップ 牛乳 きな粉トースト	かゆ 豚肉のみそ炒め煮 青菜のすまし汁	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
6(木)	ごはん 焼き魚のごまだれ 煮豆 味噌汁	◎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 魚の野菜あんかけ みそ汁	かゆ ツナじゃが すまし汁 りんご	10倍がゆ 魚のとろとろ煮 りんご
7(金)	ごはん 鶏肉と野菜の旨煮 豆腐のすまし汁	◎牛乳、ミニ動物ビスケット 牛乳 ふかし芋 いよかん	かゆ 鶏肉と野菜の旨煮 豆腐のすまし汁	かゆ 煮奴 野菜スープ いよかん	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮 りんご
8(土)	かやくうどん 大根の煮物	◎牛乳、サクッとあられ 牛乳 たべっ子動物ビスケット 昆布おかき	かゆ 鶏肉のやわらか煮 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
10(月)	ごはん すき焼き風煮 和風春雨スープ	◎牛乳、お子さませんべい 牛乳 野菜蒸しパン	かゆ すき焼き風煮 春雨スープ	かゆ みそ煮魚 すまし汁 りんご	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮 りんご
12(水)	ごはん 卵焼き 洋風ひじき 大根のみそ汁	◎牛乳、紫芋チップ 牛乳 シュガーバタートースト	かゆ 豆腐の野菜あんかけ みそ汁	かゆ ツナと小松菜の煮浸し すまし汁 りんご	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮 りんご
13(木)	わかめごはん お好み揚げ出し煮 豆腐のすまし汁	◎牛乳、かぼちゃポーロ 牛乳 水族館クッキー 1歳からのかっぱえびせん	かゆ みそ煮魚 すまし汁	かゆ 炒り豆腐 みそ汁 りんご	10倍がゆ 魚のとろとろ煮 りんご
14(金)	ごはん カレイの照焼き 炒り豆腐 じゃがいものみそ汁	◎牛乳、ミニ動物ビスケット 牛乳 さつま芋とりんごの重ね煮	かゆ 煮魚 みそ汁	かゆ 豆腐の野菜あんかけ すまし汁 りんご	10倍がゆ 魚のとろとろ煮 りんご
15(土)	ミートスパゲティ 豆腐のすまし汁	◎牛乳、サクッとあられ 牛乳 源氏パイ アパマンのソフせん	かゆ じゃが芋のそぼろ煮 豆腐のすまし汁	めんのかたくた煮 りんご	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮 りんご



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
17(月)	ごはん 洋風おでん 豆腐のすまし汁 焼きのり	◎牛乳、お子さませんべい 牛乳 ドーナツ	かゆ 洋風おでん 豆腐のすまし汁	かゆ 魚のみぞれ煮 みそ汁 りんご	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮 りんご
18(火)	ごはん 煮魚 おかか炒め 豚汁	◎牛乳、アパカビシット 牛乳、全粒粉クラッカー 元気あまからせん ハイチーズ、りんご	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
19(水)	ごはん マーボー豆腐 もずくのスープ	◎牛乳、紫芋チップ アシドミルクプラス ミニビシット ソフトせんべい塩味	かゆ マーボー豆腐 豆腐のスープ	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
20(木)	ごはん 揚げ魚のごまだれ 添え野菜 スープ煮	◎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 魚の野菜あんかけ ポテトスープ	かゆ 豚肉のそぼろ煮 みそ汁 りんご	10倍がゆ 魚のとろとろ煮 りんご
21(金)	ごはん ポークシチュー ビーフンソテー	◎牛乳、ミニ動物ビシット 牛乳 米粉ときな粉のマフィン	かゆ ポークシチュー 煮浸し	かゆ 魚のあんかけ みそ汁 りんご	10倍がゆ 魚のとろとろ煮 りんご
22(土)	きつねうどん 白菜の煮浸し	◎牛乳、サクッとあられ 牛乳 たべっ子動物ビシット 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
25(火)	ごはん ハム入り卵焼き 魚のふりかけ 大根の味噌汁	◎牛乳、アパカビシット 牛乳 大学芋	かゆ あんかけ豆腐 みそ汁	かゆ 魚のみぞれ煮 芋汁 りんご	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮 りんご
26(水)	ごはん 鯖の照焼 ひじきのやわらか煮 豆腐の味噌汁	◎牛乳、紫芋チップ 牛乳 ホットドック（ウインナー）	かゆ 煮魚 みそ汁	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
27(木)	ごはん 八宝菜 ワンタンスープ	◎牛乳、かぼちゃポーロ 牛乳 水族館クッキー 1歳からのかっぱえびせん	かゆ 八宝菜風 ワンタンスープ	かゆ ツナじゃが みそ汁 りんご	10倍がゆ 野菜のとろとろ煮 りんご
28(金)	ごはん 鮭のムニエル キャベツのソテー ポテトスープ	◎牛乳、ミニ動物ビシット 牛乳 南瓜ケーキ	かゆ 魚のみそ煮 ポテトスープ	かゆ 煮奴 南瓜スープ りんご	10倍がゆ 魚のとろとろ煮 りんご
29(土)	かやくうどん 大根の煮物	◎牛乳、サクッとあられ 牛乳 源氏パイ ソフトせんべい塩味	かゆ 鶏肉のやわらか煮 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

