



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(水)	ごはん 魚のバターしょうゆ焼き 野菜炒め ポテトスープ	◎牛乳、紫芋チップ 牛乳 きなこ入りホットケーキ	かゆ 煮魚 ポテトスープ	かゆ じゃが芋のそぼろ煮 すまし汁 りんご	10倍がゆ 魚のとろとろ煮 りんご
2(木)	ごはん 洋風おでん かき卵汁 焼きのり	◎牛乳、野菜スティック 牛乳 カニビス ソフト豆もち	かゆ 洋風おでん 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
3(金)	ごはん 魚の竜田揚げ 粉吹き芋 豆腐の味噌汁	◎牛乳、のりものビスケット 元気ソフールヨーグルト フルーツミックス ソフトせんべい塩味	かゆ 魚の野菜あんかけ 豆腐のみそ汁	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
4(土)	かやくうどん かぼちゃのそぼろ煮	◎牛乳、ふわふわチップ 牛乳 元気カリポテミニ ミニミレービスケット	かゆ かぼちゃのそぼろ煮 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
6(月)	うずまきパン 豚肉の焼肉風 かぼちゃスープ	◎牛乳、赤ちゃんせんべい 牛乳 フライドポテト 冷凍みかん	かゆ 豚肉のみそ煮 かぼちゃスープ	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
7(火)	わかめごはん 鯖のごま味噌焼き 野菜ソテー そうめん汁 みかん缶	◎牛乳、全粒粉クラッカー 牛乳 星たべよ ココナツサブレ メロン	かゆ 魚のあんかけ そうめん汁	かゆ 煮やっこ みそ汁 りんご	10倍がゆ 魚のとろとろ煮 りんご
8(水)	ごはん かき揚げ 出し煮 もずくのスープ	◎牛乳、紫芋チップ 牛乳 りんごのトースト	かゆ ツナのケチャップ煮 豆腐のすまし汁	かゆ 魚の野菜あんかけ すまし汁 りんご	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮 りんご
9(木)	ごはん 煮魚 ひじきと高野の炒り煮 豆腐のみそ汁	◎牛乳、野菜スティック 牛乳 アンパンマンのソフトせん ビスコ	かゆ 煮魚 みそ汁	かゆ じゃがいものそぼろ煮 すまし汁 りんご	10倍がゆ 魚のとろとろ煮 りんご
10(金)	ごはん ビーフシチュー 焼きビーフン	◎牛乳、のりものビスケット ジョア アパカスビスケット 元気あまからせん	かゆ ビーフシチュー キャベツのやわらか煮	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
11(土)	ナポリタンスパゲティー 豆腐のすまし汁	◎牛乳、ふわふわチップ 牛乳 ミニ野菜スティック こぼ柿	かゆ あんかけ豆腐 ふのすまし汁	スパゲティのケチャップ煮 りんご	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮 りんご
13(月)	ごはん 肉じゃが 麩の味噌汁 焼きのり	◎牛乳、赤ちゃんせんべい 牛乳 ひじきスティック ごぼうスナック,すいか	かゆ 肉じゃが みそ汁	かゆ 豆腐のクリーム煮 ポテトスープ りんご	10倍がゆ 魚のとろとろ煮 りんご
14(火)	ごはん 鶏肉の野菜あんかけ 豆腐のすまし汁	◎牛乳、全粒粉クラッカー 牛乳 ヨーグルトホットケーキ トマトジャム	かゆ 鶏肉と野菜の煮物 豆腐のすまし汁	かゆ 魚の野菜あんかけ ふのみそ汁 りんご	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮 りんご
15(水)	ごはん 鮭の漬け焼き なすの炒め煮 豚汁	◎牛乳、紫芋チップ 牛乳 紫いもパン フルーツ野菜ゼリー	かゆ 煮魚 みそ汁	かゆ 肉豆腐 すまし汁 りんご	10倍がゆ 魚のとろとろ煮 りんご

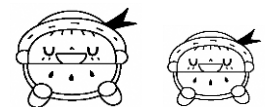


日付	完了期		中・後期		初期
	昼食	◎牛乳、午前おやつ・午後おやつ	午前	午後	昼食
16(木)	ごはん ポークビーンズ 冬瓜のすまし汁	◎牛乳、野菜スティック 牛乳 カニピス ソフト豆もち	かゆ 豚肉のケチャップ煮 冬瓜のすまし汁	かゆ 魚の冬瓜あんかけ すまし汁 りんご	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮 りんご
17(金)	ごはん ホッケの塩焼き 卵とし煮 味噌汁	◎牛乳、のりものビスケット 牛乳 マカロニグラタン	かゆ 魚の野菜あんかけ みそ汁	かゆ ツナじゃが マカロニスープ りんご	10倍がゆ 魚のとろとろ煮 りんご
18(土)	かやくうどん かぼちゃのそぼろ煮	◎牛乳、ふわふわチップ 牛乳 元気カリポテミニ ミニミレービスケット	かゆ かぼちゃのそぼろ煮 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
20(月)	ごはん 五目炒め 豆腐のすまし汁	◎牛乳、赤ちゃんせんべい 牛乳、じゃがバター お米スナック甘ロしょうゆ味 国産りんごゼリー	かゆ 豚肉とキャベツの煮物 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
21(火)	ごはん ホキのパン粉焼き 洋風切り干し大根 なすの味噌汁	◎牛乳、全粒粉クラッカー 牛乳 かぼちゃのおやき ハイチーズ	かゆ 煮魚 みそ汁	かゆ 煮やっこ かぼちゃスープ りんご	10倍がゆ 魚のとろとろ煮 りんご
22(水)	ごはん 洋風おでん かき卵汁 焼きのり	◎牛乳、紫芋チップ 牛乳 サクッとコーンクッキー 畑のクラッカー、すいか	かゆ 洋風おでん 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
25(土)	ナポリタンスパゲティー 豆腐のすまし汁	◎牛乳、ふわふわチップ 牛乳 ミニ野菜スティック こぶ柿	かゆ あんかけ豆腐 心のすまし汁	スパゲティのケチャップ煮 りんご	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮 りんご
27(月)	パーカーパン ポークシチュー ビーフンソテー	◎牛乳、赤ちゃんせんべい 牛乳 焼きおにぎり 冷凍みかん	かゆ ポークシチュー 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
28(火)	ごはん 鮭のバター焼き コーンスープ	◎牛乳、全粒粉クラッカー 牛乳 じゃがいものチーズ焼き	かゆ 魚の野菜あんかけ コーンスープ	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
29(水)	ごはん とり肉と野菜のうま煮 麩のすまし汁	◎牛乳、紫芋チップ 牛乳 ロングサラダ ミルクスティック、すいか	かゆ とり肉と野菜のうま煮 麩のすまし汁	かゆ 魚のみそ煮 かぼちゃスープ りんご	10倍がゆ 野菜のとろとろ煮 りんご
30(木)	ごはん 魚の照焼 煮豆 南瓜の味噌汁	◎牛乳、野菜スティック 牛乳 アンパンマンのソフトせん ビスコ	かゆ 煮魚 南瓜の味噌汁	かゆ ツナと南瓜の煮物 野菜スープ りんご	10倍がゆ 魚のとろとろ煮 りんご
31(金)	とうもろこしごはん 煮込みハンバーグ 野菜のソテー 豆腐のすまし汁	◎牛乳、のりものビスケット 牛乳 野菜蒸しパン	かゆ 野菜のケチャップ煮 豆腐のすまし汁	かゆ 魚の野菜あんかけ みそ汁 りんご	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮 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。

