



日付	完了期		中・後期		初期
	昼食	◎牛乳、野菜スナック 牛乳 ミニ動物ビスケット 1歳からのサッポロポテト	午前	午後	昼食
1(土)	肉うどん チャンプル	◎牛乳、野菜スナック 牛乳 ミニ動物ビスケット 1歳からのサッポロポテト	かゆ 豚肉と野菜の煮物 みそ汁	うどんのくたくた煮 りんご	10倍がゆ 魚のとろとろ煮 りんご
3(月)	ごはん かき揚げの出し煮 豆腐のすまし汁	◎牛乳、おこめのすなっく 牛乳 チーズツナトースト	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 みそ汁 りんご	10倍がゆ 魚のとろとろ煮 りんご
4(火)	ごはん 関東煮 なすの味噌汁 焼きのり	◎牛乳、元気あまからせん 牛乳 エースコイン 昆布のかおり、すいか	かゆ 関東煮 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
5(水)	ごはん カレイの漬け焼き ひじきのやわらか煮 豆腐の味噌汁	◎牛乳、アパ [®] カ [®] ビ [®] スナック 牛乳 じゃがバター 牛乳かりんとう	かゆ 煮魚 みそ汁	かゆ 豆腐のクリーム煮 すまし汁 りんご	10倍がゆ 魚のとろとろ煮 りんご
6(木)	ごはん ポークシチュー 春雨の炒め物	◎牛乳、サクッとあられ 牛乳 たべっこベイビー アパ [®] マ [®] のリトせん	かゆ ポークシチュー 南瓜の煮物	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(金)	ごはん 魚のムニエル キャベツのソテー 卵とトマトのスープ	◎牛乳、胚芽スティック 牛乳 おとし揚げ	かゆ 魚の野菜あんかけ トマトスープ	かゆ 煮奴 みそ汁 りんご	10倍がゆ 魚のとろとろ煮 りんご
8(土)	和風スパゲティー じゃが芋のみそ汁	◎牛乳、野菜スナック 牛乳 えびスナック ぼたぼた焼き	かゆ 豆腐の煮物 麩のみそ汁	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
11(火)	ごはん 五目炒め わかめスープ	◎牛乳、元気あまからせん 牛乳 源氏パイ ロングサラダ	かゆ 豚肉と野菜の旨煮 野菜スープ	かゆ 魚と野菜のクリーム煮 みそ汁 りんご	10倍がゆ 魚のとろとろ煮 りんご
12(水)	ごはん 鶏肉と高野の煮物 豆腐の味噌汁 ふりかけ鉄之助	◎牛乳、アパ [®] カ [®] ビ [®] スナック 牛乳 ミニミレービスケット サラダうす焼き	かゆ 鶏肉と高野の煮物 味噌汁	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
13(木)	ごはん 豚肉とキャベツの炒め物 かぼちゃのみそ汁	◎牛乳、サクッとあられ 牛乳 おでかけマンナ 昆布おかき	かゆ 煮魚 かぼちゃのみそ汁	かゆ 野菜のクリーム煮 すまし汁 りんご	10倍がゆ 魚のとろとろ煮 りんご
14(金)	ごはん 肉じゃが 豆腐のすまし汁 焼きのり	◎牛乳、胚芽スティック 牛乳 ミニたべっこどうぶつM17 [®] ル 元気カリポテミニ	かゆ 肉じゃが 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
15(土)	肉うどん チャンプル	◎牛乳、野菜スナック 牛乳 ミニ動物ビスケット 1歳からのサッポロポテト	かゆ 豚肉と野菜の煮物 みそ汁	うどんのかたくた煮 りんご	10倍がゆ 魚のとろとろ煮 りんご
17(月)	ごはん 豚肉のやわらか煮 豆腐のすまし汁	◎牛乳、おこめのすなっく 牛乳 りんご蒸しパン	かゆ 豚肉のやわらか煮 豆腐のすまし汁	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



日付	完了期		中・後期		初期
	昼食	◎牛乳、元氣あまからせん ◎午前おやつ・午後おやつ	午前	午後	昼食
18(火)	ごはん ホキのごま味噌焼き なすの炒め煮 かき卵汁	◎牛乳、元氣あまからせん 牛乳 スイートパンプキン ピーチゼリー	かゆ 魚のみそ煮 すまし汁	かゆ ツナと南瓜の煮物 みそ汁 りんご	10倍がゆ 魚のとろとろ煮 りんご
19(水)	ごはん 筑前煮 豆腐のみそ汁 じゃこのやわらか煮	◎牛乳、アパガスピスクット 牛乳 黒糖パン 冷凍みかん	かゆ 鶏肉のうま煮 豆腐のみそ汁	かゆ 煮魚 すまし汁 りんご	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮 りんご
20(木)	ごはん カラスガレイの照焼 切干大根のやわらか煮 冬瓜のすまし汁	◎牛乳、サクッとあられ 牛乳、たべっこベイビー アパソンのソフトせん 型抜きチーズ	かゆ 煮魚 冬瓜のすまし汁	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
21(金)	うずまきパン ビーフシチュー マカロニソテー	◎牛乳、胚芽スティック 牛乳 エースコイン お米スナック甘口しょうゆ味	かゆ ビーフシチュー ツナとキャベツの煮浸し	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
22(土)	和風スパゲティー じゃが芋のみそ汁	◎牛乳、野菜スナック 牛乳 えびスナック ぼたぼた焼き	かゆ 豆腐の煮物 麩のみそ汁	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
24(月)	ごはん 豚肉のあまから炒め 豆腐のみそ汁 焼きのり	◎牛乳、おこめのすなっく 牛乳 ヨーグルトケーキ りんごジャム	かゆ 肉かぼちゃ 豆腐のみそ汁	かゆ 魚の野菜あんかけ ふのすまし汁 りんご	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮 りんご
25(火)	パーカーパン 里芋コロケ 野菜のソテー かぼちゃスープ	◎牛乳、元氣あまからせん 牛乳 麩のラスク 冷凍みかん	かゆ 野菜のそぼろ煮 かぼちゃスープ	かゆ ツナと南瓜の煮物 みそ汁 りんご	10倍がゆ 野菜のとろとろ煮 りんご
26(水)	ごはん 魚の味噌煮 じゃがいもの炒め煮 かき卵汁	◎牛乳、アパガスピスクット ジョア 星たべよ サクッとコーンクッキー	かゆ 魚のみそ煮 青菜のすまし汁	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
27(木)	ひじきごはん 肉じゃが キャベツの味噌汁	◎牛乳、サクッとあられ 牛乳 おでかけマンナ 昆布おかき	かゆ 肉じゃが キャベツの味噌汁	かゆ 魚の野菜あんかけ 野菜スープ りんご	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮 りんご
28(金)	ごはん 焼き鮭 野菜のバターみそ炒め 豆腐のすまし汁	◎牛乳、胚芽スティック 牛乳 アップルパン 梨	かゆ 魚のみそ煮 豆腐のすまし汁	かゆ 豚肉と野菜のケチャップ煮 かぼちゃスープ りんご	10倍がゆ 魚のとろとろ煮 りんご
29(土)	味噌ラーメン 切干大根のやわらか煮	◎牛乳、野菜スナック 牛乳 ミニミレービスケット 元氣カリポテミニ	かゆ 豚肉と野菜のみそ煮 野菜のすまし汁	かゆ めんのかたくた煮 りんご	10倍がゆ 魚のとろとろ煮 りんご
31(月)	ごはん すき焼き風煮 南瓜のみそ汁	◎牛乳、おこめのすなっく 牛乳 フライドポテト 日向夏ゼリー	かゆ すき焼き風煮 みそ汁	かゆ ツナじゃが すまし汁 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

