

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(火)	ごはん ホキのチーズ入りパン粉焼き ほうれん草のソテー 豆のクリームスープ	◎牛乳、ふわふわチップじゃがいも味 牛乳 梨のケーキ	かゆ 煮魚 豆のクリームスープ	かゆ かぼちゃのそぼろ煮 みそ汁 りんご	10倍がゆ 魚のとろとろ煮 りんご
2(水)	ごはん かき揚げ 出し煮 豆腐のすまし汁 焼きのり	◎牛乳、たべっ子ベイビー アシドミルクプラス ミニ野菜スティック 元気ソースせん	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 みそ汁 りんご	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮 りんご
3(木)	ごはん 鯖の照焼き 冬瓜の煮物 じゃがいものみそ汁	◎牛乳、ねじりん棒 牛乳 マンナ 元気野菜入りソフトせん	かゆ 煮魚 みそ汁	かゆ 煮奴 野菜のスープ りんご	10倍がゆ 魚のとろとろ煮 りんご
4(金)	ごはん 鶏肉の旨煮 卵とトマトのスープ	◎牛乳、畑のクラッカー 牛乳 スコーン りんごジャム	かゆ 鶏肉の旨煮 トマトのスープ	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
5(土)	焼きスパゲティ わかめのみそ汁	◎牛乳、紫芋チップ 牛乳 源氏パイ 真昆布おかき	かゆ 煮魚 みそ汁	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
7(月)	ごはん ハッシュドビーフ じゃがベーコン	◎牛乳、ひじきあられ 牛乳 ココナッツサブレ ロングサラダ	かゆ トマトシチュー じゃが芋の煮物	かゆ 魚のみそ煮 すまし汁 りんご	10倍がゆ 野菜のとろとろ煮 りんご
8(火)	ごはん ジャージャン豆腐 麩のすまし汁	◎牛乳、ふわふわチップじゃがいも味 牛乳 ちんすこう 冷凍みかん	かゆ 中華豆腐 麩のすまし汁	かゆ 煮魚 味噌汁 りんご	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮 りんご
9(水)	ごはん ほっけの塩焼き 煮豆 豚汁	◎牛乳、たべっ子ベイビー 牛乳 お好み風芋もち	かゆ 魚のあんかけ 豚汁	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
10(木)	ごはん 煮込みハンバーグ スパゲティソテー 卵とコーンのスープ	◎牛乳、ねじりん棒 牛乳 ミニ動物ビスケット 元気カリポテミニ	かゆ 野菜のケチャップ煮 コーンスープ	かゆ 魚の野菜あんかけ 麩のみそ汁 りんご	10倍がゆ 野菜のとろとろ煮 りんご
11(金)	わかめごはん 秋鮭の西京焼き 野菜きんぴら 豆腐のすまし汁	◎牛乳、畑のクラッカー 牛乳 メロンパン	かゆ 魚の西京みそ煮 豆腐のすまし汁	かゆ ツナじゃが みそ汁 りんご	10倍がゆ 魚のとろとろ煮 りんご
12(土)	かやくうどん ツナじゃが	◎牛乳、紫芋チップ 牛乳 たべっ子動物ビスケット こぶ柿	かゆ 鶏肉のやわらか煮 じゃがいものみそ汁	かゆ うどんのかたくた煮 りんご	10倍がゆ 野菜のとろとろ煮 りんご
14(月)	ごはん 五目炒め じゃがいものみそ汁	◎牛乳、ひじきあられ 牛乳 豆乳ドーナツ	かゆ 豚肉とキャベツの煮物 味噌汁	かゆ 煮魚 ビーフンスープ りんご	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮 りんご
15(火)	さつまいもご飯 カレイの照焼き 切干大根のやわらか煮 糸かまぼこのすまし汁	◎牛乳、ふわふわチップじゃがいも味 牛乳、ミレービスケット 全粒粉クラッカー お月見ゼリー	かゆ 魚のあんかけ すまし汁	かゆ 豆腐のクリーム煮 みそ汁 りんご	10倍がゆ 魚のとろとろ煮 りんご



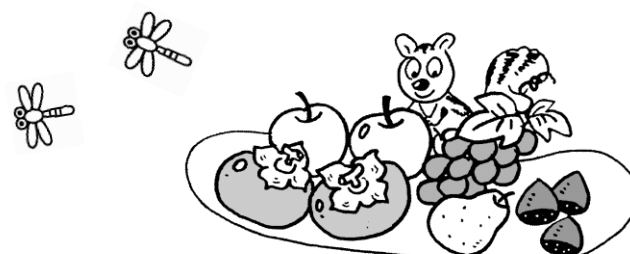
離乳食献立表



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
16(水)	うずまきパン 鶏肉と野菜のうま煮 冬瓜のスープ	◎牛乳、たべっ子ベイビー 牛乳、胚芽スティック サラダかきもち 梨	かゆ 鶏肉と野菜のうま煮 冬瓜のすまし汁	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
17(木)	ごはん 魚のパン粉焼き かぼちゃの甘煮 豆のクリームスープ	◎牛乳、ねじりん棒 牛乳 マンナ 元気野菜入りソフトせん	かゆ 煮魚 豆のクリームスープ	かゆ 煮奴 麩のすまし汁 りんご	10倍がゆ 魚のとろとろ煮 りんご
18(金)	ごはん ハム入り卵焼き ひじきとピーマンのやわらか煮 豆腐のみそ汁	◎牛乳、畑のクラッカー 牛乳 チーズ蒸しパン	かゆ あんかけ豆腐 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
19(土)	焼きスパゲティ わかめのみそ汁	◎牛乳、紫芋チップ 牛乳 源氏パイ 真昆布おかき	かゆ 煮魚 みそ汁	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
23(水)	ごはん すき焼き風煮 麩のみそ汁 焼きのり	◎牛乳、たべっ子ベイビー 牛乳 スイートポテト 冷凍みかん	かゆ すき焼き風煮 麩のみそ汁	かゆ あんかけ豆腐 野菜スープ りんご	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮 りんご
24(木)	ごはん 鮭のノルウェー風 キャベツのソテー かき卵汁	◎牛乳、ねじりん棒 牛乳 ミニ動物ビスケット 元気カリポテミニ	かゆ 魚のあんかけ 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
25(金)	ごはん 鶏のごま味噌焼き 春雨の炒め物 芋汁	◎牛乳、畑のクラッカー 牛乳、茹で栗 ココナッツサブレ ごぼうスナック	かゆ とり肉と野菜の煮物 芋汁	かゆ 煮魚 麩のみそ汁 りんご	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮 りんご
26(土)	かやくうどん ツナじゃが	◎牛乳、紫芋チップ 牛乳 たべっ子動物ビスケット こぶ柿	かゆ 鶏肉のやわらか煮 じゃがいものみそ汁	うどんのかたくた煮 りんご	10倍がゆ 野菜のとろとろ煮 りんご
28(月)	ごはん 五目炒め 豆腐のみそ汁	◎牛乳、ひじきあられ 牛乳 りんごのトースト	かゆ 豚肉とキャベツの煮物 味噌汁	かゆ 煮魚 ビーフンスープ りんご	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮 りんご
29(火)	ごはん 関東煮 麩のみそ汁 ツナのふりかけ	◎牛乳、ふわふわチップじゃがいも味 ジョア、元気二色あられ ミニ野菜スティック 型抜きチーズ	かゆ 関東煮 麩のみそ汁	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
29(火)	パーカーパン 魚のムニエル ほうれん草のソテー コーンスープ	◎牛乳、たべっ子ベイビー 牛乳 南瓜蒸しパン	かゆ 煮魚 コーンスープ	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

※ 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