



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 大豆入りかき揚げ出し煮 糸かまぼこのすまし汁	◎牛乳、ハイハイン 牛乳、エースコイン 全粒粉クラッカー 河内晩柑	かゆ 鶏肉と野菜のうま煮 すまし汁	かゆ 魚のみそ煮 野菜スープ 河内晩柑	10倍がゆ 野菜のとろとろ煮 りんご
2(水)	ごはん 煮魚 チンゲンサイの煮浸し 豆腐のみそ汁	◎牛乳、ミルクスティック 牛乳 ヨーグルトホットケーキ トマトジャム	かゆ 煮魚 豆腐のみそ汁	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
3(木)	ごはん 肉じゃが ツナとキャベツのソテー	◎牛乳、ひじきあられ 牛乳 アンパンマンのソフトせん サクッとコーンクッキー	かゆ 肉じゃが キャベツのみそ汁	かゆ ツナとキャベツの煮物 野菜スープ りんご	10倍がゆ 野菜のとろとろ煮 りんご
4(金)	パーカーパン 鮭のムニエル 洋風ひじき かぼちゃスープ	◎牛乳、カリボテスナック ソファール元気ヨーグルト フルーツミックス たべっ子ベイビー	かゆ 魚の野菜あんかけ かぼちゃスープ	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
5(土)	焼きスパゲティ わかめのみそ汁	◎牛乳、かぼちゃポーロ 牛乳 ミニ動物ビスケット 1才からのサッポロポテト	かゆ 煮魚 みそ汁	かゆ めんのくたくた煮 りんご	10倍がゆ 魚のとろとろ煮 りんご
7(月)	ごはん ジャージャン豆腐 卵とコーンのスープ	◎牛乳、ねじりん棒 牛乳 野菜チップス 国産ももゼリー	かゆ 中華豆腐 コーンスープ	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
8(火)	ごはん 鯖の照焼き 小松菜の煮浸し 豚汁	◎牛乳、ハイハイン 牛乳、ごぼうスナック 野菜スティック メロン	かゆ 魚の野菜あんかけ 豚汁	かゆ 豆腐と野菜のクリーム煮 すまし汁 りんご	10倍がゆ 魚のとろとろ煮 りんご
9(水)	ごはん 鶏肉のりんごソース焼き チンゲンサイのソテー ポテトスープ	◎牛乳、ミルクスティック 牛乳 麩のラスク 冷凍みかん	かゆ 鶏肉の煮物 ポテトスープ	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
10(木)	ごはん ホキの磯辺揚げ キャベツのごま酢炒め 豆腐のすまし汁	◎牛乳、ひじきあられ 牛乳 アンパンマンの野菜せんべい ミニたべっ子動物メイプルバター味	かゆ 煮魚 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
11(金)	ごはん 牛肉のあまから炒め 豆腐のみそ汁 焼きのり	◎牛乳、カリボテスナック 牛乳 ピザトースト	かゆ 牛肉のやわらか煮 豆腐のみそ汁	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
12(土)	肉うどん チャンプル	◎牛乳、かぼちゃポーロ 牛乳 ミニアスパラガスベイビー えびスナック	かゆ 肉豆腐 麩のみそ汁	かゆ 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
14(月)	パーカーパン ミートビーンズ クリームスープ	◎牛乳、ねじりん棒 牛乳 北越サラダかきもち 英字ビスケット、河内晩柑	かゆ ミートポテト クリームスープ	かゆ 魚の野菜あんかけ みそ汁 河内晩柑	10倍がゆ 野菜のとろとろ煮 りんご
15(火)	ごはん 豚肉のやわらか煮 わかめスープ	◎牛乳、ハイハイン 牛乳 和風マカロニ	かゆ 豚肉のやわらか煮 野菜スープ	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
16(水)	ごはん カレイのごま味噌焼き じゃがいもの炒め煮 糸かまのすまし汁	◎牛乳、ミルクスティック 牛乳 南瓜入りホットケーキ	かゆ 魚の味噌煮 すまし汁	かゆ ツナじゃが かぼちゃスープ 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、ひじきあられ 午前 午後	午前	午後	昼食
17(木)	ごはん 親子煮 豆腐の味噌汁 焼きのり	◎牛乳、ひじきあられ 牛乳 アンパンマンのソフトせん サクッとコーンクッキー	かゆ 豆腐の野菜あんかけ 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
18(金)	ピラフ ホキのムニエル 粉吹芋 春雨スープ	◎牛乳、カリボテスナック ショア パリパリパンプキン ミニミレービスケット	かゆ 煮魚 春雨スープ	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(土)	焼きスパゲティ わかめのみそ汁	◎牛乳、かぼちゃポーロ 牛乳 ミニ動物ビスケット 1才からのサッポロポテト	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
21(月)	ごはん オムレツ 野菜のトマトソース 豆腐のすまし汁	◎牛乳、ねじりん棒 牛乳 じゃがいものチーズ入りお焼き	かゆ 煮奴 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 豆腐のとろとろ煮 りんご
22(火)	ごはん 鮭のパン粉焼き 人参の甘煮 スープ煮	◎牛乳、ハイハイ 牛乳 おからドーナツ	かゆ 魚の野菜あんかけ スープ煮	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
23(水)	ごはん 中華豆腐 かぼちゃのみそ汁 じゃこのやわらか煮	◎牛乳、ミルクスティック 牛乳 うずまき黒糖パン 冷凍みかん	かゆ 中華豆腐 かぼちゃのみそ汁	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
24(木)	ごはん 鯖の漬焼き キャベツのおかか炒め 豆腐のみそ汁	◎牛乳、ひじきあられ 牛乳 アンパンマンの野菜せんべい ミニたべっ子動物メイプルバター味	かゆ 煮魚 豆腐のみそ汁	かゆ 煮やっこ 野菜スープ りんご	10倍がゆ 魚のとろとろ煮 りんご
25(金)	ごはん 洋風おでん 卵とトマトのスープ 焼きのり	◎牛乳、カリボテスナック 牛乳、昆布のかおり ひじきスティック バナナ	かゆ 鶏じゃが トマトのスープ	かゆ 魚の野菜あんかけ みそ汁 バナナ	10倍がゆ 魚のとろとろ煮 りんご
26(土)	肉うどん チャンプル	◎牛乳、かぼちゃポーロ 牛乳 ミニアスパラガスベイビー えびスナック	かゆ 肉豆腐 麩のみそ汁	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
28(月)	うずまきパン ハッシュドビーフ ビーフンのソテー	◎牛乳、ねじりん棒 牛乳、北越サラダかきもち 英字ビスケット メロン	かゆ ビーフシチュー ビーフンスープ	かゆ 魚のみそ煮 すまし汁 りんご	10倍がゆ 魚のとろとろ煮 りんご
29(火)	ごはん 鶏肉のやわらか煮 野菜炒め 豆腐のすまし汁	◎牛乳、ハイハイ 牛乳 野菜蒸しパン	かゆ 鶏肉のやわらか煮 豆腐のすまし汁	かゆ あんかけ豆腐 みそ汁 りんご	10倍がゆ 野菜のとろとろ煮 りんご
30(水)	ごはん 魚のバターしょうゆ焼き なすとピーマンの炒め煮 じゃがいもの味噌汁	◎牛乳、ミルクスティック 牛乳 お好み焼き	かゆ 煮魚 じゃがいものみそ汁	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

※ 粉ミルクは別に用意しています ※材料の都合により、献立を変更することがあります
 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

