



| 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(月)  | ごはん<br>肉じゃが<br>豆腐のみそ汁                   | ◎牛乳、とうもろこしでつくったパフスナック塩味<br>牛乳<br>たべっ子バイビーおやさい<br>元気薄焼きせんべい  | かゆ<br>肉じゃが<br>豆腐のみそ汁         | かゆ<br>豆腐の野菜あんかけ<br>すまし汁               | 10倍がゆ<br>豆腐のとろとろ煮 |
| 2(火)  | ごはん<br>カレイの照焼き<br>キャベツのソテー<br>じゃがいものみそ汁 | ◎牛乳、紫芋チップ<br>牛乳、ミルクスティック<br>大豆のスナック<br>清見オレンジ               | かゆ<br>煮魚<br>みそ汁              | かゆ<br>ツナとキャベツの煮浸し<br>野菜のスープ<br>清見オレンジ | 10倍がゆ<br>魚のとろとろ煮  |
| 3(水)  | ごはん<br>マーボー豆腐<br>和風春雨スープ                | ◎牛乳、元気ソースせん<br>牛乳、エースコイン<br>ねじりん棒<br>りんご                    | かゆ<br>マーボー豆腐<br>野菜スープ        | かゆ<br>煮魚<br>みそ汁<br>りんご                | 10倍がゆ<br>豆腐のとろとろ煮 |
| 4(木)  | ごはん<br>鯖のごまだれ焼き<br>ひじきの炒め煮<br>豆腐のみそ汁    | ◎牛乳、元気野菜入りソフトせん<br>牛乳<br>元気水族館のなかまたち<br>アンパンマンのぷくじゃが        | かゆ<br>煮魚<br>豆腐のみそ汁           | かゆ<br>炒り豆腐<br>すまし汁                    | 10倍がゆ<br>魚のとろとろ煮  |
| 5(金)  | ごはん<br>ポークケチャップ<br>豆のクリームスープ            | ◎牛乳、全粒粉クラッカー<br>牛乳<br>麩のラスク<br>国産りんごゼリー                     | かゆ<br>豚肉のケチャップ煮<br>豆のクリームスープ | かゆ<br>魚の野菜あんかけ<br>すまし汁                | 10倍がゆ<br>野菜のとろとろ煮 |
| 6(土)  | 肉うどん<br>ツナと白菜の煮浸し                       | ◎牛乳、おこめせん にんじん&かぼちゃ味<br>牛乳<br>1歳からのサッポロポテト<br>ミニ動物ビスケット     | かゆ<br>豚肉と野菜の煮物<br>みそ汁        | うどんのくたくた煮                             | 10倍がゆ<br>魚のとろとろ煮  |
| 8(月)  | ごはん<br>牛肉のあまから炒め<br>豆腐のみそ汁              | ◎牛乳、とうもろこしでつくったパフスナック塩味<br>牛乳<br>ヨーグルトホットケーキ                | かゆ<br>牛肉のうま煮<br>豆腐のみそ汁       | かゆ<br>魚の野菜あんかけ<br>すまし汁                | 10倍がゆ<br>豆腐のとろとろ煮 |
| 9(火)  | ごはん<br>鶏肉の旨煮<br>麩のすまし汁                  | ◎牛乳、紫芋チップ<br>牛乳、ひじきスティック<br>畑のクラッカー<br>型抜きチーズ               | かゆ<br>鶏肉の旨煮<br>すまし汁          | かゆ<br>煮魚<br>みそ汁                       | 10倍がゆ<br>野菜のとろとろ煮 |
| 10(水) | ごはん<br>鮭の漬焼き<br>切干大根のやわらか煮<br>豚汁        | ◎牛乳、元気ソースせん<br>アシドミルクプラス<br>ミニたべっ子動物バター味<br>お米リング甘口しょうゆ味    | かゆ<br>魚の野菜あんかけ<br>豚汁         | かゆ<br>煮奴<br>すまし汁                      | 10倍がゆ<br>魚のとろとろ煮  |
| 11(木) | ごはん<br>ポークシチュー<br>キャベツとコーンのソテー          | ◎牛乳、元気野菜入りソフトせん<br>牛乳<br>元気あまからせん<br>かぼちゃポーロ                | かゆ<br>ポークシチュー<br>キャベツの煮浸し    | かゆ<br>煮魚<br>みそ汁                       | 10倍がゆ<br>野菜のとろとろ煮 |
| 12(金) | わかめごはん<br>ほっけの焼魚<br>小松菜の煮浸し<br>豆腐のみそ汁   | ◎牛乳、全粒粉クラッカー<br>牛乳<br>ピザトースト                                | かゆ<br>魚の野菜あんかけ<br>豆腐のみそ汁     | かゆ<br>煮奴<br>すまし汁                      | 10倍がゆ<br>魚のとろとろ煮  |
| 13(土) | 焼きスパゲティ<br>わかめのみそ汁                      | ◎牛乳、おこめせん にんじん&かぼちゃ味<br>牛乳<br>まあるいクラッカーミニ<br>ソフトせんべい塩味      | かゆ<br>煮魚<br>みそ汁              | めんのかたくた煮                              | 10倍がゆ<br>魚のとろとろ煮  |
| 15(月) | ごはん<br>肉じゃが<br>豆腐のすまし汁<br>海苔の佃煮         | ◎牛乳、とうもろこしでつくったパフスナック塩味<br>牛乳、ミルクスティック<br>大豆のスナック<br>清見オレンジ | かゆ<br>肉じゃが<br>豆腐のすまし汁        | かゆ<br>豆腐の野菜あんかけ<br>みそ汁<br>清見オレンジ      | 10倍がゆ<br>豆腐のとろとろ煮 |



| 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(火) | ごはん<br>魚のバター醤油焼き<br>キャベツのソテー<br>じゃがいものみそ汁 | ◎牛乳、紫芋チップ<br>-----<br>牛乳<br>チーズ蒸しパン                              | かゆ<br>煮魚<br>みそ汁              | かゆ<br>ツナとキャベツの煮浸し<br>野菜のスープ    | 10倍がゆ<br>魚のとろとろ煮  |
| 17(水) | ごはん<br>マーボー豆腐<br>和風春雨スープ                  | ◎牛乳、元気ソースせん<br>-----<br>牛乳<br>フライドポテト<br>バナナ                     | かゆ<br>マーボー豆腐<br>野菜スープ        | かゆ<br>煮魚<br>みそ汁<br>バナナ         | 10倍がゆ<br>豆腐のとろとろ煮 |
| 18(木) | ごはん<br>鯖のごまだれ焼き<br>ひじきの炒め煮<br>豆腐のみそ汁      | ◎牛乳、元気野菜入りソフトせん<br>-----<br>牛乳<br>元気水族館のなかまたち<br>アンパンマンのぶくじゃが    | かゆ<br>煮魚<br>豆腐のみそ汁           | かゆ<br>炒り豆腐<br>すまし汁             | 10倍がゆ<br>魚のとろとろ煮  |
| 19(金) | ごはん<br>ポーケチャップ<br>豆のクリームスープ               | ◎牛乳、全粒粉クラッカー<br>-----<br>元気ソフールヨーグルト<br>フルーツミックス<br>きなこ餅         | かゆ<br>豚肉のケチャップ煮<br>豆のクリームスープ | かゆ<br>魚の野菜あんかけ<br>すまし汁         | 10倍がゆ<br>野菜のとろとろ煮 |
| 20(土) | かやくうどん<br>チャンプル                           | ◎牛乳、おこめせん にんじん&かぼちゃ味<br>-----<br>牛乳<br>1歳からのサッポロポテト<br>ミニ動物ビスケット | かゆ<br>鶏肉のやわらか煮<br>豆腐のみそ汁     | うどんのくたくた煮                      | 10倍がゆ<br>豆腐のとろとろ煮 |
| 22(月) | ごはん<br>豚肉のあまから炒め<br>豆腐のみそ汁<br>じゃこのやわらか煮   | ◎牛乳、とうもろこしでつくったハフスナック塩味<br>-----<br>牛乳<br>おからドーナツ                | かゆ<br>豚肉のうま煮<br>豆腐のみそ汁       | かゆ<br>魚の野菜あんかけ<br>すまし汁         | 10倍がゆ<br>豆腐のとろとろ煮 |
| 23(火) | ごはん<br>鶏肉のマーマレード焼き<br>小松菜のソテー<br>麩のすまし汁   | ◎牛乳、紫芋チップ<br>-----<br>牛乳、ひじきスティック<br>畑のクラッカー<br>国産みかんゼリー         | かゆ<br>鶏肉の旨煮<br>すまし汁          | かゆ<br>煮魚<br>みそ汁                | 10倍がゆ<br>野菜のとろとろ煮 |
| 24(水) | えんどう飯<br>カレイの照焼き<br>キャベツのおかか炒め<br>豆腐のみそ汁  | ◎牛乳、元気ソースせん<br>-----<br>牛乳<br>紫芋パン<br>りんご                        | かゆ<br>煮魚<br>豆腐のみそ汁           | かゆ<br>豆腐の野菜あんかけ<br>すまし汁<br>りんご | 10倍がゆ<br>魚のとろとろ煮  |
| 25(木) | ごはん<br>ビーフシチュー<br>ビーフンソテー                 | ◎牛乳、元気野菜入りソフトせん<br>-----<br>牛乳<br>元気あまからせん<br>かぼちゃポーロ            | かゆ<br>ビーフシチュー<br>ほうれん草の煮浸し   | かゆ<br>煮魚<br>みそ汁                | 10倍がゆ<br>野菜のとろとろ煮 |
| 26(金) | ごはん<br>魚の野菜あんかけ<br>豆腐のすまし汁                | ◎牛乳、全粒粉クラッカー<br>-----<br>牛乳<br>りんごケーキ                            | かゆ<br>魚の野菜あんかけ<br>豆腐のすまし汁    | かゆ<br>煮奴<br>みそ汁                | 10倍がゆ<br>魚のとろとろ煮  |
| 27(土) | 焼きスパゲティ<br>わかめのみそ汁                        | ◎牛乳、おこめせん にんじん&かぼちゃ味<br>-----<br>牛乳<br>まあるいクラッカーミニ<br>ソフトせんべい塩味  | かゆ<br>煮魚<br>みそ汁              | めんのかたくた煮                       | 10倍がゆ<br>魚のとろとろ煮  |
| 30(火) | ごはん<br>五目炒め<br>豆腐の味噌汁                     | ◎牛乳、紫芋チップ<br>-----<br>牛乳<br>人参蒸しパン                               | かゆ<br>豚肉と野菜の煮物<br>みそ汁        | かゆ<br>煮魚<br>すまし汁               | 10倍がゆ<br>豆腐のとろとろ煮 |

※ 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。

