



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 ジャージャン豆腐 和風春雨スープ	◎牛乳、おこめせん にんじん&かぼちゃ味 牛乳 マーマレードスコーン	かゆ 豚肉のみそ煮 野菜スープ	かゆ 煮魚 キャベツのみそ汁	10倍がゆ 野菜のとろとろ煮
2(火)	ごはん 鶏肉の旨煮 もずくのスープ	◎牛乳、元気ソースせん 牛乳、満月ボン きな粉ウエハース 河内晩柑	かゆ 鶏肉の旨煮 豆腐のスープ	かゆ 豆腐の野菜あんかけ みそ汁 河内晩柑	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮
3(水)	ごはん 鮭の漬け焼き ひじきと高野の炒り煮 豆腐のみそ汁	◎牛乳、全粒粉クラッカー 牛乳 和風チーズツナトースト	かゆ 煮魚 豆腐のみそ汁	かゆ ツナと野菜のうま煮 すまし汁	10倍がゆ 魚のとろとろ煮
4(木)	ごはん ポークシチュー ビーフンソテー	◎牛乳、ふわふわチップじゃがいも味 牛乳 元気薄焼きせんべい 豆乳クッキー	かゆ ポークシチュー キャベツのやわらか煮	かゆ 魚のみそ煮 野菜スープ	10倍がゆ 野菜のとろとろ煮
5(金)	とうもろこしごはん 鯖の西京焼き 野菜ソテー そうめん汁、みかん缶	◎牛乳、胚芽スティック ジョア たべっこ動物バター味 元気あまからせん	かゆ 魚の白みそ煮 そうめん汁	かゆ 野菜のそぼろ煮 みそ汁	10倍がゆ 魚のとろとろ煮
6(土)	和風スパゲティ じゃが芋のみそ汁	◎牛乳、かぼちゃポーロ 牛乳 たべっこベイビーおやさい アンパンマンのぷくじゃが	かゆ ツナと野菜のうま煮 じゃがいものみそ汁	スパゲティのくたくた煮	10倍がゆ 野菜のとろとろ煮
8(月)	ごはん 豚肉の焼肉風 豆腐のすまし汁	◎牛乳、おこめせん にんじん&かぼちゃ味 牛乳、ミルクスティック ねじりん棒 メロン	かゆ 豚肉と野菜のみそ煮 豆腐のすまし汁	かゆ 煮魚 みそ汁 りんご	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮
9(火)	ごはん ホッケの塩焼き 冬瓜のそぼろ煮 豆腐のみそ汁	◎牛乳、元気ソースせん 牛乳 焼きスパゲティ	かゆ 煮魚 みそ汁	かゆ 豆腐のクリーム煮 スパゲティスープ	10倍がゆ 魚のとろとろ煮
10(水)	ごはん 五目炒め 卵とわかめのスープ	◎牛乳、全粒粉クラッカー 牛乳 黒糖蒸しパン りんご	かゆ 豚肉とキャベツのやわらか煮 野菜スープ	かゆ 煮魚 みそ汁 りんご	10倍がゆ 野菜のとろとろ煮
11(木)	ごはん 焼き魚のごまだれ 切干大根のやわらか煮 豆腐のみそ汁	◎牛乳、ふわふわチップじゃがいも味 牛乳 ミニ動物ビスケット さかなの学校	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	10倍がゆ 魚のとろとろ煮
12(金)	うずまきパン ポークケチャップ かぼちゃスープ	◎牛乳、胚芽スティック 牛乳、茹でとうもろこし カリボテスナック クリームサンドクラッカー メープル味	かゆ 豚肉のケチャップ煮 かぼちゃスープ	かゆ 魚の野菜あんかけ みそ汁	10倍がゆ 野菜のとろとろ煮
13(土)	かやくうどん じゃがいものそぼろ煮	◎牛乳、かぼちゃポーロ 牛乳 元気水族館のなかまたち ソフトせんべい塩味	かゆ 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁	うどんのくたくた煮	10倍がゆ 野菜のとろとろ煮
16(火)	ごはん 筑前煮 麩のみそ汁 ツナのふりかけ	◎牛乳、元気ソースせん 牛乳 エースコイン 畑のクラッカー、すいか	かゆ 鶏肉と野菜の煮物 麩のみそ汁	かゆ 魚の野菜あんかけ すまし汁 りんご	10倍がゆ 野菜のとろとろ煮
17(水)	ごはん 鮭の漬け焼き ひじきと高野の炒り煮 豆腐のみそ汁	◎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 煮魚 豆腐のみそ汁	かゆ 煮奴 すまし汁	10倍がゆ 魚のとろとろ煮



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
18(木)	ごはん ポークシチュー ビーフンソテー	◎牛乳、ふわふわチップじゃがいも味 牛乳 元気薄焼きせんべい ミニ野菜スティック	かゆ ポークシチュー キャベツのやわらか煮	かゆ 魚のみそ煮 野菜スープ	10倍がゆ 野菜のとろとろ煮
19(金)	ごはん 魚の野菜あんかけ 豆腐のすまし汁	◎牛乳、胚芽スティック 牛乳 りんごのトースト	かゆ 魚の野菜あんかけ 豆腐のすまし汁	かゆ 煮奴 みそ汁	10倍がゆ 魚のとろとろ煮
20(土)	和風スパゲティー じゃが芋のみそ汁	◎牛乳、かぼちゃポーロ 牛乳 たべっこベイビーおやさい アンパンマンのぷくじゃが	かゆ ツナと野菜のうま煮 じゃがいものみそ汁	スパゲティのくたくた煮	10倍がゆ 野菜のとろとろ煮
22(月)	ごはん マーボーなす 豆腐のすまし汁	◎牛乳、おこめせん にんじん&かぼちゃ味 牛乳 ミルクスティック ねじりん棒、すいか	かゆ マーボーなす 豆腐のすまし汁	かゆ 煮魚 みそ汁 りんご	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮
23(火)	わかめごはん ホックの塩焼き もずくの炒め物 豆腐のみそ汁	◎牛乳、元気ソースせん 牛乳 夏野菜のチーズ焼き 青りんごゼリー	かゆ 煮魚 みそ汁	かゆ 豆腐のクリーム煮 野菜スープ	10倍がゆ 魚のとろとろ煮
24(水)	ごはん 五目炒め 卵とトマトのスープ	◎牛乳、全粒粉クラッカー 牛乳 野菜チップス りんご	かゆ 豚肉とキャベツのやわらか煮 野菜スープ	かゆ 煮魚 みそ汁 りんご	10倍がゆ 野菜のとろとろ煮
25(木)	ごはん 煮魚 切干大根のやわらか煮 豆腐のみそ汁	◎牛乳、ふわふわチップじゃがいも味 牛乳 ミニ動物ビスケット さかなの学校	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	10倍がゆ 魚のとろとろ煮
26(金)	うずまきパン ミートピーンズ かぼちゃスープ	◎牛乳、胚芽スティック 牛乳、茹でとうもろこし カリボテスナック クリームサンドクラッカー メープル味	かゆ 牛肉のケチャップ煮 かぼちゃスープ	かゆ 魚の野菜あんかけ みそ汁	10倍がゆ 野菜のとろとろ煮
27(土)	味噌ラーメン 南瓜の煮物	◎牛乳、かぼちゃポーロ 牛乳 まあるいクラッカーミニ 1歳からのかっぱえびせん	かゆ 豚肉と野菜のみそ煮 野菜のすまし汁	めんのかたくた煮	10倍がゆ 魚のとろとろ煮
29(月)	ごはん 豚肉のケチャップ煮 冬瓜のすまし汁	◎牛乳、おこめせん にんじん&かぼちゃ味 牛乳 エースコイン 畑のクラッカー	かゆ 豚肉のケチャップ煮 冬瓜のすまし汁	かゆ 豆腐の野菜あんかけ みそ汁	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮
30(火)	ごはん 鶏肉のさっぱり煮 チンゲンサイのじゃこ炒め 豆腐のみそ汁	◎牛乳、元気ソースせん 牛乳 麩のラスク りんご	かゆ 鶏肉と野菜の煮物 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
31(水)	パーカーパン ホキのチーズ焼き 野菜のソテー ミネストローネスープ	◎牛乳、全粒粉クラッカー 牛乳、野菜スティック とうもろこしでつくったパフスナック塩味 すいか	かゆ 魚の野菜あんかけ トマトスープ	かゆ ツナと野菜の煮物 みそ汁 りんご	10倍がゆ 魚のとろとろ煮

※ 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バタバ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。

