



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
2(月)	ごはん 五目炒め 南瓜の味噌汁	◎牛乳、むらさきいもせんべい 牛乳 チーズ蒸しパン	かゆ 豚肉のやわらか煮 南瓜のみそ汁	かゆ 魚の野菜あんかけ すまし汁	10倍がゆ 野菜のとろとろ煮
3(火)	ごはん 親子煮 豆腐のみそ汁	◎牛乳、胚芽スティック 牛乳 とうもろこしでつくったパフスナック塩味 畑のクラッカー、河内晩柑	かゆ 豆腐の野菜あんかけ みそ汁	かゆ 煮魚 すまし汁 河内晩柑	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮
4(水)	パーカーバン 魚のムニエル 洋風ひじき ポテトスープ	◎牛乳、ふわふわチップにんじん味 牛乳 焼きおにぎり	かゆ 煮魚 ポテトスープ	かゆ 炒り豆腐 みそ汁	10倍がゆ 魚のとろとろ煮
5(木)	ごはん 肉じゃが ツナとキャベツのソテー	◎牛乳、花花せんべい 牛乳 きなこ餅 えびスナック	かゆ 肉じゃが キャベツのみそ汁	かゆ 魚の野菜あんかけ 野菜スープ	10倍がゆ 野菜のとろとろ煮
6(金)	炊き込みごはん 鮭の塩焼き 煮豆 豆腐のみそ汁	◎牛乳、おからスナックかぼちゃ味 牛乳 おとし揚げ	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
7(土)	肉うどん チャンプル	◎牛乳、元気ソースせん 牛乳 元気水族館のなかまたち ソフトせんべい塩味	かゆ 肉豆腐 すまし汁	うどんのくたくた煮	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮
9(月)	ごはん 豚肉のあまから炒め 豆腐のみそ汁	◎牛乳、むらさきいもせんべい 牛乳 ピザトースト	かゆ 豚肉のうま煮 みそ汁	かゆ 煮魚 すまし汁	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮
10(火)	ごはん 魚のごま味噌焼き 小松菜の煮浸し 豆腐のすまし汁	◎牛乳、胚芽スティック 牛乳 ヨーグルトケーキ	かゆ 魚のみそ煮 豆腐のすまし汁	かゆ 豆腐の野菜あんかけ みそ汁	10倍がゆ 魚のとろとろ煮
11(水)	ごはん 鶏肉のトマト煮 野菜スープ	◎牛乳、ふわふわチップにんじん味 牛乳 ねじりん棒 エースコイン、河内晩柑	かゆ 鶏肉のトマト煮 野菜スープ	かゆ 煮魚 みそ汁 河内晩柑	10倍がゆ 野菜のとろとろ煮
12(木)	ごはん 鯖の漬焼き なすとピーマンのそぼろ煮 じゃがいものみそ汁	◎牛乳、花花せんべい 牛乳 たべっこバイビーおやさい さかなの学校	かゆ 煮魚 みそ汁	かゆ じゃがいものそぼろ煮 すまし汁	10倍がゆ 魚のとろとろ煮
13(金)	ごはん 鶏肉の煮物 豆腐のすまし汁	◎牛乳、おからスナックかぼちゃ味 ソフル元気ヨーグルト フルーツミックス まあるいクラッカーミニ	かゆ 鶏肉の煮物 豆腐のすまし汁	かゆ 魚のクリーム煮 みそ汁	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮
14(土)	和風スパゲティー 豆腐のみそ汁	◎牛乳、元気ソースせん 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 豆腐の野菜あんかけ みそ汁	めんのかたくた煮	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮
16(月)	ごはん チャプチェ 卵とわかめのスープ	◎牛乳、むらさきいもせんべい 牛乳、全粒粉クラッカー とうもろこしでつくったパフスナック塩味 甘夏缶	かゆ 豚肉のやわらか煮 野菜スープ	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



日付	完了期		中・後期		初期
	昼食	◎牛乳、胚芽スティック 牛乳	午前	午後	昼食
17(火)	ごはん 肉じゃが 豆腐のみそ汁 じゃこのやわらか煮	◎牛乳、胚芽スティック 牛乳 アメリカンドッグ	かゆ 肉じゃが 豆腐のみそ汁	かゆ 煮奴 すまし汁	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮
18(水)	バーカーバン 煮魚 野菜ソテー ミネストローネスープ	◎牛乳、ふわふわチップにんじん味 牛乳 ねぎ焼き	かゆ 煮魚 トマトスープ	かゆ ツナじゃが みそ汁	10倍がゆ 魚のとろとろ煮
19(木)	ごはん トマトシチュー ビーフンソテー	◎牛乳、花花せんべい 牛乳 きなこ餅 えびスナック	かゆ トマトシチュー 煮浸し	かゆ 魚の野菜あんかけ 野菜スープ	10倍がゆ 野菜のとろとろ煮
20(金)	ごはん ほっけの焼魚 ひじきの炒め煮 豆腐のみそ汁	◎牛乳、おからスナックかぼちゃ味 アシドミルク ぼたぼた焼き アンパンマンのひとくちビスケット	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
21(土)	肉うどん チャンブル	◎牛乳、元氣ソースせん 牛乳 元氣水族館のなかまたち ソフトせんべい塩味	かゆ 肉豆腐 すまし汁	うどんのくたくた煮	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮
23(月)	ごはん 豚肉のあまから炒め 豆腐のみそ汁 ツナのふりかけ	◎牛乳、むらさきいもせんべい 牛乳 黒糖ちんすこう 国産いよかんゼリー	かゆ 豚肉のうま煮 みそ汁	かゆ 煮魚 すまし汁	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮
24(火)	ごはん 魚のみそ煮 小松菜の煮浸し 豆腐のすまし汁	◎牛乳、胚芽スティック 牛乳 満月ボン 豆乳クッキー、メロン	かゆ 魚のみそ煮 豆腐のすまし汁	かゆ 豆腐の野菜あんかけ みそ汁 りんご	10倍がゆ 魚のとろとろ煮
25(水)	ごはん 鶏の照焼き キャベツのじゃこ炒め じゃがいものみそ汁	◎牛乳、ふわふわチップにんじん味 牛乳 枝豆ケーキ	かゆ 鶏肉の煮物 じゃがいものみそ汁	かゆ 煮奴 すまし汁	10倍がゆ 野菜のとろとろ煮
26(木)	ごはん 揚げ魚の甘酢あん 豆腐のすまし汁	◎牛乳、花花せんべい 牛乳 たべっこバイビーおやさい さかなの学校	かゆ 煮魚 豆腐のすまし汁	かゆ 豆腐の野菜あんかけ みそ汁	10倍がゆ 魚のとろとろ煮
27(金)	ドッグパン ポーケケチャップ 豆のクリームスープ	◎牛乳、おからスナックかぼちゃ味 牛乳 ねじりん棒 エースコイン、バナナ	かゆ 豚肉のケチャップ煮 豆のクリームスープ	かゆ 煮魚 みそ汁 バナナ	10倍がゆ 野菜のとろとろ煮
28(土)	和風スパゲティー 豆腐のみそ汁	◎牛乳、元氣ソースせん 牛乳 ミニ動物ビスケット 1才からのサッポロボテト	かゆ 豆腐の野菜あんかけ みそ汁	めんのかたくた煮	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮
30(月)	ごはん ジャージャン豆腐 和風春雨スープ	◎牛乳、むらさきいもせんべい 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 魚の野菜あんかけ キャベツのみそ汁	10倍がゆ 野菜のとろとろ煮

※ 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、乳児ポ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
 乳児ポツリヌス症は、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

