



日付	完了期			中・後期		初期	
	昼食	◎午前おやつ・午後おやつ	材料名	昼食	材料名	昼食	材料名
1 木	ごはん ポークシチュー ビーフンソテー	◎牛乳,アンパンマンふんわりコーンやさしい塩味 牛乳 きなこ餅 アンパンマンぶくっとコーン しお味	米／豚もも肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、トマトチャップ、さとう、食塩／焼豚、ビーフン、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、なたねサラダ油、濃口しょうゆ、食塩、こしょう	かゆ ポークシチュー キャベツのやわらか煮	米／豚もも肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、トマトチャップ、さとう、食塩／キャベツ、たまねぎ、にんじん、さとう、食塩	10倍がゆ 野菜ののりとろ煮	米／じゃがいも、キャベツ、たまねぎ、にんじん
2 金	ごはん 鯖の照焼き 白菜の煮浸し 豆腐のみそ汁 なめたけ	◎牛乳,胚芽スティック 牛乳 紫芋パン バナナ	米／さわら、濃口しょうゆ、料理酒、なたねサラダ油、さとう、濃口しょうゆ、みりん、でんぶ／はくさい、にんじん、さとう、濃口しょうゆ、けずりぶし、ノ木綿豆腐、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、あおねぎ、けずりぶし、みそ／えのきたけ、濃口しょうゆ、みりん	かゆ 魚の野菜あんかけ 豆腐のみそ汁	米／カラスガレイ、はくさい、たまねぎ、にんじん、さとう、濃口しょうゆ、でんぶ／ノ木綿豆腐、チンゲンサイ、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、みそ	10倍がゆ 魚ののりとろ煮	米／カラスガレイ、はくさい、じゃがいも、でんぶ
3 土	肉うどん チャンプルー	◎牛乳,がんばれ野菜家族 牛乳 たべっ子ベイベーおやさい ソフトせんべい塩味	干しうどん、豚もも肉、さとう、濃口しょうゆ、みりん、たまねぎ、あおねぎ、だし昆布、けずりぶし、濃口しょうゆ、濃口しょうゆ、みりん／ノ木綿豆腐、ツナ缶、たまねぎ、チンゲンサイ、にんじん、なたねサラダ油、さとう、濃口しょうゆ、料理酒、食塩、こしょう	うどんのくたくた煮 煮奴	干しうどん、豚もも肉、たまねぎ、濃口しょうゆ、濃口しょうゆ、さとう／ノ木綿豆腐、チンゲンサイ、たまねぎ、にんじん、さとう、濃口しょうゆ	10倍がゆ 豆腐ののりとろ煮	米／木綿豆腐、チンゲンサイ、にんじん
5 月	ごはん ビビンバ風炒め物 わかめスープ	◎牛乳,むらさきいものおせんべい 牛乳 みかん蒸しパン	米／豚ミンチ肉、しょうが、さとう、濃口しょうゆ、ごま油、ほうれんそう、にんじん、もやし、ごま、さとう、濃口しょうゆ／ノ木綿豆腐、干しわかめ、たまねぎ、にんじん、あおねぎ、えのきたけ、とりがらスープ、食塩、こしょう、濃口しょうゆ／小麦粉、ベーキングパウダー、さとう、スキムミルク、みかんジュース 1L、なたねサラダ油、みかん缶	かゆ 野菜のそぼろ煮 豆腐のスープ	米／豚ミンチ肉、ほうれんそう、にんじん、さとう、濃口しょうゆ、でんぶ／ノ木綿豆腐、たまねぎ、にんじん、とりがらスープ、食塩	10倍がゆ 豆腐ののりとろ煮	米／木綿豆腐、ほうれんそう、にんじん
6 火	ごはん 鮭のやわらか煮 人参しりしり 豆腐のみそ汁	◎牛乳,花せんべい 牛乳,ミルクスティック カリボテスナック りんご煮	米／秋鮭、料理酒、さとう、濃口しょうゆ、みりん、でんぶ／ツナ、にんじん、コーン、濃口しょうゆ、料理酒、食塩、こしょう、なたねサラダ油／ノ木綿豆腐、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、ごまつな、えのきたけ、けずりぶし、みそ	かゆ 煮魚 みそ汁	米／カラスガレイ、にんじん、さとう、濃口しょうゆ、でんぶ／ノ木綿豆腐、じゃがいも、たまねぎ、ごまつな、にんじん、みそ	10倍がゆ 魚ののりとろ煮	米／カラスガレイ、ごまつな、にんじん、でんぶ
7 水	ドッグパン 鶏肉のトマト煮 かぼちゃスープ	◎牛乳,1歳からのかつぱえびせん 牛乳 五平餅	ドッグパン／鶏もも皮なし、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、さやいんげん、なたねサラダ油、トマト缶、トマトチャップ、赤ワイン、さとう、とりがらスープ、食塩／ショルダーベーコン、南瓜ペースト、かぼちゃ、たまねぎ、無塩バター、牛乳、生クリーム、とりがらスープ、食塩、こしょう／米、もち米、みそ、さとう、みりん、なたねサラダ油	かゆ 鶏肉のケチャップ煮 かぼちゃスープ	米／鶏もも皮なし、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、さとう、トマトチャップ、食塩／かぼちゃ、南瓜ペースト、たまねぎ、にんじん、スキムミルク、とりがらスープ、食塩	10倍がゆ 野菜ののりとろ煮	米／じゃがいも、かぼちゃ、たまねぎ、にんじん
8 木	ごはん 魚のかば焼き 小松菜の煮浸し 麩のすまし汁	◎牛乳,アンパンマンふんわりコーンやさしい塩味 牛乳 元氣水族館のなかまたち ミニのりの揚げもち	米／ホキ、しょうが、米粉、でんぶ、なたねサラダ油、さとう、濃口しょうゆ、料理酒、みりん／うすあげ、ごまつな、はくさい、にんじん、濃口しょうゆ、けずりぶし／おつゆ麩、さつまいも、たまねぎ、にんじん、しめじ、干しわかめ、だし昆布、けずりぶし、濃口しょうゆ、食塩	かゆ 煮魚 麩のすまし汁	米／ホキ、ごまつな、さとう、濃口しょうゆ、でんぶ／おつゆ麩、さつまいも、たまねぎ、にんじん、濃口しょうゆ	10倍がゆ 魚ののりとろ煮	米／ホキ、さつまいも、ごまつな、でんぶ
9 金	ごはん 卵焼き ひじきの煮物 豆腐の味噌汁	◎牛乳,胚芽スティック 牛乳 ヨーグルトホットケーキ	米／たまご、たまねぎ、スキムミルク、濃口しょうゆ、食塩、なたねサラダ油／芽ひじき、うすあげ、にんじん、ごぼう、さやいんげん、なたねサラダ油、さとう、濃口しょうゆ、けずりぶし／ノ木綿豆腐、たまねぎ、キャベツ、にんじん、えのきたけ、干しわかめ、けずりぶし、みそ	かゆ 豆腐の野菜あんかけ みそ汁	米／木綿豆腐、たまねぎ、にんじん、さとう、濃口しょうゆ、でんぶ／ノキャベツ、たまねぎ、にんじん、みそ	10倍がゆ 豆腐ののりとろ煮	米／木綿豆腐、キャベツ、にんじん
10 土	ミートスパゲティ 野菜スープ	◎牛乳,がんばれ野菜家族 牛乳 ミニ野菜スティック 星っこ	スパゲティ、豚ミンチ肉、たまねぎ、にんじん、なたねサラダ油、トマトピューレ（デレツ）、トマトチャップ、ウスターソース、さとう、食塩、こしょう／ウインナーソーセージ、じゃがいも、にんじん、しめじ、ほうれんそう、濃口しょうゆ、とりがらスープ、食塩	かゆ ミートポテト 野菜スープ	米／豚ミンチ肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、トマトピューレ（デレツ）、トマトチャップ、さとう、食塩／じゃがいも、にんじん、ほうれんそう、とりがらスープ、食塩	10倍がゆ 野菜ののりとろ煮	米／じゃがいも、たまねぎ、ほうれんそう、にんじん
13 火	ごはん 豚肉の焼肉風 豆腐のすまし汁	◎牛乳,花せんべい 牛乳 黒糖ちんすこう 国産いよかんゼリー	米／豚もも肉、しょうが、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ごま、さとう、濃口しょうゆ、みそ、なたねサラダ油／ノ木綿豆腐、なごいも、たまねぎ、にんじん、チンゲンサイ、えのきたけ、だし昆布、けずりぶし、濃口しょうゆ、食塩／小麦粉、黒砂糖、なたねサラダ油、食塩	かゆ 豚肉と野菜のみそ煮 豆腐のすまし汁	米／豚もも肉、たまねぎ、キャベツ、にんじん、みそ、さとう、濃口しょうゆ／ノ木綿豆腐、たまねぎ、にんじん、チンゲンサイ、濃口しょうゆ	10倍がゆ 豆腐ののりとろ煮	米／木綿豆腐、キャベツ、にんじん
14 水	パーカーパン ホキのムニエル 洋風切り干し大根 豆のクリームスープ	◎牛乳,1歳からのかつぱえびせん 牛乳 エースコイン ねじりん棒 バナナ	パーカーパン／ホキ、食塩、こしょう、小麦粉、無塩バター／きりぼしだいこん、ローズハム、たまねぎ、にんじん、コーン、ピーマン、なたねサラダ油、トマトチャップ、ウスターソース、さとう、食塩／ショルダーベーコン、白いんげん豆ペースト、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、無塩バター、食塩、こしょう、とりがらスープ、牛乳、スキムミルク、生クリーム	かゆ 魚のケチャップ煮 豆のクリームスープ	米／ホキ、じゃがいも、たまねぎ、トマトチャップ、さとう、食塩／白いんげん豆ペースト、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、スキムミルク、とりがらスープ、食塩	10倍がゆ 魚ののりとろ煮	米／ホキ、じゃがいも、たまねぎ、でんぶ
15 木	ごはん トマトシチュー 春雨の炒め物	◎牛乳,アンパンマンふんわりコーンやさしい塩味 牛乳 きなこ餅 アンパンマンぶくっとコーン しお味	米／豚ミンチ肉、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、とりがらスープ、トマト缶、トマトチャップ、さとう、食塩／春雨、焼豚、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、ごま油、さとう、濃口しょうゆ	かゆ トマトシチュー キャベツのやわらか煮	米／豚ミンチ肉、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、とりがらスープ、トマト缶、トマトチャップ、さとう、食塩／キャベツ、たまねぎ、にんじん、さとう、食塩	10倍がゆ 野菜ののりとろ煮	米／じゃがいも、キャベツ、たまねぎ、にんじん
16 金	ごはん 煮魚 野菜のきんぴら 豆腐のみそ汁	◎牛乳,胚芽スティック 牛乳 ふかし芋 ハイ！チーズ	米／カラスガレイ、しょうが、料理酒、さとう、濃口しょうゆ、みりん／じゃがいも、ごぼう、にんじん、ごま油、さとう、濃口しょうゆ、ごま／ノ木綿豆腐、たまねぎ、チンゲンサイ、にんじん、しめじ、けずりぶし、みそ／さつまいも、食塩	かゆ 煮魚 みそ汁	米／カラスガレイ、さつまいも、さとう、濃口しょうゆ、でんぶ／ノ木綿豆腐、チンゲンサイ、たまねぎ、にんじん、みそ	10倍がゆ 魚ののりとろ煮	米／カラスガレイ、チンゲンサイ、さつまいも、でんぶ
17 土	チャンポン麺 じゃがいもの煮物	◎牛乳,がんばれ野菜家族 牛乳 ミニ動物ビスケット ぼたぼた焼き	干し中華めん、豚もも肉、たまねぎ、キャベツ、にんじん、チンゲンサイ、ごま油、けずりぶし、濃口しょうゆ、食塩、こしょう、でんぶ／じゃがいも、にんじん、うすあげ、さとう、濃口しょうゆ、けずりぶし	かゆ 豚肉とキャベツの旨煮 すまし汁	米／豚もも肉、キャベツ、たまねぎ、にんじん、さとう、濃口しょうゆ／じゃがいも、たまねぎ、チンゲンサイ、濃口しょうゆ	10倍がゆ 野菜ののりとろ煮	米／じゃがいも、キャベツ、チンゲンサイ、にんじん



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	材料名	昼食	材料名	昼食	材料名
19月	ごはん ビビンバ風炒め物 わかめスープ	◎牛乳,むらさきいものおせんべい 牛乳 りんご蒸しパン	米/豚ミンチ肉、しょうが、さとう、濃口しょうゆ、ごま油、ほうれんそう、にんじん、もやし、こま、さとう、濃口しょうゆ/木綿豆腐、干しわかめ、たまねぎ、にんじん、あおねぎ、えのきたけ、とりがらスープ、食塩、こしょう、淡口しょうゆ/小麦粉、さとう、ﾊﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｰｸﾞ、ｽｷｰﾑﾐﾙｸ、りんごジュース、りんご、なたねサラダ油	かゆ 野菜のそぼろ煮 豆腐のスープ	米/豚ミンチ肉、ほうれんそう、にんじん、さとう、濃口しょうゆ、でんぶん/木綿豆腐、たまねぎ、にんじん、とりがらスープ、食塩	10倍がゆ 豆腐ののりとうろ煮	米/木綿豆腐、ほうれんそう、にんじん
20火	ごはん 鮭のやわらか煮 小松菜の煮浸し 麴のみそ汁	◎牛乳,花花せんべい 牛乳 マカロニグラタン	米/秋鮭、料理酒、さとう、濃口しょうゆ、みりん、でんぶん/うすあげ、こまつな、はくさい、にんじん、淡口しょうゆ、けずりぶし/おつゆ麴、さつまいも、たまねぎ、にんじん、チンゲンサイ、えのきたけ、けずりぶし、みそ/ショルダーベーコン、マカロニ、じゃがいも、たまねぎ、コーン、小麦粉、無塩バター、牛乳、とろけるチーズ、とりがらスープ、食塩、パン粉	かゆ 魚の野菜あんかけ 麴のみそ汁	米/ホキ、はくさい、こまつな、にんじん、さとう、濃口しょうゆ、でんぶん/おつゆ麴、さつまいも、たまねぎ、にんじん、チンゲンサイ、みそ	10倍がゆ 魚ののりとうろ煮	米/ホキ、はくさい、さつまいも、でんぶん
21水	ごはん 鶏肉の旨煮 豆腐のすまし汁	◎牛乳,1歳からのかつばえびせん 牛乳 ミルクスティック カリボテスナック,りんご煮	米/鶏もも皮なし、キャベツ、たまねぎ、にんじん、さとう、濃口しょうゆ/木綿豆腐、たまねぎ、こまつな、にんじん、干しわかめ、だし昆布、けずりぶし、食塩、淡口しょうゆ	かゆ 鶏肉の旨煮 豆腐のすまし汁	米/鶏もも皮なし、キャベツ、たまねぎ、にんじん、さとう、濃口しょうゆ/木綿豆腐、たまねぎ、にんじん、こまつな、淡口しょうゆ	10倍がゆ 豆腐ののりとうろ煮	米/木綿豆腐、たまねぎ、こまつな
22木	さつまいもご飯 ほっけの塩焼き ひじきの煮物 豚汁	◎牛乳,アンパンマン/あんわりコーンやさしい塩味 牛乳 元気水族館のなかまたち ミニのりのり揚げもち	米、さつまいも、食塩、料理酒/ほっけ、食塩/芽ひじき、うすあげ、にんじん、さやいんげん、なたねサラダ油、さとう、濃口しょうゆ、けずりぶし/豚もも肉、うすあげ、かぼちゃ、たまねぎ、しめじ、にんじん、こぼろ、あおねぎ、けずりぶし、みそ	かゆ 煮魚 みそ汁	米/カラスガレイ、さつまいも、にんじん、さとう、濃口しょうゆ、でんぶん/かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、みそ	10倍がゆ 魚ののりとうろ煮	米/カラスガレイ、さつまいも、かぼちゃ、でんぶん
23金	ごはん 親子煮 豆腐のすまし汁	◎牛乳,胚芽スティック アシッドミルクプラス たべっこどうぶつバター おせんべいサラダ味	米/たまご、鶏もも肉、たまねぎ、にんじん、あおねぎ、なたねサラダ油、さとう、濃口しょうゆ、けずりぶし/木綿豆腐、たまねぎ、だいこん、こまつな、にんじん、しめじ、けずりぶし、淡口しょうゆ、食塩	かゆ 豆腐の野菜あんかけ すまし汁	米/木綿豆腐、こまつな、たまねぎ、にんじん、さとう、濃口しょうゆ、でんぶん/だいこん、たまねぎ、にんじん、淡口しょうゆ	10倍がゆ 豆腐ののりとうろ煮	米/木綿豆腐、だいこん、こまつな
24土	ミートスパゲティ 野菜スープ	◎牛乳,がんばれ野菜家族 牛乳 ミニ野菜スティック 星っこ	スパゲティ、豚ミンチ肉、たまねぎ、にんじん、なたねサラダ油、トマトピューレ(ﾃﾞﾙﾃﾞﾝ)、ﾄﾏﾄﾁｬｯﾌﾟ、ｸﾞﾅｰﾙｽ、さとう、食塩、こしょう/ウインナーソーセージ、じゃがいも、にんじん、しめじ、ほうれんそう、淡口しょうゆ、とりがらスープ、食塩	かゆ ミートポテト 野菜スープ	米/豚ミンチ肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、トマトピューレ(ﾃﾞﾙﾃﾞﾝ)、ﾄﾏﾄﾁｬｯﾌﾟ、さとう、食塩/じゃがいも、にんじん、ほうれんそう、とりがらスープ、食塩	10倍がゆ 野菜ののりとうろ煮	米/じゃがいも、たまねぎ、ほうれんそう、にんじん
26月	ごはん 豚肉のあまから炒め 豆腐のみそ汁	◎牛乳,むらさきいものおせんべい 牛乳 さつま芋とりんごの甘煮	米/豚もも肉、キャベツ、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、さとう、濃口しょうゆ、なたねサラダ油/木綿豆腐、たまねぎ、にんじん、こまつな、干しわかめ、けずりぶし、みそ/さつまいも、りんご、無塩バター、さとう	かゆ 豚肉の旨煮 豆腐のみそ汁	米/豚もも肉、キャベツ、じゃがいも、たまねぎ、さとう、濃口しょうゆ/木綿豆腐、たまねぎ、にんじん、こまつな、みそ	10倍がゆ 豆腐ののりとうろ煮	米/木綿豆腐、キャベツ、じゃがいも
27火	ごはん すき焼き風煮 かき卵汁	◎牛乳,花花せんべい 牛乳 エースコイン ねじりん棒 バナナ	米/牛もも肉、木綿豆腐、はくさい、たまねぎ、白ねぎ、なたねサラダ油、さとう、濃口しょうゆ、みりん、料理酒/たまご、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、ほうれんそう、だし昆布、けずりぶし、淡口しょうゆ、食塩	かゆ すき焼き風煮 すまし汁	米/牛もも肉、木綿豆腐、はくさい、たまねぎ、なたねサラダ油、さとう、濃口しょうゆ/たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、淡口しょうゆ	10倍がゆ 豆腐ののりとうろ煮	米/木綿豆腐、はくさい、にんじん
28水	ごはん 煮魚 キャベツのおかから炒め 豆腐のみそ汁	◎牛乳,1歳からのかつばえびせん 牛乳 とうもろこしでつくったﾊﾌﾞｽﾅｯｸ塩味 畑のクラッカー りんご煮	米/カラスガレイ、しょうが、料理酒、さとう、濃口しょうゆ、みりん/キャベツ、チンゲンサイ、にんじん、なたねサラダ油、花かつお、濃口しょうゆ/木綿豆腐、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、あおねぎ、けずりぶし、みそ	かゆ 魚の野菜あんかけ 豆腐のみそ汁	米/カラスガレイ、キャベツ、チンゲンサイ、にんじん、さとう、濃口しょうゆ、でんぶん/木綿豆腐、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、みそ	10倍がゆ 魚ののりとうろ煮	米/カラスガレイ、チンゲンサイ、にんじん、でんぶん
29木	ごはん 豚肉と野菜の中華風炒め 春雨スープ	◎牛乳,アンパンマン/あんわりコーンやさしい塩味 牛乳 まあるいクラッカーミニ ミニ野菜スナック	米/豚もも肉、糸かまぼこ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、干ししいたけ、濃口しょうゆ、食塩、こしょう、なたねサラダ油、とりがらスープ、でんぶん、ごま油/春雨、たまねぎ、えのきたけ、チンゲンサイ、にんじん、干しわかめ、とりがらスープ、淡口しょうゆ、食塩	かゆ 豚肉と野菜の煮物 野菜スープ	米/豚もも肉、キャベツ、たまねぎ、にんじん、とりがらスープ、さとう、濃口しょうゆ/チンゲンサイ、たまねぎ、にんじん、とりがらスープ、食塩	10倍がゆ 野菜ののりとうろ煮	米/キャベツ、チンゲンサイ、たまねぎ、にんじん
30金	ごはん 魚のケチャップ煮 粉吹き芋 和風コーンスープ	◎牛乳,胚芽スティック 牛乳 南瓜ケーキ	米/ホキ、さとう、ﾄﾏﾄﾁｬｯﾌﾟ、食塩/じゃがいも、にんじん、食塩/ショルダーベーコン、北海道クリームコーン、コーン、たまねぎ、にんじん、チンゲンサイ、とりがらスープ、けずりぶし、淡口しょうゆ、食塩/ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾍﾟｰｽﾄ、無糖ヨーグルト、ｽｷｰﾑﾐﾙｸ、無塩バター、さとう	かゆ 魚のケチャップ煮 コーンスープ	米/ホキ、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、さとう、ﾄﾏﾄﾁｬｯﾌﾟ、食塩/北海道クリームコーン、たまねぎ、にんじん、チンゲンサイ、とりがらスープ、食塩	10倍がゆ 魚ののりとうろ煮	米/ホキ、チンゲンサイ、じゃがいも、でんぶん
31土	チャンポン麺 じゃがいもの煮物	◎牛乳,がんばれ野菜家族 牛乳 ミニ動物ビスケット ぼたぼた焼き	干し中華めん、豚もも肉、たまねぎ、キャベツ、にんじん、チンゲンサイ、ごま油、けずりぶし、淡口しょうゆ、食塩、こしょう、でんぶん/じゃがいも、にんじん、うすあげ、さとう、濃口しょうゆ、けずりぶし	かゆ 豚肉とキャベツの旨煮 すまし汁	米/豚もも肉、キャベツ、たまねぎ、にんじん、さとう、濃口しょうゆ/じゃがいも、たまねぎ、チンゲンサイ、淡口しょうゆ	10倍がゆ 野菜ののりとうろ煮	米/じゃがいも、キャベツ、チンゲンサイ、にんじん

※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

