



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 火	わかめごはん ほっけの塩焼き 冬瓜のそぼろ煮 南瓜のみそ汁	◎牛乳◎とうもろこしでつくったパフスナック風味 牛乳 豆乳ドーナツ	米、炊き込みわかめ／ほっけ、食塩／とうがん、豚ミンチ肉、にんじん、でんぶん、みりん、さとう、淡口しょうゆ、けずりぶし、しょうが／うすあげ、かぼちゃ、たまねぎ、こまつな、にんじん、けずりぶし、みそ／制粉キッズ、豆乳、さとう、なたね油、粉砂糖	かゆ 煮魚 南瓜のみそ汁	米／ホキ、とうがん、さとう、濃口しょうゆ、でんぶん／かぼちゃ、こまつな、たまねぎ、にんじん、みそ	10倍がゆ 魚ののろろ煮	米／ホキ、とうがん、にんじん、でんぶん
2 水	ごはん ミートポテト コーンスープ	◎牛乳◎ふわふわチップにんじん味 牛乳、エースコイン 満月ボン りんご煮	米／豚ミンチ肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、無塩バター、さとう、トマトチャップ、ウカサシ、食塩、こしょう／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	かゆ ミートポテト コーンスープ	米／豚ミンチ肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、トマトチャップ、さとう、食塩／北海道クリームコーン、たまねぎ、チンゲンサイ、にんじん、とりがらスープ、食塩	10倍がゆ 野菜ののろろ煮	米／じゃがいも、にんじん、たまねぎ、チンゲンサイ
3 木	ごはん 鯖の照焼き 小松菜の煮浸し 豆腐のみそ汁	◎牛乳◎畑のクラッカー 牛乳 ミニ動物ビスケット 元気カリボテミニ	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、でんぶん／うすあげ、こまつな、キャベツ、にんじん、淡口しょうゆ、けずりぶし、／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 煮魚 豆腐のみそ汁	米／カラスガレイ、キャベツ、こまつな、さとう、濃口しょうゆ、でんぶん／さとう、濃口しょうゆ、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、みそ	10倍がゆ 魚ののろろ煮	米／カラスガレイ、キャベツ、こまつな、でんぶん
4 金	ごはん 厚揚げチャンプルー 糸かまぼこのすまし汁	◎牛乳◎おからスナックかぼちゃ味 アシドミルクプラス ミニ野菜スティック 元気薄焼きせんべい ハイ！チーズ	米／冷凍厚揚げ、豚もも肉、たまねぎ、にんじん、チンゲンサイ、ピーマン、花かつお、なたねサラダ油、さとう、淡口しょうゆ、料理酒、食塩、こしょう／糸かまぼこ、たまねぎ、にんじん、しめじ、あおねぎ、食塩、淡口しょうゆ、だし昆布、けずりぶし	かゆ 豆腐の野菜あんかけ すまし汁	米／木綿豆腐、たまねぎ、にんじん、さとう、濃口しょうゆ、でんぶん／たまねぎ、にんじん、チンゲンサイ、淡口しょうゆ	10倍がゆ 豆腐ののろろ煮	米／木綿豆腐、たまねぎ、チンゲンサイ
5 土	きつねうどん 白菜の煮浸し	◎牛乳◎元気あまからせん 牛乳 まあるいクラッカーミニ きなこ餅	干しうどん、うすあげ、さとう、濃口しょうゆ、たまねぎ、にんじん、干しいたけ、あおねぎ、だし昆布、けずりぶし、淡口しょうゆ、濃口しょうゆ、みりん／ツナ缶、はくさい、キャベツ、にんじん、さとう、淡口しょうゆ、けずりぶし	うどんのくたくた煮 ツナとキャベツのやわらか煮	干しうどん、冷凍豆腐、たまねぎ、にんじん、濃口しょうゆ、淡口しょうゆ、さとう／ツナ缶、はくさい、キャベツ、にんじん、さとう、濃口しょうゆ、でんぶん	10倍がゆ 野菜ののろろ煮	米／はくさい、たまねぎ、にんじん、キャベツ
7 月	ごはん ボークシチュー ビーフンソテー	◎牛乳◎かぼちゃボーロ 牛乳 フルーツミックス 元気しおボンせん	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／みかん缶、もも缶	かゆ ボークシチュー 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、にんじん、さとう、食塩	10倍がゆ 野菜ののろろ煮	米／じゃがいも、キャベツ、たまねぎ、にんじん
8 火	ごはん 卵焼き 切干大根の煮物 豚汁	◎牛乳◎とうもろこしでつくったパフスナック風味 牛乳 きな粉入りちんすこう りんご煮	米／たまご、たまねぎ、スキムミルク、淡口しょうゆ、食塩、なたねサラダ油／きりぼしだいこん、にんじん、干しいたけ、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、さつまいも、たまねぎ、にんじん、しめじ、ごぼう、あおねぎ、けずりぶし、みそ／小麦粉、きなこ、さとう、なたねサラダ油、食塩	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、でんぶん／さつまいも、たまねぎ、にんじん、みそ、	10倍がゆ 豆腐ののろろ煮	米／木綿豆腐、さつまいも、たまねぎ
9 水	ごはん 魚の野菜あんかけ 豆腐のすまし汁	◎牛乳◎ふわふわチップにんじん味 牛乳 南瓜蒸しパン	米／カラスガレイ、たまねぎ、にんじん、さとう、濃口しょうゆ、でんぶん／木綿豆腐、にんじん、たまねぎ、チンゲンサイ、干しわかめ、淡口しょうゆ、食塩、だし昆布、けずりぶし／小麦粉、バニラパウダー、さとう、スキムミルク、南瓜ペースト、南瓜、なたねサラダ油	かゆ 魚の野菜あんかけ 豆腐のすまし汁	米／カラスガレイ、たまねぎ、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、チンゲンサイ、にんじん、淡口しょうゆ	10倍がゆ 魚ののろろ煮	米／カラスガレイ、チンゲンサイ、にんじん、でんぶん
10 木	ごはん 豚肉のあまから炒め 豆腐のみそ汁 じゃこの佃煮	◎牛乳◎畑のクラッカー 牛乳 元気恐竜ものがたり 1才からのサッポロポテト	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、あおねぎ、えのきだけ、干しわかめ、けずりぶし、みそ／ちりめんじゃこ、さとう、濃口しょうゆ、みりん、ごま	かゆ 豚肉の旨煮 豆腐のみそ汁	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／木綿豆腐、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、みそ	10倍がゆ 豆腐ののろろ煮	米／木綿豆腐、じゃがいも、キャベツ
11 金	ドッグパン 煮魚 南瓜の甘煮 ミネストローネスープ	◎牛乳◎おからスナックかぼちゃ味 牛乳、豆乳クッキー ほしのおせんべい 梨煮	ドッグパン／ホキ、料理酒、さとう、濃口しょうゆ、みりん、でんぶん／かぼちゃ、にんじん、さとう、食塩／ショルダーベーコン、じゃがいも、たまねぎ、キャベツ、スッキーニ、にんじん、トマト、にんにく、トマト缶、とりがらスープ、けずりぶし、赤ワイン、食塩、オリーブ油、さとう、淡口しょうゆ	かゆ 魚の野菜あんかけ トマトスープ	米／ホキ、かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、さとう、濃口しょうゆ、でんぶん／じゃがいも、たまねぎ、キャベツ、トマト、にんじん、とりがらスープ、食塩	10倍がゆ 魚ののろろ煮	米／ホキ、かぼちゃ、たまねぎ、でんぶん
12 土	和風スパゲティー 豆腐のみそ汁	◎牛乳◎元気あまからせん 牛乳 たべっこベイビーおやさい ソフトせんべい塩味	スパゲティ、ウインナーソーセージ、たまねぎ、キャベツ、にんじん、えのきだけ、なたねサラダ油、食塩、こしょう、濃口しょうゆ／木綿豆腐、じゃがいも、こまつな、にんじん、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、キャベツ、たまねぎ、にんじん、さとう、濃口しょうゆ、でんぶん／じゃがいも、にんじん、こまつな、みそ	10倍がゆ 豆腐ののろろ煮	米／木綿豆腐、じゃがいも、こまつな
14 月	ごはん チャプチェ わかめスープ	◎牛乳◎かぼちゃボーロ 牛乳 黒糖ホットケーキ	米／豚もも肉、しょうが、料理酒、たまねぎ、にんじん、ピーマン、にら、春雨、ごま、なたねサラダ油、さとう、濃口しょうゆ、食塩、ごま油／木綿豆腐、干しわかめ、たまねぎ、にんじん、チンゲンサイ、えのきだけ、とりがらスープ、食塩、こしょう、淡口しょうゆ／制粉キッズ、スキムミルク、無塩バター、黒砂糖、無糖ヨーグルト	かゆ 豚肉の旨煮 豆腐のスープ	米／豚もも肉、たまねぎ、にんじん、さとう、濃口しょうゆ／木綿豆腐、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 豆腐ののろろ煮	米／木綿豆腐、チンゲンサイ、たまねぎ
15 火	ごはん ほっけの塩焼き 冬瓜のそぼろ煮 南瓜のみそ汁	◎牛乳◎とうもろこしでつくったパフスナック風味 牛乳、ミルクスティック 全粒粉クラッカー スクールヨーグルトバナナ (アイスクリーム風ヨーグルト)	米／ほっけ、食塩／とうがん、豚ミンチ肉、にんじん、でんぶん、みりん、さとう、淡口しょうゆ、けずりぶし、しょうが／うすあげ、かぼちゃ、たまねぎ、こまつな、にんじん、けずりぶし、みそ	かゆ 煮魚 南瓜のみそ汁	米／ホキ、とうがん、さとう、濃口しょうゆ、でんぶん／かぼちゃ、こまつな、たまねぎ、にんじん、みそ	10倍がゆ 魚ののろろ煮	米／ホキ、とうがん、にんじん、でんぶん



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
16 水	ごはん 肉じゃが 豆腐のすまし汁 ひじきのふりかけ	◎牛乳◎ふわふわチップにんじん味 牛乳 りんごのトースト	米／豚もも肉、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、さとう、濃口しょうゆ／木綿豆腐、たまねぎ、にんじん、しめじ、チンゲンサイ、淡口しょうゆ、食塩、だし昆布、けずりぶし／芽ひじき、こま、花かつお、濃口しょうゆ、さとう、みりん／食パン、りんご、さとう、無塩バター	かゆ 肉じゃが 豆腐のすまし汁	米／豚もも肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、なたねサラダ油、さとう、濃口しょうゆ／木綿豆腐、たまねぎ、にんじん、チンゲンサイ、淡口しょうゆ	10倍がゆ 豆腐ののどろろ煮	米／木綿豆腐、じゃがいも、にんじん
17 木	ごはん 鯖の照焼き 小松菜の煮浸し 豆腐のみそ汁	◎牛乳◎畑のクラッカー 牛乳 ミニ動物ビスケット 元氣カリボテミニ	米／さくら、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／うすあげ、こまつな、キャベツ、にんじん、淡口しょうゆ、けずりぶし／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 煮魚 豆腐のみそ汁	米／カラスガレイ、キャベツ、こまつな、さとう、濃口しょうゆ、でんぶ／木綿豆腐、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、みそ	10倍がゆ 魚ののどろろ煮	米／カラスガレイ、キャベツ、こまつな、でんぶ
18 金	ごはん 鶏肉のさっぱり煮 チンゲンサイのおかか炒め 麩のみそ汁	◎牛乳◎おからスナックかぼちゃ味 ジョア、マリー アンパンマンぶくっとコーン しお味 型抜きチーズ	米／鶏もも肉、しょうが、さとう、濃口しょうゆ、みりん、料理酒、米酢／チンゲンサイ、キャベツ、にんじん、なたねサラダ油、花かつお、濃口しょうゆ、／おつゆ麩、たまねぎ、しめじ、干しわかめ、にんじん、あおねぎ、けずりぶし、みそ	かゆ 鶏肉と野菜の煮物 麩のみそ汁	米／鶏もも肉、チンゲンサイ、キャベツ、たまねぎ、さとう、濃口しょうゆ／おつゆ麩、たまねぎ、にんじん、みそ	10倍がゆ 野菜ののどろろ煮	米／チンゲンサイ、キャベツ、たまねぎ、にんじん
19 土	きつねうどん 白菜の煮浸し	◎牛乳◎元氣あまからせん 牛乳 まあるいクラッカーミニ きなこ餅	干しうどん、うすあげ、さとう、濃口しょうゆ、たまねぎ、にんじん、干しいたけ、あおねぎ、だし昆布、けずりぶし、淡口しょうゆ、濃口しょうゆ、みりん／ツナ缶、はくさい、キャベツ、にんじん、さとう、淡口しょうゆ、けずりぶし	うどんのくたくた煮 ツナとキャベツのやわらか煮	干しうどん、冷凍豆腐、たまねぎ、にんじん、濃口しょうゆ、淡口しょうゆ、さとう／ツナ缶、はくさい、キャベツ、にんじん、さとう、濃口しょうゆ、でんぶ	10倍がゆ 野菜ののどろろ煮	米／はくさい、たまねぎ、にんじん、キャベツ
24 木	ごはん 豚肉のあまから炒め 豆腐のみそ汁 じゃこの佃煮	◎牛乳◎畑のクラッカー 牛乳 元氣恐竜ものがたり 1オからのサッポロポテト	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、あおねぎ、えのきだけ、干しわかめ、けずりぶし、みそ／ちりめんじゃこ、さとう、濃口しょうゆ、みりん、こま	かゆ 豚肉の旨煮 豆腐のみそ汁	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／木綿豆腐、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、みそ	10倍がゆ 豆腐ののどろろ煮	米／木綿豆腐、じゃがいも、キャベツ
25 金	ごはん 鮭のあかね焼き キャベツのソテー 豆腐のすまし汁	◎牛乳◎おからスナックかぼちゃ味 牛乳 フライド長芋 お月見ゼリー	米、／秋鮭、食塩、なたねサラダ油、トウモロコシ、ウスターソース、さとう／焼豚、キャベツ、チンゲンサイ、にんじん、なたねサラダ油、食塩、こしょう、濃口しょうゆ／木綿豆腐、たまねぎ、にんじん、こまつな、しめじ、だし昆布、けずりぶし、淡口しょうゆ、食塩／ながいも、でんぶ、なたね油、食塩	かゆ 魚のケチャップ煮 豆腐のすまし汁	米／カラスガレイ、キャベツ、チンゲンサイ、にんじん、トウモロコシ、ウスターソース、さとう、食塩／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 魚ののどろろ煮	米／カラスガレイ、チンゲンサイ、たまねぎ、でんぶ
26 土	和風スパゲティ 豆腐のみそ汁	◎牛乳◎元氣あまからせん 牛乳 たべっこベイベーおやさい ソフトせんべい塩味	スパゲティ、ウインナーソーセージ、たまねぎ、キャベツ、にんじん、えのきだけ、なたねサラダ油、食塩、こしょう、濃口しょうゆ／木綿豆腐、じゃがいも、こまつな、にんじん、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、キャベツ、たまねぎ、にんじん、さとう、濃口しょうゆ、でんぶ／じゃがいも、にんじん、こまつな、みそ	10倍がゆ 豆腐ののどろろ煮	米／木綿豆腐、じゃがいも、こまつな
28 月	ごはん マーボー豆腐 和風春雨スープ	◎牛乳◎かぼちゃポーロ 牛乳、野菜スティック 全粒粉クラッカー 梨煮	米／木綿豆腐、豚ミンチ肉、たまねぎ、にんじん、とりがらスープ、なたねサラダ油、さとう、濃口しょうゆ、みそ、でんぶ／春雨、焼豚、たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、えのきだけ、だし昆布、けずりぶし、淡口しょうゆ、食塩	かゆ マーボー豆腐 野菜スープ	米／木綿豆腐、豚ミンチ肉、たまねぎ、にんじん、とりがらスープ、なたねサラダ油、さとう、濃口しょうゆ、みそ、でんぶ／たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、淡口しょうゆ	10倍がゆ 豆腐ののどろろ煮	米／木綿豆腐、にんじん、ほうれんそう
29 火	ごはん 鶏肉のりんごソース焼き チンゲンサイのソテー 豆腐のみそ汁	◎牛乳◎とうもろこしでつくったバフスナック塩味 牛乳 じゃがバター りんご煮	米／鶏もも皮なし、料理酒、なたねサラダ油、りんご、米酢、さとう、濃口しょうゆ、みりん／チンゲンサイ、キャベツ、にんじん、なたねサラダ油、さとう、濃口しょうゆ／木綿豆腐、たまねぎ、だいこん、あおねぎ、にんじん、けずりぶし、みそ／じゃがいも、無塩バター、食塩	かゆ 鶏肉と野菜のうま煮 豆腐のみそ汁	米／鶏もも皮なし、チンゲンサイ、キャベツ、にんじん、さとう、濃口しょうゆ／木綿豆腐、だいこん、たまねぎ、にんじん、みそ	10倍がゆ 豆腐ののどろろ煮	米／木綿豆腐、だいこん、にんじん
30 水	ごはん 焼き魚のごまだれ 切干大根の煮物 麩のみそ汁	◎牛乳◎ふわふわチップにんじん味 牛乳 焼きスパゲティ	米／ホキ、料理酒、さとう、濃口しょうゆ、みりん、でんぶ、こま／きりぼしだいこん、にんじん、うすあげ、干しいたけ、なたねサラダ油、さとう、濃口しょうゆ、けずりぶし／おつゆ麩、はくさい、たまねぎ、にんじん、あおねぎ、けずりぶし、みそ／バグティ、ウインナーソーセージ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、なたねサラダ油、食塩、こしょう、トンカツソース、ウスターソース	かゆ 煮魚 麩のみそ汁	米／ホキ、にんじん、さとう、濃口しょうゆ、でんぶ／おつゆ麩、はくさい、たまねぎ、にんじん、みそ	10倍がゆ 魚ののどろろ煮	米／ホキ、はくさい、にんじん、でんぶ

※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

