

	1 (月)	2 (火)	3 (水)	4 (木)	5 (金)	6 (土)	
午前	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	
昼食	おかゆor軟飯 鶏ササミの煮物 ほうれん草ともやしのお浸し みそ汁 (豆腐・人参)	おかゆor軟飯 マーボー豆腐 きゃべつと人参の塩おかか和え みそ汁 (大根・人参) オレンジ	おかゆor軟飯 魚 (さけ) のてりやき 野菜の炒め煮 (きゃべつ・もやし・人参) みそ汁 (じゃが芋・人参) パナナ	おかゆor軟飯 れんこんハンバーグ 胡瓜のやわらかスティック みそ汁 (もやし・人参) オレンジ	そぼろ丼or粥 (ひき肉・玉葱) 人参のやわらかスティック 野菜スープ (きゃべつ・人参) いちご	おかゆor軟飯 ツナと玉葱の炒め煮 胡瓜のやわらかスティック みそ汁 (切干大根・人参)	
午後	ほうじ茶 米粉蒸しパン	ほうじ茶 芋もち	ほうじ茶 きなこおにぎり	ほうじ茶 煮込みうどん	ほうじ茶 バナナヨーグルト・赤ちゃんせんべい	ほうじ茶 ひじきおにぎり	
	7 (日)	8 (月)	9 (火)	10 (水)	11 (木)	12 (金)	
午前	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	
昼食	おかゆor軟飯 じゃがいものそぼろ煮 胡瓜と人参のやわらか煮 みそ汁 (わかめ・人参)	おかゆor軟飯 松風焼き (豆腐・ひき肉・玉葱) 青菜と人参のお浸し すまし汁 (じゃが芋・人参)	あんかけ丼or粥 (人参・玉葱・ひき肉) 胡瓜と人参のやわらかスティック みそ汁 (さつまいも・玉葱) オレンジ	おかゆor軟飯 魚 (かれい) のみそ煮 フロッコリーのおかか和え みそ汁 (ねぎ・わかめ・人参)	おかゆor軟飯 鶏ササミの煮物 きゃべつと人参のお浸し みそ汁 (青菜・人参)	食パン じゃがいもとひき肉のクリーム煮 ツナと胡瓜のサラダ トマトスープ (きゃべつ・玉葱・トマト)	おかゆor軟飯 肉団子のあんかけ もやしの炒め煮 みそ汁 (切干大根・玉葱)
午後	ほうじ茶 食パンスティックトースト	ほうじ茶 かぼちゃの茶巾	ほうじ茶 野菜チヂミ	ほうじ茶 スイートポテト	ほうじ茶 ツナトマトスパゲティ	ほうじ茶 しらすおにぎり	ほうじ茶 りんごゼリー・赤ちゃんせんべい
	14 (日)	15 (月)	16 (火)	17 (水)	18 (木)	19 (金)	
午前	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	
昼食	おかゆor軟飯 ツナと人参の炒め煮 青菜の煮ひだし みそ汁 (じゃが芋・人参)	おかゆor軟飯 じゃがいもと鶏肉の煮物 もやしとひじきの和え物 みそ汁 (切干大根・ねぎ・わかめ)	おかゆor軟飯 肉団子のあんかけ きゃべつと人参の和え物 みそ汁 (玉葱・人参)	おかゆor軟飯 魚 (さけ) のてりやき ほうれん草と人参の炒め煮 野菜スープ (きゃべつ・玉葱)	そぼろ丼or粥 (ひき肉・玉葱) 青菜と人参のやわらか煮 みそ汁 (大根・人参) オレンジ	ミートスパゲティ クリームコーン入りポテトサラダ 野菜スープ (きゃべつ・玉葱) パナナ	おかゆor軟飯 鶏団子の照り煮 青のり入りマッシュポテト みそ汁 (人参・玉葱)
午後	ほうじ茶 パンケーキ	ほうじ茶 食パンスティックトースト	ほうじ茶 さつまいもようかん	ほうじ茶 蒸しケーキ	ほうじ茶 マカロニきなこ	ほうじ茶 ツナみそおにぎり	ほうじ茶 青のりポテト
	21 (日)	22 (月)	23 (火)	24 (水)	25 (木)	26 (金)	
午前	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	
昼食	おかゆor軟飯 肉豆腐 きゅうりとコーンのサラダ みそ汁 (玉葱・わかめ)	おかゆor軟飯 鶏ササミの煮物 野菜の炒め煮 (きゃべつ・もやし・人参) みそ汁 (いんげん・豆腐)	おかゆor軟飯 豆腐と野菜のトロトロ煮 青菜と人参の和え物 すまし汁 (玉葱・人参)	おかゆor軟飯 魚 (かれい) の野菜あんかけ きゃべつと人参の海苔和え みそ汁 (ねぎ・わかめ)	そぼろ丼or粥 (ひき肉・玉葱) 人参のやわらかスティック みそ汁 (さといも・青菜) オレンジ	食パン ミートボールのトマト煮 ゆでフロッコリー コーンスープ	そぼろ丼or粥 (ひき肉・玉葱) ポテトサラダ みそ汁 (玉葱・わかめ) パナナ
午後	ほうじ茶 米粉蒸しパン	ほうじ茶 鶏団子入り豆乳スープ	ほうじ茶 ゆでじゃがいも	ほうじ茶 キャロットゼリー・赤ちゃんせんべい	ほうじ茶 ゆでさつまいも	ほうじ茶 ポテト柏餅	ほうじ茶 ぶどうゼリー・赤ちゃんせんべい
	28 (日)	29 (月)	30 (火)				
午前	ミルク	ミルク	ミルク				
昼食	おかゆor軟飯 しらすと玉葱の炒め煮 青菜の和え物 みそ汁 (じゃが芋・玉葱)	おかゆor軟飯 鶏ササミの煮物 胡瓜のやわらかスティック みそ汁 (切干大根・人参)	ツナとひじきのチャーハン 人参のやわらかスティック みそ汁 (じゃが芋・玉葱)				
午後	ほうじ茶 パンケーキ	ほうじ茶 食パンスティックトースト	ほうじ茶 わかめおにぎり				

※ まだ食べたことのない食材がありましたら事前に試してみてください (2回)  
 ※ 食べ進め状況によりメニューが異なる場合があります  
 ※ 後期食で使用するひき肉は豚or鶏ひき肉です  
 ※ 当園の離乳食では卵は使用しませんがお家庭では食べ進めていってください

	1 (月)	2 (火)	3 (水)	4 (木)	5 (金)	6 (土)	
午前	牛乳 赤ちゃんせんべい	牛乳 赤ちゃんせんべい	牛乳 赤ちゃんせんべい	牛乳 赤ちゃんせんべい	牛乳 赤ちゃんせんべい	牛乳 赤ちゃんせんべい	
昼食	ちらし寿司 鶏ササミの煮物 ほうれん草ともやしのお浸し すまし汁 (豆腐・えのき)	ごはん マーボー豆腐 きゃべつの塩おかか和え みそ汁 (大根・人参) オレンジ	ごはん 魚 (さけ) のてりやき 野菜炒め みそ汁 (じゃが芋・きぬさや) パナナ	ごはん れんこんハンバーグ 春雨サラダ みそ汁 (もやし・人参) オレンジ	ごはん クリームシチュー アスパラとササミのごまサラダ 野菜スープ (きゃべつ・人参) いちご	そぼろ丼 きゅうりとツナのサラダ みそ汁 (切干大根・人参) オレンジ	
午後	ほうじ茶 米粉いちご蒸しパン	ほうじ茶 芋もち	ほうじ茶 きなこおにぎり	ほうじ茶 鶏うどん	ほうじ茶 パナナヨーグルト・赤ちゃんせんべい	ほうじ茶 ひじきおにぎり	
7 (日)	8 (月)	9 (火)	10 (水)	11 (木)	12 (金)	13 (土)	
午前	牛乳 赤ちゃんせんべい	牛乳 赤ちゃんせんべい	牛乳 赤ちゃんせんべい	牛乳 赤ちゃんせんべい	牛乳 赤ちゃんせんべい	牛乳 赤ちゃんせんべい	
昼食	しらす入りごはん 肉じゃが 春雨サラダ みそ汁 (わかめ・えのき)	ごはん 松風焼き (豆腐・ひき肉・玉葱) 青菜と人参のお浸し すまし汁 (じゃが芋・人参)	あんかけ丼 きゅうりとササミのサラダ みそ汁 (さつまいも・玉葱) オレンジ	ごはん 魚 (かれい) の西京焼き ブロッコリーのおかか和え みそ汁 (ねぎ・わかめ・えのき)	ごはん 鶏ササミの煮物 きゃべつのゆかり和え みそ汁 (青菜・人参)	食パン 豆乳ポテトグラタン ツナコーンのサラダ トマトスープ (きゃべつ・玉葱・トマト)	ごはん コーン団子 もやしのソテー みそ汁 (切干大根・玉葱)
午後	ほうじ茶 米粉ジャムサンド	ほうじ茶 かぼちゃのきなこ団子	ほうじ茶 チヂミ	ほうじ茶 スイートポテト	ほうじ茶 ツナマトスパゲティ	ほうじ茶 しらすおにぎり	
14 (日)	15 (月)	16 (火)	17 (水)	18 (木)	19 (金)	20 (土)	
午前	牛乳 赤ちゃんせんべい	牛乳 赤ちゃんせんべい	牛乳 赤ちゃんせんべい	牛乳 赤ちゃんせんべい	牛乳 赤ちゃんせんべい	牛乳 赤ちゃんせんべい	
昼食	ごはん ツナと人参の炒め煮 青菜の煮びたし すまし汁 (じゃが芋・人参)	ごはん じゃがいもと鶏肉の煮物 もやしとひじきの和え物 みそ汁 (切干大根・ねぎ・わかめ)	ごはん 肉団子の甘酢あんかけ きゃべつの中華和え みそ汁 (玉葱・えのき)	ごはん 魚 (さけ) のポテトクリーム焼き ほうれん草とコーンのソテー 野菜スープ (きゃべつ・玉葱)	ピピンパ ツナ入り春雨炒め みそ汁 (大根・人参) オレンジ	ミートスパゲティ クリームコーン入りポテトサラダ 野菜スープ (きゃべつ・玉葱) パナナ	ごはん 鶏団子の照り煮 じゃがいもとピーマンの千切り炒め みそ汁 (人参・玉葱)
午後	ほうじ茶 パンケーキ	ほうじ茶 食パンスティックトースト	ほうじ茶 さつまいもようかん	ほうじ茶 蒸しケーキ	ほうじ茶 マカロニきなこ	ほうじ茶 ツナみそおにぎり	
21 (日)	22 (月)	23 (火)	24 (水)	25 (木)	26 (金)	27 (土)	
午前	牛乳 赤ちゃんせんべい	牛乳 赤ちゃんせんべい	牛乳 赤ちゃんせんべい	牛乳 赤ちゃんせんべい	牛乳 赤ちゃんせんべい	牛乳 赤ちゃんせんべい	
昼食	ごはん 肉豆腐 きゅうりとコーンのサラダ みそ汁 (玉葱・わかめ)	ごはん 鶏ササミの煮物 野菜炒め みそ汁 (いんげん・豆腐)	ごはん 厚揚げの中華煮 ほうれん草のごま和え すまし汁 (えのき・人参)	ごはん 魚 (かれい) の甘酢あんかけ きゃべつの海苔和え みそ汁 (ねぎ・わかめ)	そぼろ丼 切干大根の旨煮 みそ汁 (さといも・青菜) オレンジ	食パン ミートボールのトマト煮 ゆでブロッコリー コーンスープ	そぼろ丼 さっぱりポテトサラダ みそ汁 (玉葱・わかめ) パナナ
午後	ほうじ茶 米粉蒸しパン	ほうじ茶 鶏団子入り豆乳スープ・棒チーズ	ほうじ茶 ハッシュドポテト	ほうじ茶 キャロットゼリー・赤ちゃんせんべい	ほうじ茶 ゆでさつまいも	ほうじ茶 ポテト相餅	
28 (日)	29 (月)	30 (火)					
午前	牛乳 赤ちゃんせんべい	牛乳 赤ちゃんせんべい	牛乳 赤ちゃんせんべい				
昼食	ごはん しらすと玉葱の炒め煮 青菜の和え物 みそ汁 (じゃが芋・玉葱)	ごはん 鶏ササミの煮物 胡瓜のゆかり和え みそ汁 (切干大根・人参)	ツナとひじきのチャーハン ピーマンと人参の千切り炒め みそ汁 (じゃが芋・わかめ) オレンジ				
午後	ほうじ茶 パンケーキ	ほうじ茶 米粉ジャムサンド	ほうじ茶 わかめおにぎり				

※ まだ食べたことのない食材がありましたら事前に試してみてください (2回)  
 ※ 食べ進め状況によりメニューが異なる場合があります