

			1 (水)	2 (木)	3 (金)	4 (土)	
午前			ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	
昼食			おかゆor軟飯 ツナじゃが 胡瓜と人参のやわらかスティック みそ汁 (わかめ・豆腐)	あんかけうどん じゃがいものココロ煮 みそ汁 (玉葱・えのき)	しらすチャーおじや 人参のやわらかスティック みそ汁 (じゃが芋・人参)	そぼろ丼or粥 人参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 おかかおじやorおにぎり	ほうじ茶 スティック米粉パン	ほうじ茶 青菜おじやorおにぎり	ほうじ茶 じゃがバター	
	5 (日)	6 (月)	7 (火)	8 (水)	9 (木)	10 (金)	11 (土)
午前	ミルク	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 豆腐のそぼろあんかけ 胡瓜のやわらかスティック みそ汁 (切干大根・玉葱)	おかゆor軟飯 ササミの煮物 胡瓜のやわらかスティック みそ汁 (じゃが芋・人参)	おかゆor軟飯 豆腐ハンバーグ ほうれん草のお浸し みそ汁 (大根・人参)	おかゆor軟飯 魚 (かじぎ) のてりやき 野菜の炒め煮 みそ汁 (玉葱・かぼちゃ)	おかゆor軟飯 ササミの野菜あんかけ クリームポテトサラダ みそ汁 (もやし・わかめ)	あんかけ丼or粥 胡瓜とササミのサラダ 野菜スープ (じゃべつ・玉葱)	おかゆor軟飯 ツナと玉葱の炒め煮 じゃが芋の千切り炒め みそ汁 (わかめ・人参)
午後	ほうじ茶 おかかおじやorおにぎり	ほうじ茶 米粉パンケーキ	ほうじ茶 芋もち	ほうじ茶 米粉チヂミ	ほうじ茶 マカロニきなこ	ほうじ茶 ヨーグルト・赤ちゃんせんべい	ほうじ茶 オレンジゼリー・赤ちゃんせんべい
	12 (日)	13 (月)	14 (火)	15 (水)	16 (木)	17 (金)	18 (土)
午前	ミルク	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 ハンバーグ じゃべつのやわらか煮 野菜スープ (玉葱・人参)	おかゆor軟飯 マーボー豆腐 やわらか春雨サラダ 野菜スープ (じゃべつ・えのき)	おかゆor軟飯 ササミの煮物 胡瓜としらすのやわらか煮 みそ汁 (じゃべつ・人参)	おかゆor軟飯 魚 (さけ) のいそべ焼き じゃべつの海苔和え みそ汁 (さつま芋・玉葱)	おかゆor軟飯 鶏つくねのあんかけ ブロッコリーのおかか和え みそ汁 (玉葱・えのき)	食パン ほうれん草グラタン いんげんとササミのサラダ トマトスープ (じゃべつ・玉葱)	おかゆor軟飯 豆腐の中華煮 もやしのおかか煮 みそ汁 (切干大根・えのき)
午後	ほうじ茶 スティック米粉パン	ほうじ茶 米粉お好み焼き	ほうじ茶 おかかおじやorおにぎり	ほうじ茶 牛乳オレンジ寒天・赤ちゃんせんべい	ほうじ茶 蒸しケーキ	ほうじ茶 コロッケ風	ほうじ茶 米粉パンケーキ
	19 (日)	20 (月)	21 (火)	22 (水)	23 (木)	24 (金)	25 (土)
午前	ミルク	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 ひじきと胡瓜のやわらか煮 みそ汁 (わかめ・豆腐)	しらす入りごはん じゃべつとひき肉の炒め煮 ツナと胡瓜のサラダ すまし汁 (ほうれん草・人参) オレンジ	おかゆor軟飯 松風焼き じゃべつのやわらか煮 すまし汁 (えのき・わかめ・ねぎ)	おかゆor軟飯 魚 (さけ) のみぞれがけ ブロッコリーの白和え みそ汁 (もやし・人参)	おかゆor軟飯魚 肉団子のあんかけ 青菜の煮ひたし みそ汁 (人参・玉葱)	肉みそスパゲティ ツナ入りポテトサラダ 豆乳にんじんスープ	そぼろ丼or粥 じゃべつの海苔和え みそ汁 (じゃがいも・人参)
午後	ほうじ茶 青のりマッシュポテト	ほうじ茶 ホットケーキ	ほうじ茶 チーズおかかおじやorおにぎり	ほうじ茶 ツナコンドリヤ	ほうじ茶 うどん	ほうじ茶 きなこおじやorおにぎり	ほうじ茶 しらすおじやorおにぎり
	26 (日)	27 (月)	28 (火)	29 (水)	30 (木)	31 (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 人参としらすの和え物 みそ汁 (切干大根・人参)	わかめごはん 肉じゃが 切干大根のやわらかサラダ みそ汁 (人参・ねぎ) オレンジ	おかゆor軟飯 トマト煮込みハンバーグ ほうれん草の和え物 野菜スープ (レタス・人参)	おかゆor軟飯 魚 (さけ) のちゃんちゃん焼き ブロッコリーのおかか和え すまし汁 (豆腐・わかめ・ねぎ)	そぼろ丼or粥 さつまいもとツナのサラダ 野菜スープ (じゃべつ・人参) オレンジ	食パン 鶏肉とじゃがいものクリーム煮 じゃべつのやわらか煮 トマトスープ (玉葱・えのき)	
午後	ほうじ茶 スティック米粉パン	ほうじ茶 米粉きなこ蒸しパン	ほうじ茶 マッシュポテト	ほうじ茶 しらす雑炊	ほうじ茶 マカロニチーズ	ほうじ茶 そぼろおじやor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ご家庭では食べ進めていってください

			1 (水)	2 (木)	3 (金)	4 (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	
昼食			ごはん ツナじゃが 切干大根のサラダ みそ汁 (わかめ・豆腐) パナナ	あんかけうどん じゃがいもの千切り炒め みそ汁 (玉葱・えのき) オレンジ	しらすチャーハン 切干大根の旨煮 みそ汁 (切干大根・人参) バナナ	豚丼 春雨炒め みそ汁 (切干大根・人参) オレンジ	
午後			ほうじ茶 ゆかりおにぎり	ほうじ茶 米粉ジャムサンド	ほうじ茶 青菜おにぎり	ほうじ茶 じゃがバター	
5 (日)		6 (月)		7 (火)		8 (水)	
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	牛乳 赤ちゃんせんべい
昼食	ごはん 豆腐のそぼろあんかけ きゅうりとコーンのサラダ みそ汁 (じゃが芋・人参)	ごはん ササミの煮物 胡瓜のゆかり和え みそ汁 (じゃがいも・人参)	ごはん 豆腐ハンバーグ ほうれん草のおひたし みそ汁 (大根・人参)	ごはん 魚 (かじき) のてりやき 野菜炒め みそ汁 (玉葱・かぼちゃ)	ごはん 鶏肉と野菜の甘酢煮 クリーミーポテトサラダ みそ汁 (もやし・わかめ)	ごはん クリームシチュー 胡瓜とササミのごま和え 野菜スープ トマト	ごはん 豚肉と玉葱の炒め物 じゃがいもの千切り炒め みそ汁 (わかめ・人参) パナナ
午後	ほうじ茶 おかかおにぎり	ほうじ茶 米粉パンケーキ	ほうじ茶 チーズ入り芋もち	ほうじ茶 米粉チヂミ	ほうじ茶 マカロニきなこ	ほうじ茶 ヨーグルト・せんべい	ほうじ茶 オレンジゼリー・せんべい
12 (日)		13 (月)		14 (火)		15 (水)	
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	牛乳 赤ちゃんせんべい
昼食	ごはん ミートボール きゃべつとコーンのサラダ 野菜スープ	ごはん マーボー豆腐 春雨サラダ 野菜スープ	ごはん ササミの煮物 胡瓜としらすの酢の物 みそ汁 (きゃべつ・人参)	油揚げと人参の混ぜご飯 魚 (さけ) のいそべ焼き きゃべつと海苔和え みそ汁 (さつまいも・玉葱)	ごはん 鶏つくねのあんかけ ブロッコリーのおかか和え みそ汁 (玉葱・えのき)	パン ほうれん草グラタン いんげんとササミのサラダ トマトスープ メロン	ごはん 厚揚げの中華煮 もやしのおかか和え みそ汁 (切干大根・えのき) オレンジ
午後	ほうじ茶 米粉ジャムサンド	ほうじ茶 米粉お好み焼き	ほうじ茶 ゆかりおにぎり	ほうじ茶 牛乳オレンジかんでん・せんべい	ほうじ茶 蒸しケーキ	ほうじ茶 コロッケ	ほうじ茶 米粉パンケーキ
19 (日)		20 (月)		21 (火)		22 (水)	
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	牛乳 赤ちゃんせんべい
昼食	ごはん 豚肉の甘酢ソテー ひじきと胡瓜のサラダ みそ汁 (わかめ・豆腐)	しらす入りごはん きゃべつと豚肉のホイコーロー風 ツナコーンサラダ すまし汁 (ほうれん草・人参) オレンジ	ごはん 松風焼き きゃべつゆかり和え すまし汁 (えのき・わかめ・ねぎ)	ごはん 魚 (さけ) のみぞれがけ ブロッコリーの白和え みそ汁 (もやし・人参)	ごはん 肉団子の甘酢あんかけ 小松菜の煮びたし みそ汁 (人参・玉葱)	肉みそバグティ ツナ入りポテトサラダ 豆乳にんじんスープ メロン	そぼろ丼 きゃべつと海苔和え みそ汁 (じゃがいも・人参) オレンジ
午後	ほうじ茶 青のりポテト	ほうじ茶 ホットケーキ	ほうじ茶 チーズおかかおにぎり	ほうじ茶 ツナコーンドリア	ほうじ茶 わかめうどん	ほうじ茶 きなこおにぎり	ほうじ茶 しらす入り五平餅
26 (日)		27 (月)		28 (火)		29 (水)	
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	牛乳 赤ちゃんせんべい
昼食	ごはん 肉豆腐 ピーマンとしらすの炒め物 みそ汁 (切干大根・人参) パナナ	わかめごはん 肉じゃが 切干大根のサラダ みそ汁 (厚揚げ・ねぎ) オレンジ	ごはん トマト煮込みハンバーグ ほうれん草のごま和え 野菜スープ	ごはん 魚 (さけ) のちゃんちゃん焼き ブロッコリーのおかか和え すまし汁 (豆腐・わかめ・ねぎ)	そぼろ丼 さつまいもとツナのサラダ 野菜スープ オレンジ	パン 鶏肉とじゃがいものクリーム煮 きゃべつと中華和え トマトスープ	
午後	ほうじ茶 米粉ジャムサンド	ほうじ茶 米粉きなこ蒸しパン	ほうじ茶 じゃがいものみたらし団子	ほうじ茶 しらす雑炊	ほうじ茶 マカロニチーズ	ほうじ茶 そぼろおにぎり	

※ 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