



主 食	10倍粥		7倍粥	5倍粥	軟飯	ごはん	おやつ
	60g		70g	80g	90g	60g	
1 月	玉ねぎの煮物 キャベツの煮物 すまし汁			玉ねぎと豚ひき肉の煮物 キャベツの煮物 すまし汁		ごはん 麻婆豆腐 油揚げの酢の物 野菜のみそ汁	★手作りおやつ★ 牛乳 青のりトースト
2 火	じゃが芋の煮物 豆腐の煮物 すまし汁			じゃが芋と鶏ひき肉の煮物 豆腐の煮物 すまし汁		ごはん 豚肉の生姜焼き ポテトサラダ わかめと豆腐のみそ汁	★手作りおやつ★ 牛乳 パナナ
3 水	キャベツの煮物 かぼちゃの煮物 すまし汁			キャベツとチーズの煮物 かぼちゃの煮物 うどん		鮭ごはん きつねうどん 野菜とえのきのごま和え チーズ	牛乳 煮干し(幼児のみ) ビスケット
4 木	小松菜の煮物 人参の煮物 すまし汁			小松菜の煮物 人参と麩の煮物 すまし汁		ごはん コロッケ 糸コンキンびら 小松菜のみそ汁	★手作りおやつ★ 牛乳 カルピスゼリー
5 金	豆腐の煮物 じゃが芋の煮物 すまし汁			豆腐の煮物 じゃが芋と豚ひき肉の煮物 すまし汁		ポークカレーライス ツナサラダ 豆腐とわかめのスープ パイン缶	牛乳 煮干し(幼児のみ) おせんべい
6 土	人参の煮物 キャベツの煮物 すまし汁			人参の煮物 鶏ひき肉とキャベツの煮物 すまし汁		ごはん 鶏肉の高野豆腐炒め 野菜の酢の物 春雨スープ	牛乳 クラッカー
8 月	豆腐の煮物 キャベツの煮物 すまし汁			豆腐の煮物 鶏ひき肉とキャベツの煮物 すまし汁		そぼろ丼 野菜の納豆和え 豆腐の中華風スープ	★手作りおやつ★ 牛乳 シュガートースト
9 火	白身魚の煮物 さつまいもの煮物 すまし汁			白身魚の煮物 さつまいもの煮物 すまし汁		ごはん 太刀魚の塩焼き 春雨の酢の物 豚汁	★手作りおやつ★ 牛乳 フライドポテト
10 水	人参の煮物 かぼちゃの煮物 すまし汁			人参と鶏ひき肉の煮物 かぼちゃの煮物 うどん		ゆかりごはん 肉うどん ひじきの五目煮	牛乳 煮干し(幼児のみ) ビスケット
11 木	ブロッコリーの煮物 キャベツの煮物 すまし汁			ブロッコリーの煮物 キャベツと麩の煮物 すまし汁		ごはん 切干大根の中華風サラダ 鶏の唐揚げ コーンとわかめのスープ	幼児・うめ ソフトクリーム すみれ・もも ゼリー
12 金	玉ねぎの煮物 豆腐の煮物 すまし汁			豚ひき肉と玉ねぎの煮物 豆腐の煮物 すまし汁		ハヤシライス マカロニサラダ 豆腐とえのきのおスープ パイン缶	牛乳 煮干し(幼児のみ) おせんべい
13 土	キャベツの煮物 人参の煮物 すまし汁			鶏ひき肉とキャベツの煮物 人参の煮物 すまし汁		ごはん 鶏つくね 野菜炒め わかめのスープ	牛乳 クラッカー
15 月	★海の日★						
16 火	じゃが芋の煮物 人参の煮物 すまし汁			じゃが芋とツナの煮物 人参の煮物 すまし汁		ごはん シーチキンのじゃが芋煮 マカロニのカレー炒め えのきと油揚げのみそ汁	★手作りおやつ★ 牛乳 水ようかん
17 水	★お弁当の日★						
18 木	かぼちゃの煮物 玉ねぎの煮物 すまし汁			かぼちゃの煮物 玉ねぎと鶏ひき肉の煮物 すまし汁		ごはん すき焼き風煮込み かぼちゃサラダ 人参スープ	★手作りおやつ★ フルーチェ
19 金	豆腐の煮物 キャベツの煮物 すまし汁			豆腐の煮物 キャベツと鶏ひき肉の煮物 すまし汁		チキンカレーライス ツナサラダ 豆腐とわかめのスープ パイン缶	牛乳 煮干し(幼児のみ) おせんべい
20 土	人参の煮物 かぼちゃの煮物 すまし汁			人参の煮物 鶏ひき肉とかぼちゃの煮物 すまし汁		ごはん 鶏肉の高野豆腐炒め 野菜の酢の物 春雨スープ	牛乳 クラッカー
22 月	じゃが芋の煮物 玉ねぎの煮物 すまし汁			じゃが芋と納豆の煮物 玉ねぎの煮物 すまし汁		ごはん イタリアンスパゲッティ 野菜の納豆和え じゃが芋と玉ねぎのみそ汁	★手作りおやつ★ 牛乳 ピザトースト
23 火	白身魚の煮物 さつまいもの煮物 すまし汁			白身魚の煮物 さつまいもの煮物 すまし汁		ごはん 赤魚の煮物 春雨の酢の物 豚汁	★手作りおやつ★ 牛乳 フライドポテト
24 水	キャベツの煮物 人参の煮物 すまし汁			キャベツと鶏ひき肉の煮物 人参の煮物 うどん		鮭ごはん 肉うどん 油揚げの酢の物	牛乳 煮干し(幼児のみ) ビスケット
25 木	小松菜の煮物 玉ねぎの煮物 すまし汁			小松菜と麩の煮物 玉ねぎの煮物 すまし汁		ごはん コロッケ マカロニのカレー炒め 小松菜のみそ汁	幼児・うめ ソフトクリーム すみれ・もも ゼリー
26 金	キャベツの煮物 豆腐の煮物 すまし汁			キャベツの煮物 豆腐の煮物 すまし汁		ちらし寿司 えのきと野菜のごま和え 豆腐のみそ汁	★手作りおやつ★ 牛乳 パースデーケーキ
27 土	かぼちゃの煮物 人参の煮物 すまし汁			鶏ひき肉とかぼちゃの煮物 人参の煮物 すまし汁		ごはん 鶏つくね 野菜炒め わかめのスープ	牛乳 クラッカー
29 月	玉ねぎの煮物 人参の煮物 すまし汁			玉ねぎの煮物 人参と麩の煮物 すまし汁		チャーハン 切干大根の中華風サラダ 里芋の煮物 豆腐とわかめのスープ	★手作りおやつ★ カルピスゼリー
30 火	かぼちゃの煮物 人参の煮物 すまし汁			かぼちゃと鶏ひき肉の煮物 人参の煮物 すまし汁		ごはん 豚肉の生姜焼き かぼちゃサラダ 人参スープ	★手作りおやつ★ 牛乳 パナナ
31 水	キャベツの煮物 ブロッコリーの煮物 すまし汁			キャベツとチーズの煮物 ブロッコリーの煮物 うどん		ゆかりごはん きつねうどん じゃこの酢の物 チーズ	牛乳 煮干し(幼児のみ) ビスケット

10時おやつ:ごはん食ヤルト/離乳食豆乳

※仕入れ等の都合により献立が多少異なる場合がございますが、ご了承ください。

月齢はあくまでも目安で、調理形態・分量・献立内容は、一人一人の発達に応じて出しています。

アレルギーのある子には、代替食・除去食を出しています。

おやつは、月齢一人一人、離乳食の進み具合で出しています。

