

幼児食		昼食				午後おやつ	
	昼食	午後おやつ *は手作り	午前	5, 6 ヵ月~		7 ヵ月~	
				5, 6 ヵ月~	7 ヵ月~	7 ヵ月~	
1 水	チーズ入りハンバーグ 人参つや煮 オニオンスープ	牛乳 クラッカー	ミルク	5分がゆ(米10) 玉ねぎトロトロ煮(人参)	全がゆ(米20) ハンバーグ(ミンチ・豆腐・野菜) 人参スティック・オニオンスープ	パンがゆ(ミルク・野菜) じゃが芋のチーズ焼き	
2 木	凍豆腐の卵とじ 青梗菜と油揚げのみそ汁	牛乳 サブレ	ミルク	5分がゆ(米10) 人参のミルク煮	全がゆ(米20) 凍豆腐の卵とじ(ミンチ・野菜・卵) みそ汁(野菜)	おにぎり(米20・野菜) すまし汁(野菜)	
3 金	いわしのつみれ汁 ひじきと油揚げの炒め煮	牛乳 *大豆ボール	ミルク	5分がゆ(米10) 白身魚すり流し(だし)	全がゆ(米20) 白身団子汁(だし・野菜・豆腐) 野菜スティック(人参・さつま芋)	野菜がゆ(米20・野菜) 野菜スープ	
4 土	カレーうどん バナナ	牛乳 せんべい	ミルク	煮込みうどん (だし・麺・野菜) バナナ	煮込みうどん (だし・麺・ミンチ・野菜) バナナ	おにぎり(米20・野菜) ポテトスープ	
6 月	ブロカリシチュー 鉄分たっぷりほうれん草サラダ	牛乳 かりんとう	ミルク	5分がゆ(米10) ブロッコリーポタージュ(ミルク)	全がゆ(米20) ブロッコリーシチュー(ルウ・ミンチ) ほうれん草サラダ	パンがゆ(ミルク・野菜) 野菜スープ	
7 火	すきやき風煮 えのきと玉ねぎのすまし汁	牛乳 あられ おやつ昆布	ミルク	5分がゆ(米10) 豆腐ペースト(野菜)	全がゆ(米20) 豆腐の野菜あんかけ(片栗) すまし汁(野菜)	野菜がゆ(米20・野菜) 野菜スープ	
8 水	チキンナゲット ブロッコリー コーンスープ	牛乳 クッキー	ミルク	5分がゆ(米10) ポテトマッシュ(ブロッコリー)	全がゆ(米20) 吉野煮(ミンチ・野菜・片栗) 野菜スープ	パンがゆ(ミルク・野菜) コーンスープ	
9 木	鶏肉の照り焼き 小松菜のごまあえ 豆腐とわかめのみそ汁	牛乳 鉄強化ウエハース ビスケット	ミルク	5分がゆ(米10) かぼちゃマッシュ	全がゆ(米20) かぼちゃのそぼろ煮 みそ汁(豆腐)	蒸しパン(HM・ミルク・野菜) 野菜スープ	
10 金	パリパリおそば 卵スープ	牛乳 *焼き芋	ミルク	5分がゆ(米10) キャベツのトロトロ煮	全がゆ(米20) 吉野煮(ミンチ・野菜・片栗) 野菜スープ	焼いも 野菜スープ	
13 月	ハンバーグ トマト コーンとキャベツのスープ	牛乳 クラッカー	ミルク	5分がゆ(米10) 玉ねぎトロトロ煮(人参)	全がゆ(米20) ハンバーグ(ミンチ・豆腐・野菜) トマト・キャベツスープ	野菜がゆ(米20・野菜) キャベツサラダ	
14 火	ハヤシ汁 コーンとかにかまのサラダ	牛乳 *ココアとブルーンの 豆乳蒸しパン	ミルク	5分がゆ(米10) キャベツのトロトロ煮	全がゆ(米20) 吉野煮(ミンチ・野菜・片栗) 野菜スープ	蒸しパン(HM・ミルク・野菜) 胡瓜サラダ	
15 水	魚のみそ煮 大根べっこう煮 ほうれん草のすまし汁	牛乳 おかき	ミルク	5分がゆ(米10) 大根の煮物	全がゆ(米20) 煮魚・大根の煮物 すまし汁(野菜)	野菜がゆ(米20・野菜) 野菜スープ	
16 木	レバーの照り煮 人参とじゃがいものつや煮 大根とわかめのみそ汁	牛乳 丸ボーロ	ミルク	5分がゆ(米) じゃがいもマッシュ	全がゆ(米20) レバーのトマト煮(ポテト) みそ汁(野菜)	じゃがまるくん(片栗・ケチャップ) 野菜スープ	
17 金	カレーうどん バナナ	牛乳 *焼きおにぎり	ミルク	煮込みうどん (だし・麺・野菜) バナナ	煮込みうどん (だし・麺・ミンチ・野菜) バナナ	おにぎり(米20・野菜) ポテトスープ	
18 土	凍豆腐の卵とじ 青梗菜と油揚げのみそ汁	牛乳 サブレ	ミルク	5分がゆ(米10) 人参のミルク煮	全がゆ(米20) 凍豆腐の卵とじ(ミンチ・野菜・卵) みそ汁(野菜)	おにぎり(米20・野菜) すまし汁(野菜)	
20 月	ブロカリシチュー 鉄分たっぷりほうれん草サラダ	牛乳 *豆腐の お好み焼き	ミルク	5分がゆ(米10) ブロッコリーポタージュ(ミルク)	全がゆ(米20) ブロッコリーシチュー(ルウ・ミンチ) ほうれん草サラダ	パンがゆ(ミルク・野菜) 野菜スープ	
21 火	しらすとコーンの炊き込みご飯 豚ヒレのたった揚げ・バナナ キャベツのゆかり和・若布のすまし汁	ゼリー	ミルク	5分がゆ(米10) キャベツのトロトロ煮	しらすごはん(米20・野菜) キャベツサラダ すまし汁(若布)・バナナ	コーンおにぎり(米20) 野菜スープ	
22 水	魚のみそ煮 大根べっこう煮 ほうれん草のすまし汁	牛乳 りんご クラッカー	ミルク	5分がゆ(米10) 大根の煮物	全がゆ(米20) 煮魚・大根の煮物 すまし汁(野菜)	野菜がゆ(米20・野菜) 野菜スープ	
24 金	チキンナゲット ブロッコリー コーンスープ	牛乳 クッキー	ミルク	5分がゆ(米10) ポテトマッシュ(ブロッコリー)	全がゆ(米20) 吉野煮(ミンチ・野菜・片栗) 野菜スープ	パンがゆ(ミルク・野菜) コーンスープ	
25 土	パリパリおそば 卵スープ	牛乳 丸ボーロ	ミルク	5分がゆ(米10) キャベツのトロトロ煮	全がゆ(米20) 吉野煮(ミンチ・野菜・片栗) 野菜スープ	さつま芋のバター焼き 野菜スープ	
27 月	すきやき風煮 えのきと玉ねぎのすまし汁	牛乳 *麩のラスク	ミルク	5分がゆ(米10) 豆腐ペースト(野菜)	全がゆ(米20) 豆腐の野菜あんかけ(片栗) すまし汁(野菜)	野菜がゆ(米20・野菜) 野菜スープ	
28 火	コロケ ポイルキャベツ わかめスープ	固形ヨーグルト	ミルク	5分がゆ(米10) ポテトマッシュ(人参)	全がゆ(米20) 焼きコロケ(ミンチ・野菜・小麦粉) キャベツサラダ・わかめスープ	おにぎり(米20・野菜) 固形ヨーグルト	

