



	幼児食					
	昼食	午後おやつ *は手作り	午前	昼食		午後おやつ 7か月～
				5,6か月～	7か月～	
1 金	コーンとツナのサラダ わかめスープ みかん缶	牛乳 *ピザトースト	ミルク	5分がゆ(米10) 麩と野菜の煮物	全がゆ(米10) ツナと野菜の煮物 わかめスープ	チーズパンがゆ(ミルク) 野菜スープ
2 土	ひき肉とコーンのカレー 小松菜とかにかまのドレッシング	牛乳 丸ボーロ	ミルク	5分がゆ(米10) 人参マッシュ	全がゆ(米20) 肉団子スープ(豆腐・野菜) 小松菜サラダ	あんかけごはん (米20・ミンチ・野菜・片栗) 人参スティック
4 月	魚のみそ煮 和風サラダ えのきと豆腐のすまし汁	牛乳 鉄強化ウエハース クッキー	ミルク	5分がゆ(米10) 白身魚のすり流し(だし)	全がゆ(米20) 煮魚・南瓜の煮物 豆腐のすまし汁	お好み焼き (野菜・豆腐・HM・ケチャップ) 野菜スープ
5 火	ポークビーンズ 野菜スープ	牛乳 *くろくりこ	ミルク	5分がゆ(米10) 大豆ポタージュ(ミルク)	全がゆ(米20) 大豆のトマト煮(ポテト・野菜) 野菜スープ	きな粉がゆ(米20) 野菜スープ
6 水	パプリカと鶏の南蛮漬け えのきだけスープ	固形ヨーグルト クラッカー	ミルク	5分がゆ(米10) ポテトマッシュ(人参)	全がゆ(米20) 吉野煮(ミンチ・野菜・片栗) 野菜スープ	ホットケーキ(野菜) 固形ヨーグルト
7 木	牛肉とキャベツのごまみそ炒め 人参と春雨のスープ	牛乳 ビスケット	ミルク	5分がゆ(米10) 人参マッシュ	全がゆ(米20) 春雨のそぼろ煮(野菜) キャベツスープ	ツナがゆ(米20・野菜) 野菜スープ
8 金	白身魚のいそべ揚げ 胡瓜と人参のごま酢あえ 青梗菜とかまぼこのすまし汁	牛乳 おかき	ミルク	5分がゆ(米10) キャベツのトロトロ煮	全がゆ(米20) ムニエル(小麦粉・バター)・ポテト すまし汁(野菜)	おにぎり(米20・野菜) 野菜スープ
9 土	厚揚げの中華風煮 春雨スープ	牛乳 かりんとう	ミルク	5分がゆ(米10) かぼちゃの煮物	全がゆ(米20) 豆腐の野菜あんかけ(片栗) 春雨スープ	野菜がゆ(米20・野菜) 人参スティック
11 月	鶏肉のつくね焼き 人参つや煮 玉ねぎのすまし汁	牛乳 せんべい	ミルク	5分がゆ(米10) かぼちゃの煮物	おにぎり(米10) ハンバーグ(豆腐・野菜・ミンチ) 人参つや煮・すまし汁(野菜)	かぼちゃのバター焼き 野菜スープ
12 火	レバーボール トマト・胡瓜もみ コーンとキャベツのスープ	牛乳 あられ おやついりこ	ミルク	5分がゆ(米10) キャベツのトロトロ煮	全がゆ(米20) レバーのトマト煮(ポテト) キャベツスープ	パンがゆ(ミルク・野菜) コーンスープ
13 水	凍豆腐の卵とじ なすと玉ねぎのみそ汁	牛乳 *さつまいも 蒸しパン	ミルク	5分がゆ(米10) なすトロトロ煮	全がゆ(米20) 豆腐のそぼろあんかけ(野菜・片栗) なすのみそ汁	さつまいも蒸しパン (HM・ミルク) 野菜スープ
14 木	魚のみそ煮 和風サラダ えのきと豆腐のすまし汁	牛乳 鉄強化ウエハース クッキー	ミルク	5分がゆ(米10) 白身魚のすり流し(だし)	全がゆ(米20) 煮魚・南瓜の煮物 豆腐のすまし汁	お好み焼き (野菜・豆腐・HM・ケチャップ) 野菜スープ
15 金	ひき肉とコーンのカレー 小松菜とかにかまのドレッシング	牛乳 梨	ミルク	5分がゆ(米10) 人参マッシュ	全がゆ(米20) 肉団子スープ(豆腐・野菜) 小松菜サラダ	あんかけごはん (米20・ミンチ・野菜・片栗) 人参スティック
16 土	体育サーキット・リズムジャンプ発表会					
19 火	パプリカと鶏の南蛮漬け えのきだけスープ	固形ヨーグルト クラッカー	ミルク	5分がゆ(米10) ポテトマッシュ(人参)	全がゆ(米20) 吉野煮(ミンチ・野菜・片栗) 野菜スープ	ホットケーキ(野菜) 固形ヨーグルト
20 水	肉みそうどん バナナ	牛乳 *おはぎ	ミルク	バナナうどん(麺・だし・野菜)	煮込みうどん(麺・ミンチ・野菜) バナナ	たまごがゆ(米20・野菜) 野菜スープ
21 木	鮭のから揚げ トマトと胡瓜のサラダ わかめのすまし汁・オレンジ	ゼリー	ミルク	野菜おじや(米10) オレンジ	鮭おじや(米20・野菜) 胡瓜サラダ(人参) すまし汁(わかめ)・オレンジ	トマトがゆ(米20) 固形ヨーグルト
22 金	鶏肉のつくね焼き 人参つや煮 玉ねぎのすまし汁	牛乳 せんべい	ミルク	5分がゆ(米10) かぼちゃの煮物	おにぎり(米10) ハンバーグ(豆腐・野菜・ミンチ) 人参つや煮・すまし汁(野菜)	かぼちゃのバター焼き 野菜スープ
25 月	牛肉とキャベツのごまみそ炒め 人参の春雨スープ	牛乳 ビスケット	ミルク	5分がゆ(米10) 人参マッシュ	全がゆ(米20) 春雨のそぼろ煮(野菜) キャベツスープ	ツナがゆ(米20・野菜) 野菜スープ
26 火	ポークビーンズ 野菜スープ	牛乳 *カルピス寒天	ミルク	5分がゆ(米10) 大豆ポタージュ(ミルク)	全がゆ(米20) 大豆のトマト煮(ポテト・野菜) 野菜スープ	野菜がゆ(米20) 野菜スープ
27 水	凍豆腐の卵とじ なすと玉ねぎのみそ汁	牛乳 *バナナケーキ	ミルク	5分がゆ(米10) なすトロトロ煮	全がゆ(米20) 豆腐のそぼろあんかけ(野菜・片栗) なすのみそ汁	さつまいも蒸しパン (HM・ミルク) 野菜スープ
28 木	ハヤシ汁 ひじきサラダ	牛乳 せんべい	ミルク	5分がゆ(米10) ポテトマッシュ(人参)	全がゆ(米20) 吉野煮(ミンチ・野菜・片栗) すまし汁(野菜)	ひじきおじや(米20・ミンチ・野菜) キャベツサラダ
29 金	卵うどん バナナ	牛乳 *さつまいも団子	ミルク	バナナうどん(麺・だし・野菜)	煮込みうどん(麺・ミンチ・野菜) バナナ	さつまいも団子(ミルク) 野菜スープ
30 土	厚揚げの中華風煮 春雨スープ	牛乳 かりんとう	ミルク	5分がゆ(米10) かぼちゃの煮物	全がゆ(米20) 豆腐の野菜あんかけ(片栗) 春雨スープ	野菜がゆ(米20・野菜) 人参スティック

