

		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か月～	7か月～	7か月～
1	水	豚肉の南蛮漬け ポイルキャベツ 玉ねぎと油揚げのみそ汁	牛乳 サブレ	ミルク	5分がゆ(米10) 麩と野菜の煮物 すまし汁(野菜)	全がゆ(米10) キャベツのそぼろ煮 みそ汁(野菜)	肉入りおじや(米20・野菜) オニオンスープ
2	木	カレー ヨーグルトサラダ	牛乳 *青のリトースト	ミルク	5分がゆ(米10) バナナマッシュ(人参)	全がゆ(米20) 肉団子スープ(ミンチ・豆腐・野菜) 胡瓜サラダ(人参)	パンがゆ(ミルク・野菜) バナナヨーグルト
4	土	イタリアンスパゲッティ 野菜スープ	牛乳 丸ボーロ	ミルク	5分がゆ(米10) ポテトマッシュ(人参)	ミネストローネスープ (パスタ・ミンチ・野菜・ケチャップ) キャベツサラダ	チーズがゆ(米20・野菜) 小松菜スープ
6	月	開花煮 麩のみそ汁	牛乳 鉄強化ウエハース かりんとう	ミルク	5分がゆ(米10) 豆腐と野菜の煮物 すまし汁(野菜)	全がゆ(米20) 豆腐の野菜あんかけ(片栗) 麩のみそ汁(野菜)	卵がゆ(米20・野菜) 野菜スープ
7	火	レバーとピーナッツの野菜炒め えのき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) ポテトマッシュ(人参)	全がゆ(米20) レバーのトマト煮(ポテト) キャベツスープ	お好み焼き (野菜・豆腐・ケチャップ) すまし汁(野菜)
8	水	豚汁 ひじきと油揚げの炒め煮	牛乳 *みるくりこ	ミルク	5分がゆ(米10) 野菜のおろし煮 豆腐のすまし汁	全がゆ(米20) 里芋のそぼろ煮 みそ汁(野菜・豆腐)	肉入りおじや(米20・野菜) 野菜スープ
9	木	サーモンシチュー ほうれん草とキャベツのサラダ	牛乳 *豆腐のお好み焼き	ミルク	5分がゆ(米10) 煮魚ほぐし ほうれん草のトロトロ煮	全がゆ(米20) サーモンシチュー・野菜サラダ (鮭・ポテト・野菜・牛乳)	バターがゆ(米20・野菜) 野菜スープ
10	金	鶏のからあげ塩こうじ ブロッコリー(酢しょうゆ) 青梗菜と玉ねぎのすまし汁	牛乳 クッキー	ミルク	5分がゆ(米10) ブロッコリーマッシュ すまし汁(野菜)	全がゆ(米20) じゃがいものそぼろ煮(野菜) みそ汁(野菜)	おにぎり(米20・野菜) ブロッコリー
11	土	かやくうどん バナナ	牛乳 せんべい	ミルク	バナナうどん (麺・野菜・バナナ)	煮込みうどん(麺・ミンチ・野菜) バナナ	野菜がゆ(米20・野菜) 野菜スープ
13	月	れんこん入りハンバーグ トマト コーンとキャベツの豆乳スープ	牛乳 あられ おやついりこ	ミルク	5分がゆ(米10) トマトつぶし(ポテト) 野菜スープ	全がゆ(米20) ハンバーグ(ミンチ・豆腐・野菜) トマト・野菜スープ	パンがゆ(ミルク・野菜) キャベツスープ
14	火	八宝菜 もやしとにんじんの中華スープ	牛乳 *さつまいもスナック	ミルク	バナナ5分がゆ(米10) キャベツのトロトロ煮	おにぎり(米10) 吉野煮(ミンチ・野菜・片栗) 野菜スープ	芋がゆ(米20) 人参スティック
15	水	魚のみそ煮 大根べっこう煮 白菜のすまし汁	牛乳 おかき	ミルク	5分がゆ(米10) 煮魚ほぐし 大根の煮物	全がゆ(米20) 煮魚・大根の煮物 すまし汁(野菜)	ツナおにぎり(米20・野菜) 野菜スープ
16	木	豚肉の南蛮漬け ポイルキャベツ 玉ねぎと油揚げのみそ汁	牛乳 *チーズトースト	ミルク	5分がゆ(米10) 麩と野菜の煮物 すまし汁(野菜)	全がゆ(米10) キャベツのそぼろ煮 みそ汁(野菜)	チーズおにぎり(米20・野菜) オニオンスープ
17	金	カレー ヨーグルトサラダ	牛乳 ビスケット	ミルク	5分がゆ(米10) バナナマッシュ(人参)	全がゆ(米20) 肉団子スープ(ミンチ・豆腐・野菜) 胡瓜サラダ(人参)	パンがゆ(ミルク・野菜) バナナヨーグルト
18	土	イタリアンスパゲッティ 野菜スープ	牛乳 丸ボーロ	ミルク	5分がゆ(米10) ポテトマッシュ(人参)	ミネストローネスープ (パスタ・ミンチ・野菜・ケチャップ) キャベツサラダ	チーズがゆ(米20・野菜) 小松菜スープ
20	月	かやくうどん バナナ	牛乳 *青のりとじゃこの おにぎり	ミルク	バナナうどん (麺・野菜・バナナ)	煮込みうどん(麺・ミンチ・野菜) バナナ	じゃこおにぎり(米20・野菜) 野菜スープ
誕生	21	白身魚のいそべ揚げ ブロッコリーのごまあえ 玉ねぎのすまし汁・みかん	固形ヨーグルト	ミルク	5分がゆ(米11) ブロッコリーマッシュ	おじや(米20・野菜・白身魚) ブロッコリー すまし汁(野菜)・みかん	焼いも ヨーグルト
22	水	豚汁 ひじきと油揚げの炒め煮	牛乳 *人参マドレーヌ	ミルク	5分がゆ(米10) 野菜のおろし煮 豆腐のすまし汁	全がゆ(米20) 里芋のそぼろ煮 みそ汁(野菜・豆腐)	肉入りおじや(米20・野菜) 野菜スープ
24	金	鶏のからあげ塩こうじ ブロッコリー(酢しょうゆ) 青梗菜と玉ねぎのすまし汁	牛乳 柿・りんご	ミルク	5分がゆ(米10) ブロッコリーマッシュ すまし汁(野菜)	全がゆ(米20) じゃがいものそぼろ煮(野菜) みそ汁(野菜)	おにぎり(米20・野菜) ブロッコリー
25	土	開花煮 麩のみそ汁	牛乳 鉄強化ウエハース かりんとう	ミルク	5分がゆ(米10) 豆腐と野菜の煮物 すまし汁(野菜)	全がゆ(米20) 豆腐の野菜あんかけ(片栗) 麩のみそ汁(野菜)	卵がゆ(米20・野菜) 野菜スープ
27	月	サーモンシチュー ほうれん草とキャベツのサラダ	牛乳 クッキー	ミルク	5分がゆ(米10) 煮魚ほぐし ほうれん草のトロトロ煮	全がゆ(米20) サーモンシチュー・野菜サラダ (鮭・ポテト・野菜・牛乳)	バターがゆ(米20・野菜) 野菜スープ
28	火	八宝菜 もやしとにんじんの中華スープ	牛乳 *焼き芋	ミルク	バナナ5分がゆ(米10) キャベツのトロトロ煮	おにぎり(米10) 吉野煮(ミンチ・野菜・片栗) 野菜スープ	芋がゆ(米20) 人参スティック
29	水	れんこん入りハンバーグ トマト コーンとキャベツの豆乳スープ	牛乳 あられ おやついりこ	ミルク	5分がゆ(米10) トマトつぶし(ポテト) 野菜スープ	全がゆ(米20) ハンバーグ(ミンチ・豆腐・野菜) トマト・野菜スープ	パンがゆ(ミルク・野菜) キャベツスープ
30	木	魚のみそ煮 大根べっこう煮 白菜のすまし汁	牛乳 おかき	ミルク	5分がゆ(米10) 煮魚ほぐし 大根の煮物	全がゆ(米20) 煮魚・大根の煮物 すまし汁(野菜)	ツナおにぎり(米20・野菜) 野菜スープ

