

	幼児食		午前	昼食		午後おやつ 7ヵ月～
	昼食	午後おやつ *は手作り		5,6ヵ月～		
				7ヵ月～		
4 木	チキンカレー フルーツ和え	牛乳 せんべい	ミルク	5分がゆ(米10) ポテトマッシュ(人参) 野菜スープ	全がゆ(米10) 肉団子スープ(豆腐・ミンチ・野菜) 人参スティック	おにぎり(米20・野菜) ポテトサラダ
5 金	ちくわのいそべ揚げ みかん	牛乳 メロンパン	ミルク	5分がゆ(米10) 大根と人参のトロトロ(だし) みかん	かわり七草がゆ(ミンチ・野菜) さつまいもの煮物 みかん	メロンパン 野菜スープ
6 土	イタリアンスパゲッティ コーンとキャベツの豆乳スープ	牛乳 クッキー	ミルク	煮込みうどん (麺・野菜・だし) キャベツのトロトロ煮	スープスパゲッティ (麺・ミンチ・野菜・ケチャップ) キャベツサラダ	おにぎり(米20・野菜) 野菜スープ
9 火	麻婆豆腐 中華きゅうり	牛乳 *きな粉蒸しパン	ミルク	5分がゆ(米10) 豆腐のミルク煮 人参マッシュ	全がゆ(米20) 麻婆豆腐(ミンチ・野菜・片栗・味噌) きゅうりサラダ(人参)	きな粉がゆ(米20) 野菜スープ
10 水	ボルシチ ツナサラダ	牛乳 *はるまきチーズ	ミルク	5分がゆ(米10) キャベツのトロトロ煮 野菜スープ	全がゆ(米20) ハンバーグ(ミンチ・野菜・豆腐) キャベツサラダ・野菜スープ	ツナがゆ(米20・野菜) 野菜スープ
11 木	肉団子スープ 卵の花の炒り煮	固形ヨーグルト *ぜんざい	ミルク	5分がゆ(米10) 麩と野菜の煮物 さつまいもマッシュ	全がゆ(米20) 肉団子スープ(ミンチ・豆腐・野菜・春雨) 野菜サラダ	焼いも ヨーグルト
12 金	鶏のから揚げ ブロッコリー かぶのスープ	牛乳 クラッカー	ミルク	5分がゆ(米10) ブロッコリーのミルク煮 野菜スープ	全がゆ(米20) ブロッコリーのそぼろ煮(ミンチ) 野菜スープ	おじや(米20・ミンチ・野菜) わかめスープ
13 土	かやくうどん バナナ	牛乳 クッキー	ミルク	バナナうどん (麺・野菜・バナナ・だし)	煮込みうどん (麺・ミンチ・野菜・だし) バナナ	卵がゆ(米20・野菜) すまし汁(野菜)
15 月	さつまい ひじきサラダ	飲むヨーグルト 丸ボーロ	ミルク	5分がゆ(米10) さつまいもマッシュ 野菜スープ	全がゆ(米20) さつまいも(ミンチ・豆腐・野菜) キャベツサラダ	チーズがゆ(米20・野菜) 野菜スープ
16 火	白身魚と野菜のケチャップ和え しいたけのすまし汁	牛乳 みかん	ミルク	5分がゆ(米10) 白身魚のすり流し(だし) すまし汁(野菜)	全がゆ(米20) 魚の野菜あんかけ(片栗) すまし汁(野菜)	おにぎり(米20・野菜) みかん
17 水	がめ煮 玉ねぎとわかめのみそ汁	牛乳 おかき おやついりこ	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20) 吉野煮(ミンチ・野菜・片栗) みそ汁(わかめ)	バターがゆ(米20・野菜) 野菜スティック (人参・さつまいも)
18 木	レバーとピーナッツの野菜炒め はくさいスープ	牛乳 *焼き芋	ミルク	5分がゆ(米10) 白菜のトロトロ煮 ポテトマッシュ	全がゆ(米20) レバーのトマト煮(ポテト) はくさいスープ	焼いも 野菜スープ
19 金	麻婆豆腐 中華きゅうり	牛乳 *ホットケーキ	ミルク	5分がゆ(米10) 豆腐のミルク煮 人参マッシュ	全がゆ(米20) 麻婆豆腐(ミンチ・野菜・片栗・味噌) きゅうりサラダ(人参)	ホットケーキ(HM・ミルク・野菜) 野菜スープ
20 土	チキンカレー フルーツ和え	牛乳 せんべい	ミルク	5分がゆ(米10) ポテトマッシュ(人参) 野菜スープ	全がゆ(米10) 肉団子スープ(豆腐・ミンチ・野菜) 人参スティック	おにぎり(米20・野菜) ポテトサラダ
22 月	ボルシチ ツナサラダ	牛乳 *まめくりこ	ミルク	5分がゆ(米10) キャベツのトロトロ煮 すまし汁(野菜・だし)	全がゆ(米20) ハンバーグ(ミンチ・野菜・豆腐) キャベツサラダ・野菜スープ	きな粉がゆ(米20) 野菜スープ
23 火	鶏のから揚げ ブロッコリー かぶのスープ	牛乳 クラッカー	ミルク	5分がゆ(米10) ブロッコリーのミルク煮 野菜スープ	全がゆ(米20) ブロッコリーのそぼろ煮(ミンチ) 野菜スープ	おじや(米20・ミンチ・野菜) わかめスープ
24 水	かやくうどん バナナ	牛乳 *おかかおにぎり	ミルク	バナナうどん (麺・野菜・バナナ・だし)	煮込みうどん (麺・ミンチ・野菜・だし) バナナ	ミルクがゆ(米20・野菜) すまし汁(野菜)
誕生 25 木	魚のから揚げ コーンとかにかまのサラダ 青梗菜のすまし汁・みかん	プリン	ミルク	5分がゆ(米10) 白身魚のすり流し(野菜・だし) みかん	全がゆ(米20) ムニエル(バター)・ポテト すまし汁(野菜)・みかん	ツナがゆ(米20・野菜) 野菜スープ
26 金	さつまい ひじきサラダ	飲むヨーグルト 丸ボーロ	ミルク	5分がゆ(米10) さつまいもマッシュ 野菜スープ	全がゆ(米20) さつまいも(ミンチ・豆腐・野菜) キャベツサラダ	チーズがゆ(米20・野菜) 野菜スープ
27 土	イタリアンスパゲッティ コーンとキャベツの豆乳スープ	牛乳 クッキー	ミルク	煮込みうどん (麺・野菜・だし) キャベツのトロトロ煮	スープスパゲッティ (麺・ミンチ・野菜・ケチャップ) キャベツサラダ	おにぎり(米20・野菜) 野菜スープ
29 月	サーモンシチュー 野菜サラダ	牛乳 *さつまいもスナ	ミルク	5分がゆ(米10) 煮魚ほぐし キャベツのトロトロ煮	全がゆ(米20) サーモンシチュー・野菜サラダ (鮭・ポテト・野菜・ミルク)	さつまいもバター焼き 野菜スープ
30 火	がめ煮 玉ねぎとわかめのみそ汁	牛乳 おかき おやついりこ	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20) 吉野煮(ミンチ・野菜・片栗) みそ汁(わかめ)	パンがゆ(ミルク・野菜) 野菜スティック (人参・さつまいも)
31 水	白身魚と野菜のケチャップ和え しいたけのすまし汁	牛乳 バナナ	ミルク	5分がゆ(米10) 白身魚のすり流し(だし) すまし汁(野菜)	全がゆ(米20) 魚の野菜あんかけ(片栗) すまし汁(野菜)	おにぎり(米20・野菜) バナナ

