



日付	完了期		中・後期		初期
	昼食	◎午前おやつ・午後おやつ	午前	午後	昼食
1(土)	肉うどん チャンプル	◎牛乳、元気野菜入りソフトせん 牛乳 1才からのかっぱえびせん かぼちゃポーロ	かゆ 肉豆腐 みそ汁	うどんのくたくた煮	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮
3(月)	ごはん 親子煮 豆腐のみそ汁	◎牛乳、ソフトな塩せん 牛乳 チーズ蒸しパン	かゆ 豆腐の野菜あんかけ みそ汁	かゆ 煮魚 すまし汁	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮
4(火)	ごはん 五目炒め 南瓜の味噌汁	◎牛乳、ふわふわチップにんじん味 牛乳 とうもろこしで作ったパフスナック塩味 きな粉ウエハース、河内晩柑	かゆ 豚肉のやわらか煮 南瓜のみそ汁	かゆ 魚の野菜あんかけ すまし汁 河内晩柑	10倍がゆ 野菜のとろとろ煮
5(水)	バーカーパン 魚のムニエル 洋風ひじき 青大豆のクリームスープ	◎牛乳、畑のクラッカー 牛乳 みそ焼きおにぎり風	かゆ 煮魚 ポテトのクリームスープ	かゆ 炒り豆腐 みそ汁	10倍がゆ 魚のとろとろ煮
6(木)	ごはん 肉じゃが ツナとキャベツのソテー	◎牛乳、紫芋チップ 牛乳 きなこ餅 えびスナック	かゆ 肉じゃが キャベツのみそ汁	かゆ 魚の野菜あんかけ 野菜スープ	10倍がゆ 野菜のとろとろ煮
7(金)	炊き込みごはん ほっけの焼魚 煮豆 豆腐のみそ汁	◎牛乳、ミルクスティック 牛乳 おとし揚げ	かゆ 煮魚 豆腐のみそ汁	かゆ 煮奴 すまし汁	10倍がゆ 魚のとろとろ煮
8(土)	ナポリタンスパゲティー 豆腐のすまし汁	◎牛乳、元気野菜入りソフトせん 牛乳 ミニ動物ビスケット 1才からのサッポロポテト	かゆ あんかけ豆腐 すまし汁	めんのくたくた煮	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮
10(月)	ごはん 豚肉のあまから炒め 豆腐のみそ汁	◎牛乳、ソフトな塩せん 牛乳 ピザトースト	かゆ 煮奴 みそ汁	かゆ 煮魚 すまし汁	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮
11(火)	ごはん カラスガレイのごま味噌焼き 小松菜の煮浸し 豆腐のすまし汁	◎牛乳、ふわふわチップにんじん味 牛乳 ヨーグルトケーキ	かゆ 魚のみそ煮 豆腐のすまし汁	かゆ 豆腐の野菜あんかけ みそ汁	10倍がゆ 魚のとろとろ煮
12(水)	ごはん 鶏肉のトマト煮 野菜スープ	◎牛乳、畑のクラッカー 牛乳 おこめでつくったパフスナックソース味 ひじきスティック、河内晩柑	かゆ 鶏肉のトマト煮 野菜スープ	かゆ 煮魚 みそ汁 河内晩柑	10倍がゆ 野菜のとろとろ煮
13(木)	ごはん 鯖の漬焼き なすとピーマンのそぼろ煮 じゃがいものみそ汁	◎牛乳、紫芋チップ 牛乳 たべっこベイビーおやさい さかなの学校	かゆ 煮魚 みそ汁	かゆ じゃがいものそぼろ煮 すまし汁	10倍がゆ 魚のとろとろ煮
14(金)	ごはん 鶏肉の煮物 豆腐のすまし汁	◎牛乳、ミルクスティック ソファール元気ヨーグルト フルーツミックス まあるいクラッカーミニ	かゆ 鶏肉の煮物 豆腐のすまし汁	かゆ 魚のクリーム煮 みそ汁	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮
15(土)	肉うどん チャンプル	◎牛乳、元気野菜入りソフトせん 牛乳 1才からのかっぱえびせん かぼちゃポーロ	かゆ 肉豆腐 みそ汁	うどんのくたくた煮	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮



日付	完了期		中・後期		初期
	昼食	◎午前おやつ・午後おやつ	午前	午後	昼食
17(月)	ごはん チャプチェ 卵とわかめスープ	◎牛乳、ソフトな塩せん 牛乳 全粒粉クラッカー スイートポリコーン、メロン	かゆ 豚肉のやわらか煮 野菜スープ	かゆ 魚の野菜あんかけ みそ汁 りんご	10倍がゆ 野菜のとろとろ煮
18(火)	ごはん 肉じゃが 豆腐のみそ汁 じゃこのやわらか煮	◎牛乳、ふわふわチップにんじん味 牛乳 アメリカンドッグ	かゆ 肉じゃが 豆腐のみそ汁	かゆ 煮奴 すまし汁	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮
19(水)	バーカーバン 魚のみそ煮 野菜ソテー ミネストローネスープ	◎牛乳、畑のクラッカー アシドミルク パリパリパンブキン アンパンマンのひとくちビスケット	かゆ 魚のみそ煮 トマトスープ	かゆ ツナじゃが みそ汁	10倍がゆ 魚のとろとろ煮
20(木)	ごはん トマトシチュー ビーフンソテー	◎牛乳、紫芋チップ 牛乳 きなこ餅 えびスナック	かゆ トマトシチュー 煮浸し	かゆ 煮魚 みそ汁	10倍がゆ 野菜のとろとろ煮
21(金)	ごはん ほっけの焼魚 ひじきの炒め煮 豆腐のみそ汁	◎牛乳、ミルクスティック 牛乳 お好み焼き	かゆ 煮魚 豆腐のみそ汁	かゆ 煮奴 すまし汁	10倍がゆ 魚のとろとろ煮
22(土)	ナポリタンスパゲティー 豆腐のすまし汁	◎牛乳、元気野菜入りソフトせん 牛乳 ミニ動物ビスケット 1才からのサッポロポテト	かゆ あんかけ豆腐 すまし汁	めんのかたくた煮	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮
24(月)	ごはん 豚肉のあまから炒め 豆腐のみそ汁 海苔の佃煮	◎牛乳、ソフトな塩せん 牛乳 黒糖ちんすこう りんご	かゆ 煮奴 みそ汁	かゆ 煮魚 すまし汁 りんご	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮
25(火)	ごはん 魚のごま味噌焼 小松菜の煮浸し 豆腐のすまし汁	◎牛乳、ふわふわチップにんじん味 牛乳 おこめで作ったパフスナックソース味 ひじきスティック、メロン	かゆ 魚のみそ煮 豆腐のすまし汁	かゆ 豆腐の野菜あんかけ みそ汁 りんご	10倍がゆ 魚のとろとろ煮
26(水)	ごはん 鶏の照焼き キャベツのじゃこ炒め じゃがいものみそ汁	◎牛乳、畑のクラッカー 牛乳 ヨーグルトホットケーキ トマトジャム	かゆ 鶏肉の煮物 じゃがいものみそ汁	かゆ 煮奴 すまし汁	10倍がゆ 野菜のとろとろ煮
27(木)	ごはん 揚げ魚の甘酢あん 豆腐のすまし汁	◎牛乳、紫芋チップ 牛乳 たべっこベイビーおやさい 元気薄焼きせんべい	かゆ 煮魚 豆腐のすまし汁	かゆ 豆腐の野菜あんかけ みそ汁	10倍がゆ 魚のとろとろ煮
28(金)	うすまきパン ミートピーズ クリームスープ	◎牛乳、ミルクスティック 牛乳 焼きおにぎり風	かゆ ミートポテト コーンスープ	かゆ 煮魚 みそ汁	10倍がゆ 野菜のとろとろ煮
29(土)	かやくうどん じゃがいものそぼろ煮	◎牛乳、元気野菜入りソフトせん 牛乳 元気水族館のなかまたち ソフトせんべい塩味	かゆ 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁	うどんのかたくた煮	10倍がゆ 野菜のとろとろ煮

※ 粉ミルクは別に用意しています ※材料の都合により、献立を変更することがあります  
 初期 つぶしがゆを主として、野菜等はかたまりのない滑らかなトロトロ状  
 中期 おかゆを主として、おかずは舌で楽につぶせるベタベタ状からあらつぶし  
 後期 おかゆ又は軟らかめのご飯を主として、おかずは歯茎で楽につぶせる軟らかさ  
 完了期 軟らかめのご飯を主として、おかずは歯茎で噛める軟らかさ  
 午前・午後のおやつは、子どもの食べやすさに応じて調整します

<注意しましょう！>

はちみつは、乳児ポツリヌス症予防のために満1歳までは使わないでください  
 乳児ポツリヌス症は、乳児の腸内細菌叢が成人と異なるために起こる疾病です

