

		12~18ヶ月		9~11ヶ月	7・8ヶ月	6ヶ月
		◎は10時、○は午後おやつ	屋食の主な食材	○は午後おやつ		
5	月	ハヤシライス ブロッコリーサラダ オレンジ ◎牛乳 ウエハース ○牛乳 ビスケット	米 豚肉 人参 ジャが芋 玉ねぎ しめじ、パセリ ブロッコリー 人参 コーン オレンジ	肉じゃが風煮 柔らかブロッコリー 野菜スープ 軟飯~全粥 ○お茶 オレンジ	とろとろ肉じゃが風煮込 柔らかブロッコリー煮 野菜スープ 5倍粥	ささみのペースト ブロッコリーのペースト 野菜スープ 10倍粥
6	火	御飯 赤魚の煮付け 大根の酢の物 根菜の味噌汁 パナナ ◎牛乳 ふかし芋 ○牛乳 きな粉マフィン	米 赤魚 しょうが 大根 人参 きゅうり しらす わかめ ごま 豚肉 生揚げ 里芋 人参 ごぼう ねぎ パナナ	煮魚 大根と人参の煮物 里芋の味噌汁 軟飯~全粥 ○お茶 パナナ	煮魚 根菜のくたくた煮 里芋の味噌汁 5倍粥	白身魚のペースト 人参のペースト 野菜スープ 10倍粥
7	水	御飯 筑前煮 紅白なます 田作り 七草粥風のすまし汁 みかん ◎牛乳 サンドビスケット ○栗きんとん	米 鶏肉 人参 ごぼう 椎茸 筍 蓮根 里芋 いんげん 大根 人参 いわし ごま 大根 かぶ 米 みかん	鶏肉のあんかけ煮込 里芋と人参の煮物 かぶのスープ 軟飯~全粥 ○お茶 みかん	鶏肉のあんかけ煮込 里芋と人参の煮物 野菜スープ 5倍粥	豆腐のペースト 大根のペースト 野菜スープ 10倍粥
8	木	炊き込みご飯 ナポリタン チキンスティック フライドポテト 野菜サラダ バイン ◎ヨーグルト ○牛乳 ホットケーキ	米 鶏肉 人参 ごぼう かまぼこ 油揚げ 椎茸 スパゲティ 玉ねぎ 人参 ベーコン ビーマン 鶏肉 じゃが芋 ブロッコリー 人参 バイン	トマト風リゾット 鶏肉とビーマンの旨煮 マッシュポテト 野菜スープ 軟飯~全粥 ○お茶 バイン	トマト風リゾット 鶏肉とじゃが芋の旨煮 野菜スープ 5倍粥	ささみのペースト 人参のペースト 野菜スープ 10倍粥
9	金	御飯 ミートスパゲティ 白菜のごま和え セロリのコンソメスープ パナナ ◎牛乳 クッキー ○牛乳 せんべい	米 スパゲティ 豚肉 玉ねぎ 人参 パセリ 白菜 もやし 小松菜 人参 ごま キャベツ人参 セロリ ベーコン パナナ	煮魚 白菜と小松菜人参のお浸し 野菜スープ 軟飯~全粥 ○お茶 パナナ	煮魚 根菜のくたくた煮 コンソメスープ 5倍粥	白身魚のペースト 小松菜のペースト 野菜スープ 10倍粥
10	土	◎牛乳 せんべい ○みかんジュース ビスケット				
13	火	御飯 野菜ラーメン キャベツの中華和え ウインナー お魚ふりかけ バイン ◎豆乳 ビスケット ○牛乳 せんべい	米 中華麺 豚肉 玉ねぎ 人参 白菜 もやし ねぎ キャベツ 人参 ほうれん草 ウインナー しらす 海苔 ごま バイン	煮込みうどん 青菜の煮浸し しらすの旨煮 軟飯~全粥 ○お茶 バイン	煮込みうどん 青菜の煮浸し しらすの旨煮 5倍粥	豆腐のペースト ほうれん草のペースト 野菜スープ 10倍粥
14	水	御飯 鮭のごまヨネーズ焼き ほうれん草のじゃこ和え 冬野菜の豆乳スープ オレンジ ◎牛乳 パナナ ○牛乳 マカロニ安倍川	米 鮭 ごま バター ほうれん草 キャベツ 人参 しらす干し 鶏肉 かぶ 里芋 白菜 玉ねぎ 人参 パセリ 豆乳 バター オレンジ	焼魚 ほうれん草のしらす干し煮 豆乳スープ 軟飯~全粥 ○お茶 オレンジ	煮魚 ほうれん草のしらす干し煮 豆乳スープ 5倍粥	白身魚のペースト 白菜のペースト 人参のペースト 野菜スープ 10倍粥
15	木	御飯 ハンバーグ さつまいものココロサラダ 豆腐と小松菜のすまし汁 りんご ◎豆乳 米菓子 ○フルーツヨーグルト	米 牛肉 豚肉 玉ねぎ 卵 牛乳 さつまいも ジャが芋 人参 きゅうり コーン チーズ 豆腐 小松菜 卵 りんご	豆腐ハンバーグ 根菜のコンソメ煮 野菜スープ 軟飯~全粥 ○お茶 りんご	豆腐ハンバーグ風煮込み 根菜のコンソメ煮 野菜スープ 5倍粥	ささみのペースト さつまいものペースト 野菜スープ 10倍粥
16	金	御飯 かりん揚げ 納豆和え わかめとじゃが芋の味噌汁 みかん ◎牛乳 せんべい ○牛乳 あんぱん	米 豚肉 生姜 納豆 切干大根 人参 ひじき 小松菜 わかめ じゃが芋 もやし みかん	煮魚 切干大根煮 じゃが芋の味噌汁 軟飯~全粥 ○お茶 みかん	煮魚 切干大根煮込み 野菜スープ 5倍粥	しらすのペースト 小松菜のペースト 野菜スープ 10倍粥
17	土	◎牛乳 クラッカー ○りんごジュース かりんとう				
19	月	御飯 ほうとう風うどん 焼きししゃも ほうれん草のお浸し バイン ◎牛乳 米菓子 ○牛乳 カルシウムせんべい	米 うどん 鶏肉 大根 人参 白菜 小松菜 椎茸 南瓜 油揚げ ししゃも ほうれん草 バイン	煮魚 かぼちゃの甘煮 ほうれん草のお浸し 野菜スープ 軟飯~全粥 ○お茶 バイン	煮魚 かぼちゃの甘煮 ほうれん草のお浸し 野菜スープ 5倍粥	白身魚のペースト かぼちゃのペースト 野菜スープ 10倍粥
20	火	御飯 ★松風焼 大根の酢の物 小松菜のすまし汁 みかん ◎飲むヨーグルト ○牛乳 ★なかよしドーナツ	米 鶏ひき肉 豆腐 玉ねぎ 青のり 大根 人参 ちくわ りんご 酢 ごま 鶏肉 小松菜 大根 人参 椎茸 みかん	鶏肉のあんかけ煮込 大根と人参の煮物 野菜スープ 軟飯~全粥 ○お茶 みかん	鶏肉のあんかけ煮込 大根と人参の煮物 野菜スープ 5倍粥	ささみのペースト 大根のペースト 野菜スープ 10倍粥
21	水	鯖の塩焼き 刻み昆布の煮物 ポル Pobroccoli 白菜の味噌汁 パナナ ◎牛乳 スティックパン ○牛乳 豆乳フレンチトースト	米 鯖 梅 昆布 人参 さつま揚げ 椎茸 いんげん ブロッコリー 白菜 油揚げ ねぎ パナナ	煮魚 ブロッコリーと人参のお浸し 白菜の味噌汁 軟飯~全粥 ○お茶 パナナ	煮魚 柔らか人参ブロッコリー 白菜の味噌汁 5倍粥	白身魚のペースト ブロッコリーのペースト 野菜スープ 10倍粥
22	木	御飯 回鍋肉 大学芋 かぶの味噌汁 みかん ◎豆乳 塩せんべい ○牛乳 オリジナルサブレ	米 豚肉 キャベツ ビーマン 人参 ねぎ さつま芋 ごま かぶ 玉ねぎ 人参 みかん	豆腐としらすのあんかけ煮込 さつま芋煮 野菜スープ 軟飯~全粥 ○お茶 みかん	豆腐としらすのあんかけ煮込 さつま芋煮 野菜スープ 5倍粥	豆腐のペースト さつま芋のペースト 野菜スープ 10倍粥
23	金	御飯 マカロニグラタン ポル Pobroccoli 白菜の味噌汁 パナナ ◎牛乳 コンソメスープ りんご ○牛乳 ビスケット ○牛乳 ティアラミストース ト	米 マカロニ 鶏肉 人参 玉ねぎ バター ミルク パセリ チーズ ブロッコリー 人参 かつお節 ほうれん草 玉ねぎ 人参 りんご	鶏肉とマカロニのミルク煮込み ポル Pobroccoli 野菜スープ 軟飯~全粥 ○お茶 りんご	鶏肉とマカロニのミルク煮込み 柔らかブロッコリー 野菜スープ 5倍粥	ささみのペースト ほうれん草のペースト 野菜スープ 10倍粥
24	土	◎牛乳 クラッカー ○オレンジジュース サブレ				
26	月	御飯 コーンクリーム/バスタ 人参しりしり コンソメスープ パナナ ◎牛乳 サンドビスケット ○豆乳 きらす揚げ	米 スパゲティ ベーコン 玉ねぎ ほうれん草 コーン 牛乳 チーズ 人参 ツナ ごま 玉ねぎ キャベツ 人参 パセリ パナナ	ツナの煮込みスパゲティ ほうれん草と人参の旨煮 野菜スープ 軟飯~全粥 ○お茶 パナナ	ツナの煮込みスパゲティ ほうれん草人参の旨煮 野菜スープ 5倍粥	豆腐のペースト 玉ねぎのペースト 野菜スープ 10倍粥
27	火	御飯 魚のフライ ブロッコリーのおかか和え 白菜とえのきの味噌汁 オレンジ ◎牛乳 パナナ ○牛乳 生クリームサンド	米 おひょう 卵 ブロッコリー 人参 かつお節 白菜 えのき 油揚げ オレンジ	煮魚 ブロッコリーと人参のお浸し 白菜の味噌汁 軟飯~全粥 ○お茶 オレンジ	煮魚 柔らか人参ブロッコリー 白菜の味噌汁 5倍粥	白身魚のペースト ブロッコリーのペースト 野菜スープ 10倍粥
28	水	御飯 すき焼き風煮込 ほうろサラダ わかめの味噌汁 みかん ◎牛乳 ホーロ ○牛乳 スイートラスク	米 豚肉 焼き豆腐 玉ねぎ 人参 白菜 えのき 鮭 ごぼう キャベツ 人参 かにかま きゅうり ごま 玉ねぎ 人参 わかめ みかん	鶏肉入り豆腐あんかけ煮込 青菜の煮浸し 野菜スープ 軟飯~全粥 ○お茶 みかん	鶏肉入り豆腐のあんかけ煮込 柔らかキャベツ 野菜スープ 5倍粥	ささみのペースト 白菜のペースト 野菜スープ 10倍粥
29	木	御飯 根菜入り鶏つくねバーグ ちゆしと昆布和え 油揚げの味噌汁 りんご ◎牛乳 みかん ○牛乳 ピザトースト	米 鶏肉 玉ねぎ 人参 ごぼう れんこん もやし きゅうり 人参 塩昆布 えのき 玉ねぎ 油揚げ りんご	チキンバーグ 人参ときゅうりのおかか煮 玉ねぎの味噌汁 軟飯~全粥 ○お茶 りんご	しらすのくたくた煮 人参ときゅうりのおかか煮 玉ねぎの味噌汁 5倍粥	しらすのペースト 人参のペースト 野菜スープ 10倍粥
30	金	御飯 揚げ餃子 伴三糸 えのきのかき玉スープ オレンジ ◎牛乳 チーズ ○牛乳 せんべい	米 豚肉 キャベツ 玉ねぎ 餃子の皮 生姜 春雨 キャベツ きゅうり 人参 もやし ハム 玉ねぎ えのき なら 卵 オレンジ	水餃子 春雨とキャベツの爽やか煮 野菜スープ 軟飯~全粥 ○お茶 オレンジ	鍋ぞぼろ煮 キャベツと人参の柔らか煮 野菜スープ 5倍粥	ささみのペースト キャベツのペースト 野菜スープ 10倍粥
31	土	◎牛乳 クッキー ○リンゴジュース クラッカー				

発達の段階や離乳食の進み具合により、メニューを変更する場合があります