

		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		
1	土	◎牛乳せんべい○フルーツジュース クラッカー				
4	火	御飯 秋野菜ちゃんぽん 子ぎつねサラダ ワインナー りんご ◎牛乳 スティックパン ○牛乳 いも餅	米 中華麺 豚肉 キャベツ 玉ねぎ もやし 人参 ねぎ 椎茸 かまぼこ きゅうり 油揚げ 大根 ツナ ワインナー りんご	うどん汁 大根の煮物 豆腐の旨煮あんかけ 軟飯~全粥 ◎お茶 りんご	煮込みうどん 大根の煮物 豆腐の旨煮あんかけ 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
5	水	御飯 ししゃも焼 野菜のかみかみおえ さつま芋のオレンジ煮 白菜の味噌汁 パナナ ◎フルーツゼリー ○鶏こぼろのおにぎり	米 ししゃも 切り干し大根 さきいか きゅうり 人参 ハム ごま さつま芋 オレンジジュース パター 白菜 人参 油揚げ パナナ	煮魚 さつま芋と人参の煮物 豆腐の味噌汁 軟飯~全粥 ◎お茶 パナナ	煮魚 さつま芋と人参の煮物 野菜スープ 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
6	木	ピラフ スパロチー トンカツ キャラクターチーズ 野菜サラダ バイン ◎飲むヨーグルト ○牛乳 ホットケーキ	米 えび 玉ねぎ コーン ビーマン パセリ パター スパゲティ 豚肉 卵 チーズ レタス ブロッコリー コーン 人参 バイン	野菜リソット 鶏肉とじゃが芋の煮物 柔かブロッコリー 野菜スープ ◎お茶 バイン	野菜リソット ささ身の煮物 ブロッコリーの柔か煮 じゃがいもと人参の煮物 野菜スープ 5倍粥	鶏ささみのペースト ブロッコリーのペースト 人参のペースト 野菜スープ 10倍粥
7	金	御飯 コロッケ ブロッコリーのドレッシングおえ もずく入り味噌スープ オレンジ ◎牛乳 せんべい ○牛乳 ビスケット	米 豚肉 じゃが芋 玉ねぎ ブロッコリー 人参 もずく 玉ねぎ ベーコン 卵 オレンジ	そぼろ煮 ブロッコリーの柔か煮 野菜スープ 軟飯~全粥 ◎お茶 オレンジ	じゃが芋のそぼろ煮 ブロッコリーの柔か煮 野菜スープ 5倍粥	鶏ささみのペースト じゃが芋のペースト 野菜スープ 10倍粥
8	土	◎牛乳クラッカー○フルーツジュースせんべい				
10	月	御飯 豚肉のハンガリー風煮込み スパロチー ゆでブロッコリー 小松菜のコンソメスープ バイン ◎牛乳 パナナ ○牛乳 ピザフランス	米 豚肉 玉ねぎ にんにく パター スパゲティ パセリ にんにく ブロッコリー 人参 小松菜 玉ねぎ バイン	煮魚 柔かブロッコリー 小松菜と人参の柔か煮 野菜スープ 軟飯~全粥 ◎お茶 バイン	煮魚 柔かブロッコリー 小松菜と人参の柔か煮 野菜スープ 5倍粥	白身魚のペースト ブロッコリーと人参のペースト 野菜スープ 10倍粥
11	火	御飯 かき揚げ 切り干し大根ときゅうりの昆布おえ きのこの味噌汁 パナナ ◎牛乳 クッキー ○牛乳 たら焼き	米 ねぎ 竹輪 玉ねぎ 人参 切り干し大根 きゅうり 昆布 ごま 人参 しめじ えのき 油揚げ ねぎ パナナ	豆腐煮 きゅうりと人参の煮物 野菜の味噌汁 軟飯~全粥 ◎お茶 パナナ	豆腐煮 人参の煮物 野菜スープ 5倍粥	豆腐のペースト 人参のペースト 野菜スープ 10倍粥
12	水	御飯 れんこん入りハンバーグ うまっコリー さつま芋の味噌汁 りんご ◎牛乳 クラッカー ○牛乳 ツナつなピザ	米 鶏肉 豆腐 玉ねぎ れんこん ブロッコリー 人参 コーン 白ごま かつお節 さつま芋 人参 玉ねぎ りんご	鶏肉と豆腐煮 さつま芋煮 野菜のすまし汁 軟飯~全粥 ◎お茶 りんご	鶏肉と豆腐煮 さつま芋煮 野菜スープ 5倍粥	ささ身と豆腐のペースト さつま芋のペースト 野菜スープ 10倍粥
13	木	御飯 豚肉とごぼうのうま煮 マカロニサラダ かきたま汁 オレンジ ◎豆乳 ウエハース ○ヨーグルト	米 豚肉 ごぼう マカロニ ハム きゅうり 人参 卵 ほうれん草 人参 オレンジ	鶏肉の旨煮 マカロニと人参の煮物 野菜スープ 軟飯~全粥 ◎お茶 オレンジ	鶏ささ身の旨煮 ほうれん草と人参の煮物 野菜スープ 5倍粥	ささ身のペースト ほうれん草のペースト 野菜スープ 10倍粥
14	金	御飯 揚げ餃子 餅三糸 わかめの中巻スープ パナナ ◎牛乳 米菓子 ○オレンジゼリー	米 餃子の皮 豚肉 キャベツ 玉ねぎ 生姜 春雨 きゅうり もやし ハム 卵 人参 ごま ベーコン わかめ 玉ねぎ パナナ	煮魚 人参ときゅうりの煮物 野菜スープ 軟飯~全粥 ◎お茶 パナナ	煮魚 人参と青菜の煮びたし 野菜スープ 5倍粥	白身魚ペースト 人参のペースト 野菜スープ 10倍粥
15	土	◎牛乳 塩せんべい○フルーツジュース クラッカー				
17	月	御飯 焼きそば ブロッコリーのおかかおえ 中華スープ オレンジ ◎牛乳 ビスケット ○牛乳 栗のカップケーキ	米 中華めん 豚肉 玉ねぎ 人参 もやし キャベツ ビーマン 青のり ブロッコリー かにかま かつお節 白菜 人参 ベーコン 豆腐 ねぎ オレンジ	豆腐の鶏そぼろあんかけ煮 キャベツ煮 白菜スープ 軟飯~全粥 ◎お茶 オレンジ	豆腐の鶏そぼろあんかけ煮 キャベツ煮 白菜スープ 5倍粥	豆腐のペースト 白菜のペースト 野菜スープ 10倍粥
18	火	御飯 鶏肉の照り煮 キャベツとかにかまぼこの酢の物 かぶのシチュー パナナ ◎牛乳 せんべい ○牛乳 メイプルサブレ	米 鶏肉 生姜 キャベツ きゅうり かにかまぼこ わかめ 春雨 ごま かぶ ベーコン 人参 玉ねぎ ミルク パター パナナ	鶏肉の柔か煮 キャベツと人参と旨煮 野菜スープ 軟飯~全粥◎お茶 パナナ	鶏肉の柔か煮 キャベツと人参と旨煮 野菜スープ 5倍粥	ささ身のペースト キャベツと人参のペースト 野菜スープ 10倍粥
19	水	御飯 おからのチキンナゲット さつま芋のサラダ えのきのすまし汁 りんご ◎ヨーグルト ○パンフキン蒸しパン	米 おから 鶏肉 玉ねぎ 卵 ミルク さつま芋 ひじき きゅうり 人参 ハム えのき 玉ねぎ 人参 小松菜 りんご	鶏肉と根菜の旨煮 ほうれん草の和え物 野菜スープ 軟飯~全粥 ◎お茶 りんご	鶏肉の旨煮 ほうれん草の煮びたし 野菜スープ 5倍粥	鶏ささ身ペースト ほうれん草のペースト 野菜スープ 10倍粥
20	木	御飯 レバーのケチャップ和え コーンのドレッシングサラダ 豆腐の味噌汁 みかん ◎牛乳 ビスケット ○牛乳 クラッカー	米 豚レバー にんにく 生姜 じゃが芋 玉ねぎ 人参 ビーマン コーン ブロッコリー 人参 豆腐 玉ねぎ ねぎ みかん	白身魚のあんかけ煮 じゃが芋煮 野菜スープ 軟飯~全粥 ◎お茶 みかん	白身魚と野菜のとろみ煮 じゃが芋煮 野菜スープ 5倍粥	豆腐と白身魚のペースト じゃが芋と人参のペースト 野菜スープ 10倍粥
21	金	御飯 里芋とひき肉のグラタン ブロッコリーの和え物 ほうれん草のコンソメスープ バイン ◎豆乳 小魚 ○プリン	米 鶏肉 里芋 玉ねぎ パター ミルク パセリ チーズ ブロッコリー パプリカ 鶏肉 ほうれん草 キャベツ 人参 バイン	煮魚 柔かブロッコリー ほうれん草のスープ 軟飯~全粥 ◎お茶 バイン	煮魚 柔かブロッコリー ほうれん草のスープ 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	土	◎牛乳 米菓子のフルーツジュース サブレ				
25	火	御飯 ミートスパゲティ 野菜サラダ 豆乳スープ みかん ◎牛乳 せんべい ○牛乳 クッキー	米 スパゲティ 牛肉 豚肉 玉ねぎ パター パセリ チーズ レタス キャベツ きゅうり 豆乳 ベーコン 玉ねぎ じゃが芋 人参 コーン みかん	豆腐と鶏そぼろのあんかけ煮 じゃが芋煮 キャベツスープ 軟飯~全粥 ◎お茶 みかん	豆腐と鶏そぼろのあんかけ煮 じゃが芋煮 キャベツスープ 5倍粥	豆腐のペースト じゃがいもと人参のペースト 野菜スープ 10倍粥
26	水	御飯 肉団子の甘辛煮 キャベツのフレンチサラダ かきたま汁 パナナ ◎牛乳 ボーロ ○ヨーグルト	米 鶏肉 豚肉 玉ねぎ キャベツ マカロニ ハム 人参 玉ねぎ 人参 卵 ねぎ パナナ	鶏肉煮 マカロニとキャベツの煮物 野菜スープ 軟飯~全粥 ◎お茶 パナナ	鶏肉煮 キャベツの煮物 野菜スープ 5倍粥	ささ身のペースト キャベツと人参のペースト 野菜スープ 10倍粥
27	木	御飯 魚のから揚げ ひじきの炒め煮 ポイルブロッコリー さつま芋のポスタージュ りんご ◎牛乳 チーズ ○豆乳 カナッパ	米 赤魚 ひじき 人参 ちくわ いんげん しいたけ ブロッコリー さつま芋 じゃが芋 玉ねぎ 牛乳 パター コーンフレーク りんご	煮魚 ブロッコリーの柔か煮 さつまいもポスタージュ 軟飯~全粥 ◎お茶 りんご	煮魚 ブロッコリーの柔か煮 野菜スープ 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	金	チキンカレーライス コーンスローサラダ チーズ パナナ ◎りんごジュース ○牛乳 カルピス蒸しパン	米 鶏肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 かぼちゃ キャベツ きゅうり 人参 ハム コーン チーズ パナナ	鶏肉とじゃが芋の旨煮 キャベツときゅうりの煮物 野菜スープ 軟飯~全粥 ◎お茶 パナナ	鶏肉の旨煮 野菜のやわらか煮 野菜スープ 5倍粥	ささ身のペースト 人参とじゃが芋のペースト 野菜スープ 10倍粥
29	土	◎牛乳 せんべい ○フルーツジュース 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