

# 平成 29年度 1月 離乳食献立表 (NO.1)

保育課

日	A (初期) 6か月	B (中期) 7~8か月	C (後期) 9~11か月	D (完了期) 12~18か月
4・木	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト
	昼食 つぶし粥 煮魚(白身魚・だし汁・でんぷん) 煮野菜(にんじん・たまねぎ・じゃがいも・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	お粥 魚と野菜の煮物(白身魚・だし汁・でんぷん・にんじん) 麩とわかめの汁もの(麩・わかめ(よく洗う)・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 ツナと野菜の煮物(調味料1/3量、しらす抜き、グリーンピース薄皮除く) 麩とわかめのみそ汁(だし汁で3倍に薄める・わかめよく洗う)	軟飯 ツナと野菜の煮物(調味料1/2量、しらす抜き、グリーンピース薄皮除く) 麩とわかめのみそ汁(だし汁で2倍に薄める・わかめよく洗う)
おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク 青のり粥(米・青のり粉)	育児用ミルク カルシウムお焼きのかた粥(調味料1/3、ごまよくする、じゃこ粉状)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 カルシウムお焼きの軟飯(調味料1/2、ごまよくする)
5・金	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト
	昼食 つぶし粥 凍り豆腐の煮物(凍り豆腐・だし汁・でんぷん) 煮野菜(玉ねぎ・にんじん・白菜葉先・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 凍り豆腐と野菜の煮物(凍り豆腐・だし汁・でんぷん・玉ねぎ) 大麦麺とこまつなの汁物(大麦麺・こまつな・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 凍り豆腐と白菜のみそ炒め(調味料1/3量) 大麦麺とこまつなのすまし汁(だし汁で3倍に薄める)	軟飯 凍り豆腐と白菜のみそ炒め(調味料1/2量) 大麦麺とこまつなのすまし汁(だし汁で2倍に薄める)
おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク 大根粥(米・大根) みかん(水で煮る)	育児用ミルク 七草粥((調味料1/3量) みかん	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 七草粥((調味料1/2量) みかん
6・土	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク又は牛乳
	昼食 つぶし粥 煮魚(白身魚・だし汁・でんぷん) 煮野菜(にんじん・じゃがいも・キャベツ葉先・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 魚と野菜の煮物(白身魚・キャベツ・だし汁・でんぷん) にんじんとわかめの汁物(にんじん・わかめ(よく洗う)・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 じゃがいもと野菜の煮物(調味料1/3量、しらす抜き) わかめとえのきのすまし汁(だし汁で3倍に薄める、えのき細かく刻む、わかめよく洗う)	軟飯 じゃがいもと野菜の煮物(調味料1/2量、しらす抜き、こまかくきざむ) わかめとえのきのすまし汁(だし汁で2倍に薄める、えのき細かく刻む、わかめよく洗う)
8・月	 <h2 style="font-size: 48px; margin: 0;">成人の日</h2>			
9・火	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト
	昼食 つぶし粥 煮魚(白身魚・だし汁・でんぷん) 煮野菜(ほうれん草葉先・人参・さつまいも・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 魚と野菜の煮物(白身魚・だし汁・でんぷん・ほうれん草) さつまいもとにんじんの汁物(さつまいも・にんじん・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 豚肉とほうれん草の炒め物(調味料1/3量・しょうが風味程度・もやし細かく刻む、たけのこ抜く) さつまいもと長ねぎのみそ汁(だし汁で3倍に薄める)	軟飯 豚肉とほうれん草の炒め物(調味料1/2量・しょうが風味程度・もやし細かく刻む) さつまいもと長ねぎのみそ汁(だし汁で2倍に薄める)
おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク ひじき粥(米・ひじき(よく戻す))	育児用ミルク ひじきごはんのかた粥(調味料1/3量、油揚げ抜く)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 ひじきごはんのかた粥(調味料1/2量、油揚げ細かく刻む)
10・水	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト
	昼食 つぶし粥 煮魚(白身魚・だし汁・でんぷん) 煮野菜(小松菜葉先・にんじん・じゃがいも・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 鮭の煮物(鮭・だし汁・でんぷん) 煮野菜(こまつな・だし汁・のり・でんぷん) にんじんとじゃがいもの汁物(にんじん・じゃがいも・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 鮭のみそ焼き(調味料1/3量) こまつなのおひたし(調味料1/3) にんじんともやしのすまし汁(だし汁で3倍に薄める、もやし細かく刻む)	軟飯 鮭のみそ焼き(調味料1/2量) こまつなのおひたし(調味料1/2量) にんじんともやしのすまし汁(だし汁で2倍に薄める、もやし細かく刻む)
おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク パン粥(パン・育児用ミルク)	育児用ミルク ポテトサンド(調味料1/3量、マヨネーズ少量)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 ポテトサンド(調味料1/2量、マヨネーズ少量)
11・木	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト
	昼食 つぶし粥 煮魚(白身魚・だし汁・でんぷん) 煮野菜(キャベツ葉先・白菜葉先・大根・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 鶏肉の煮物(鶏ささみ肉・だし汁・でんぷん) 煮野菜(キャベツ・きゅうり・だし汁・でんぷん) はくさいと大根のスープ(はくさい・だいこん・にんじん・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 鶏肉のガーリック焼き(調味料1/3量、にんにく風味程度) キャベツときゅうりのごま和え(調味料1/3量、ごまよくする) はくさいと大根のスープ(だし汁で3倍に薄める)	軟飯 鶏肉のガーリック焼き(調味料1/2量、にんにく風味程度) キャベツときゅうりのごま和え(調味料1/2量、ごまよくする) はくさいと大根のスープ(だし汁で2倍に薄める)
おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク 小豆粥(米・小豆) ふわふわせんべい	育児用ミルク お汁粉(調味料1/3量) ふわふわせんべい	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 お汁粉(調味料1/2量) せんべい

12 ・ 金	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト
	昼食	つぶし粥 豆腐のだし煮 (豆腐・だし汁・でんぷん) 煮野菜(にんじん・かぶ・キャベツ葉先・だし汁・でんぷん)	おかゆ 豆腐と野菜の煮物 (豆腐・だし汁・でんぷん・玉ねぎ) キャベツとかぶの汁物 (キャベツ・かぶ・だし汁)	かた粥 いり豆腐(調味料1/3量、卵1/3量まで、グリーンピース薄皮除く) キャベツとかぶのみそ汁(だし汁で3倍に薄める)	軟飯 いり豆腐(調味料1/2量、卵2/3量まで、グリーンピース薄皮除く) キャベツとかぶのみそ汁(だし汁で2倍に薄める)
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク にんじん粥 (米・にんじん)	育児用ミルク しらすチャーハンのかた粥 (調味料1/3量、しらす干し湯通し)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 しらすチャーハンの軟飯 (調味料1/2量、しらす干し湯通し)
13 ・ 土	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク又は牛乳
	昼食	つぶし粥 煮魚 (白身魚、だし汁・でんぷん) 煮野菜(ピーマン・じゃがいも・だし汁・でんぷん)	おかゆ 魚と野菜の煮物(白身魚・だし汁・ピーマン・でんぷん) じゃがいもとわかめの汁物(じゃがいも・わかめ(よく洗う)・だし汁)	かた粥 豚肉のさっぱり炒め(調味料1/3量、にんにく生姜風味程度) じゃがいもともやしのみそ汁(だし汁で3倍に薄める、もやし細かく刻む、わかめよく洗う)	軟飯 豚肉のさっぱり炒め(調味料1/2量、にんにく生姜風味程度) じゃがいもともやしのみそ汁(だし汁で2倍に薄める、もやし細かく刻む、わかめよく洗う)
15 ・ 月	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト
	昼食	つぶし粥(青のり入り) 凍り豆腐のだし煮(凍り豆腐・だし汁・でんぷん) 煮野菜(玉ねぎ・にんじん・白菜葉先・だし汁・でんぷん)	おかゆ(青のり入り) 凍り豆腐と野菜の煮物 (凍り豆腐・だし汁・玉ねぎ・でんぷん) にんじんとはくさいの汁物 (にんじん・はくさい・だし汁)	かた粥(ふりかけ入り(じゃこ粉末)) 豚肉としらたきの炒め煮(調味料1/3量、しらたきめく) はくさいとえのきの汁物(だし汁で3倍に薄める、えのき細かく刻んで少量)	軟飯(ふりかけ入り(じゃこ粉末)) 豚肉としらたきの炒め煮(調味料1/2量、しらたき細かく刻む) はくさいとえのきの汁物(だし汁で2倍に薄める、えのき細かく刻んで少量)
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク 煮うどん(干めん・ほうれん草)	育児用ミルク かしわうどん(調味料1/3量)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 かしわうどん(調味料1/2量)
16 ・ 火	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト
	昼食	つぶし粥 魚のミルク煮(白身魚、育児用ミルク・でんぷん) 煮野菜(キャベツ葉先・にんじん・玉ねぎ・だし汁・でんぷん)	お粥 魚のミルク煮 (白身魚・育児用ミルク・でんぷん) 煮野菜(キャベツ・にんじん・だし汁・でんぷん) 玉ねぎとこまつなの汁物 (たまねぎ・こまつな・だし汁)	かた粥 メルルーサのマヨネーズ焼き(調味料1/3量・マヨネーズごく少量) ゆで野菜(調味料1/3量) あおなと玉ねぎのみそ汁 (だし汁で3倍に薄める)	軟飯 メルルーサのマヨネーズ焼き(調味料1/2量・マヨネーズごく少量) ゆで野菜(調味料1/2量) あおなと玉ねぎのみそ汁 (だし汁で2倍に薄める)
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク ツナ粥 (米・ツナ水煮缶(よく洗う))	育児用ミルク 二色ご飯のかた粥(調味1/3、卵1/3量まで、ツナ水煮缶よく洗う)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 二色ご飯の軟飯(調味料1/2量、卵2/3量まで、ツナ水煮缶よく洗う)
17 ・ 水	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト
	昼食	つぶし粥 煮魚 (白身魚・だし汁・でんぷん) 煮野菜(にんじん・玉ねぎ・大根・だし汁・でんぷん)	おかゆ 鶏肉と野菜の煮物 (鶏ささみ肉・にんじん・だし汁・でんぷん) 玉ねぎと大根の汁物 (玉ねぎ・大根・だし汁)	かた粥 酢鶏(調味料1/3、ケチャップごく少量、たけのこめく、適宜肉を煮返す) 油揚げと大根のみそ汁 (だし汁で3倍に薄める、わかめよく洗う、油揚げ抜く)	軟飯 酢鶏(調味料1/2量、ケチャップごく少量) 油揚げと大根のみそ汁 (だし汁で2倍に薄める、わかめよく洗う、油揚げ細かく刻む)
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク 煮うどん (干めん・こまつな・だし汁)	育児用ミルク 煮うどん(干めん・こまつな・だし汁・しょうゆ少量)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 こまつなマフィン
18 ・ 木	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト
	昼食	つぶし粥 煮魚 (白身魚・だし汁・でんぷん) 煮野菜(にんじん・玉ねぎ・キャベツ葉先・だし汁・でんぷん)	おかゆ 煮魚(白身魚・だし汁・でんぷん) 煮野菜(キャベツ・だし汁・でんぷん) にんじんと玉ねぎの汁物 (にんじん・玉ねぎ・だし汁)	かた粥 千種焼き(調味1/3、卵1/3まで) もやしとキャベツのごま和え(調味料1/3量・もやし細かく刻む、ごまよくする) わかめスープ(だし汁で3倍に薄める、わかめよく洗う)	軟飯 千種焼き(調味1/2、卵2/3まで) もやしとキャベツのごま和え(調味料1/2量・もやし細かく刻む、ごまよくする) わかめスープ(だし汁で2倍に薄める、わかめよく洗う)
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク 玉ねぎ粥 (米・玉ねぎ)	育児用ミルク ウィンナーピラフのかた粥(調味1/3、ウィンナー少量、コーン抜く)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 ウィンナーピラフの軟飯(調味1/2、ウィンナー少量、コーン細かく刻む)



# 平成 29年度 1月 離乳食献立表 (NO.2)

保育課

日	A (初期) 6か月	B (中期) 7~8か月	C (後期) 9~11か月	D (完了期) 12~18か月
19 ・ 金	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト
	昼食 つぶし粥 豆腐のだし煮 (豆腐・だし汁・でんぷん) 煮野菜(にんじん・じゃがいも・キャベツ葉先・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 豆腐と野菜の煮物 (豆腐・にんじん・だし汁・でんぷん) じゃがいもとキャベツの汁物 (じゃがいも・キャベツ・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 生揚げとごぼうの炒め煮(調味料1/3、ごぼうぬく、生揚げ外側除く) じゃがいもとキャベツのみそ汁 (だし汁で3倍に薄める)	軟飯 生揚げとごぼうの炒め煮(調味料1/2量、生揚げ外側除く) じゃがいもとキャベツのみそ汁 (だし汁で2倍に薄める)
	おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク 青のり粥(米・青のり粉)	育児用ミルク ごはんピザのかた粥(調味料1/3量、ベーコンマヨネーズ少量)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 ごはんピザの軟飯(調味料1/2量、ベーコンマヨネーズ少量)
20 ・ 土	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク又は牛乳
	昼食 つぶし粥 煮魚 (白身魚・だし汁・でんぷん) 煮野菜(じゃがいも・玉ねぎ・かぶ・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 魚と野菜の煮物 (白身魚・じゃがいも・だし汁・でんぷん) 玉ねぎとかぶの汁物 (たまねぎ・かぶ・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 みそ肉じゃが(調味料1/3量、グリーンピース薄皮除く) かぶと玉ねぎのみそ汁(だし汁で3倍に薄める)	軟飯 みそ肉じゃが(調味料1/2量、グリーンピース薄皮除く) かぶと玉ねぎのみそ汁(だし汁で2倍に薄める)
22 ・ 月	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト
	昼食 つぶし粥 煮魚 (白身魚・だし汁・でんぷん) 煮野菜(はくさい葉先・にんじん・かぶ・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ かじきの煮物(かじき・だし汁・でんぷん) 煮野菜 (はくさい・にんじん・だし汁・でんぷん) 豆腐とかぶの汁物(豆腐・かぶ・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 魚の角煮 (調味料1/3量、しょうが風味程度) はくさいとにんじんのけずりぶし和え(調味料1/3、削り節粉状) 豆腐とかぶのみそ汁 (だし汁で3倍に薄める)	軟飯 魚の角煮 (調味料1/2量、しょうが風味程度) はくさいとにんじんのけずりぶし和え(調味料1/2量、削り節粉状) 豆腐とかぶのみそ汁 (だし汁で2倍に薄める)
	おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク ひじき粥 (米・ひじき(よく戻す))	育児用ミルク ひじき入りドライカレーのかた粥 (調味料1/3量、カレー粉抜く、にんにく風味程度)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 ひじき入りドライカレーの軟飯 (調味料1/2量、カレー粉・にんにく風味程度)
23 ・ 火	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト
	昼食 つぶし粥 魚のトマト煮(白身魚・だし汁・トマトピューレ・でんぷん) 煮野菜(カリフラワー穂先・にんじん・きゅうり・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 鶏肉と野菜のトマト煮(鶏ささみ肉・だし汁・玉ねぎ・トマトピューレ・でんぷん) 煮野菜(カリフラワー・にんじん・きゅうり・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	かた粥 ポークシチュー(調味料1/3量、ケチャップごく少量・ソース抜く、グリーンピース薄皮除く) カリフラワーのサラダ(調味料1/3量、マヨネーズごく少量)	軟飯 ポークシチュー(調味料1/2量、ケチャップ・ソースごく少量、グリーンピース薄皮除く) カリフラワーのサラダ(調味料1/2量、マヨネーズごく少量)
	おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク 煮スパゲッティ (スパゲッティ・玉ねぎ・だし汁)	育児用ミルク しらすパスタ (調味料1/3量、しらす干し湯通し)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 しらすパスタ (調味料1/2量、しらす干し湯通し)
24 ・ 水	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト
	昼食 つぶし粥 豆腐のミルク煮(豆腐・育児用ミルク・でんぷん) 煮野菜(小松菜葉先・キャベツ葉先・大根・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 豆腐のミルク煮 (豆腐・育児用ミルク・でんぷん) 煮野菜(こまつな・キャベツ・だし汁) 大根とわかめの汁物 (大根・わかめ(よく洗う)・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 タンドリーチキン(調味料1/3、にんにく生姜風味程度、ケチャップごく少量、カレー粉パブリカ抜く) あおなとキャベツのごま和え(調味料1/3量、ごまよくする) 玉ねぎと大根のみそ汁(だし汁で3倍に薄める、わかめよく洗う、油揚げ抜く)	軟飯 タンドリーチキン(調味料1/2、にんにく生姜カレー粉風味程度、ケチャップごく少量) あおなとキャベツのごま和え(調味料1/2量、ごまよくする) 玉ねぎと大根のみそ汁(だし汁で2倍に薄める、わかめよく洗う、油揚げ細かく刻む)
	おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク にんじん粥 (米・にんじん)	育児用ミルク 卵チャーハンのかた粥 (調味料1/3量、卵1/3量まで)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 卵チャーハンの軟飯 (調味料1/2量、卵2/3量まで)
25 ・ 木	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト
	昼食 つぶし粥 煮魚(白身魚・だし汁・でんぷん) 煮野菜(小松菜葉先・キャベツ葉先・にんじん・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 煮魚(白身魚・だし汁・でんぷん) 煮野菜(こまつな・だし汁・でんぷん) キャベツとにんじんの汁物 (キャベツ・にんじん・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 さわらの照り焼き(調味料1/3) こまつなと切り干し大根のごま和え(調味料1/3量、ごまよくする) キャベツともやしのみそ汁(だし汁で3倍に薄める、もやし細かく刻む)	軟飯 さわらの照り焼き(調味料1/2) こまつなと切り干し大根のごま和え(調味料1/2量、ごまよくする) キャベツともやしのみそ汁(だし汁で2倍に薄める、もやし細かく刻む)
	おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク いも粥 (じゃがいも・育児用ミルク)	育児用ミルク フライドポテト (調味料1/3量、適宜煮返す)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 フライドポテト (調味料1/2量)



26 ・ 金	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト
	昼食	つぶし粥 煮魚 (白身魚・だし汁・でんぷん) 煮野菜(にんじん・キャベツ 葉先・ピーマン・だし汁・でん ぷん) 育児用ミルク	おかゆ 魚と野菜の煮物 (白身魚・だし汁・キャベツ・でんぷん) 大麦麺とにんじんの汁物 (大麦麺・にんじん・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 八宝菜 (調味料1/3量、たけのこ抜く、もやし 細かく刻む) 大麦麺と長ねぎのすまし汁(だし 汁で3倍に薄める)	軟飯 八宝菜 (調味料1/2量、もやし細かく刻む) 大麦麺と長ねぎのすまし汁(だし汁 で2倍に薄める)
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク パン粥(パン・育児用ミルク・きなこ)	育児用ミルク きなこペーストサンド(調味料1/3 量)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 きなこペーストサンド(調味料1/2 量)
27 ・ 土	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク又は牛乳
	昼食	つぶし粥 煮魚 (白身魚・だし汁・でんぷん) 煮野菜(にんじん・じゃがい も・チンゲンサイ葉先・だし汁・ でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 魚と野菜の煮物 (白身魚・だし汁・にんじん・でんぷん) じゃがいもとチンゲンサイの汁物 (じゃがいも・チンゲンサイ・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 豚肉のみそ炒め(調味料1/3量) じゃがいもとチンゲンサイのスー プ(だし汁で3倍に薄める)	軟飯 豚肉のみそ炒め(調味料1/2量) じゃがいもとチンゲンサイのスー プ(だし汁で2倍に薄める)
29 ・ 月	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト
	昼食	つぶし粥 魚のミルク煮(白身魚・育児 用ミルク・でんぷん) 煮野菜(にんじん・玉ねぎ・か ぶ・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 鶏肉と野菜のミルク煮(鶏ささみ肉・育児 用ミルク・にんじん・でんぷん) かぶと玉ねぎの汁物 (かぶ・たまねぎ・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 生揚げのケチャップ炒め (調味料1/3、生揚げ外側除く、ベー コンケチャップ少量、ソース抜く) かぶと玉ねぎのみそ汁(だし汁で 3倍に薄める)	軟飯 生揚げのケチャップ炒め (調味料1/2、生揚げ外側除く、ベー コン・ケチャップ・ソース少量) かぶと玉ねぎのみそ汁(だし汁で2 倍に薄める)
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク にんじん粥 (米・にんじん)	育児用ミルク 豚肉とごぼうのごはんのかた粥 (調味料1/3量、ごぼうぬく)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 豚肉とごぼうのごはんの軟飯 (調味料1/2量)
30 ・ 火	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト
	昼食	つぶし粥 煮魚 (白身魚・だし汁・でんぷん) 煮野菜(キャベツ葉先・にん じん・大根・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ かじきと野菜の煮物 (かじき・だし汁・でんぷん) 煮野菜(キャベツ・にんじん・だし汁・でんぷ ん) わかめと大根の汁物 (わかめ(よく洗う・大根・だし汁)) 育児用ミルク	かた粥 魚のフィッシュチップス (調味料1/3量、適宜煮返す) ゆで野菜(調味料1/3量) わかめと大根のスープ (だし汁で3倍に薄める、わかめよく 洗う、しょうが風味程度、たけのこ抜 く)	軟飯 魚のフィッシュチップス (調味料1/2量) ゆで野菜(調味料1/2量) わかめと大根のスープ (だし汁で2倍に薄める、わかめよく洗 う、しょうが風味程度)
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク パン粥 (パン・育児用ミルク・にんじん)	育児用ミルク にんじんジャムサンド (調味料1/3量)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 にんじんジャムサンド (調味料1/2量)
31 ・ 水	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト
	昼食	つぶし粥 豆腐のだし煮(豆腐・だし 汁・でんぷん) 煮野菜(にんじん・キャベツ 葉先・小松菜葉先・だし汁・で んぷん) 育児用ミルク	おかゆ 豆腐と野菜の煮物 (豆腐・だし汁・こまつな・でんぷん) キャベツと人参のスープ (キャベツ・にんじん・だし汁) 育児用ミルク	かた粥(すりごま入り) 豆腐の野菜あん(調味料1/3量、 もやし細かく刻む、たけのこ抜く) 春雨スープ(だし汁で3倍に薄め る、春雨軟らかく、ハム少量)	軟飯(すりごま入り) 豆腐の野菜あん(調味料1/2量、も やし細かく刻む) 春雨スープ(だし汁で2倍に薄める、 春雨軟らかく、ハム少量)
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク 煮そうめん (そうめん(よく洗う)・玉ねぎ・だし汁)	育児用ミルク 温そうめん (調味料1/3量、そうめんよく洗う)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 温そうめん (調味料1/2量、そうめんよく洗う)
お誕生会	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト
	昼食	つぶし粥 煮魚 (白身魚・だし汁・でんぷん) 煮野菜 (にんじん・キャベツ葉先・ほう れん草葉先・だし汁・でんぷ ん) 育児用ミルク	おかゆ(かつお節(粉状)入り) 鶏肉の煮物(鶏ささみ肉・だし汁・でんぷ ん) 煮野菜(キャベツ・にんじん・だし汁・でんぷ ん) 麩とほうれん草の汁物 (麩・ほうれん草・だし汁) 育児用ミルク	しょっぺめしのかた粥 (かつお節粉状、油揚げ抜く) 鶏ささみ肉のピカタ (調味料1/3量、卵1/2量まで、ケ チャップ少量、ソース抜く) コールスロー (調味料半量、ごまよくする) 麩とほうれん草のすまし汁 (だし汁で3倍に薄める)	しょっぺめしの軟飯 (かつお節粉状、油揚げ細かく刻む) 鶏ささみ肉のピカタ(調味料1/2量、 卵2/3量まで、ケチャップ・ソース少量) コールスロー (調味料半量、ごまよくする) 麩とほうれん草のすまし汁 (だし汁で2倍に薄める)
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク にんじん粥(米・にんじん)	育児用ミルク にんじん粥(米・にんじん)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 ボンボンドーナッツ

