

# 平成 30年度 3月 離乳食献立表 (NO1)

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
1・金	<h2 style="font-size: 2em;">リクエスト 献立</h2> <p>各園で献立内容が違います。詳しくは園の掲示板等をご覧ください。</p> 			
2・土	朝おやつ 育児用ミルク 昼食 つぶし粥 煮魚 (白身魚・だし汁・でんぷん) 煮野菜 (こまつな葉先・にんじん・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	育児用ミルク お粥 魚と野菜の煮物 (かじき・小松菜・だし汁・でんぷん) 麩とにんじんの汁物 (麩・にんじん・だし汁) 育児用ミルク	育児用ミルク又は牛乳 かた粥 魚の角煮 (調味料1/3、しょうが少量) もやしと小松菜のけずりぶし和え (調味料1/3量、もやし細かく刻む、けずりぶし粉状) 麩とわかめのみそ汁 (だし汁で3倍に薄める)	育児用ミルク又は牛乳 軟飯 魚の角煮 (調味料半量、しょうが少量) もやしと小松菜のけずりぶし和え (調味料半量、もやし細かく刻む、けずりぶし粉状) 麩とわかめのみそ汁 (だし汁で2倍に薄める)
4・月	朝おやつ 育児用ミルク 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 (じゃがいも・キャベツ・玉ねぎ・でんぷん) 育児用ミルク おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト お粥 凍り豆腐と野菜の煮物 (凍り豆腐・ピーマン・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	育児用ミルク・ヨーグルト かた粥 豚肉のさっぱり炒め (調味料1/3量、にんにくしょうが少量) じゃがいもとキャベツのみそ汁 (だし汁で3倍に薄める)	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳 軟飯 豚肉のさっぱり炒め (調味料半量、にんにくしょうが少量) じゃがいもとキャベツのみそ汁 (だし汁で2倍に薄める)
5・火	朝おやつ 育児用ミルク 昼食 つぶし粥 煮魚 (白身魚・だし汁・でんぷん) 煮野菜 (大根・きゅうり・にんじん・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト お粥 鶏肉のだし煮 (鶏ささみ肉・だし汁・でんぷん) 煮野菜 (大根・きゅうり・だし汁・でんぷん) にんじんとわかめの汁もの (にんじん・わかめよく洗う・だし汁) 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト かた粥 鶏肉のガーリック焼き (調味料1/3量、にんにく少量) 大根のサラダ (調味料1/3量、マヨネーズ少量) わかめスープ (だし汁で3倍に薄める、しょうが少量、わかめよく洗う、たけのこ抜く)	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳 軟飯 鶏肉のガーリック焼き (調味料半量、にんにく少量) 大根のサラダ (調味料半量、マヨネーズ少量) わかめスープ (だし汁で2倍に薄める、しょうが少量、わかめよく洗う)
6・水	朝おやつ 育児用ミルク 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・きゅうり・にんじん・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト 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・きゅうり・だし汁・でんぷん) にんじんの汁物 (にんじん・だし汁) 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト かた粥 魚のみそ煮 (調味料1/3量、しょうが少量、さば→白身魚) キャベツときゅうりのゴマ和え (調味料1/3量、ごまよくする) にんじんともやしのみそ汁 (だし汁で3倍に薄める、もやし細かく刻む)	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳 軟飯 サバのみそ煮 (調味料半量、しょうが少量) キャベツときゅうりのゴマ和え (調味料半量、ごまよくする) にんじんともやしのみそ汁 (だし汁で2倍に薄める、もやし細かく刻む)
7・木	朝おやつ 育児用ミルク 昼食 つぶし粥 豆腐のだし煮 (豆腐・だし汁・でんぷん) 煮野菜 (たまねぎ・にんじん・大根・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト お粥 豆腐と野菜の煮物 (豆腐・たまねぎ・だし汁・でんぷん) 大根とにんじんの汁物 (大根・にんじん・だし汁) 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト かた粥 生揚げのケチャップ炒め (調味料1/3量、生揚げ外側除く、ベーコン・ケチャップ少量、ソース抜く) 里芋と大根のみそ汁 (だし汁で3倍に薄める)	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳 軟飯 生揚げのケチャップ炒め (調味料半量、生揚げ外側除く、ベーコン・ケチャップ・ソース少量) 里芋と大根のみそ汁 (だし汁で2倍に薄める)
8・金	朝おやつ 育児用ミルク 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・はくさい・ほうれん草葉先・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト お粥 魚と野菜の煮物 (白身魚・白菜・だし汁・でんぷん) にんじんとほうれん草の汁物 (にんじん・ほうれん草・だし汁) 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト かた粥 すき焼き風煮 (調味料1/3量、しらたき抜く) 油揚げとほうれん草のみそ汁 (調味料1/3量、油揚げ抜く)	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳 軟飯 すき焼き風煮 (調味料半量、しらたき細かく刻む) 油揚げとほうれん草のみそ汁 (調味料半量、油揚げ細かく刻む)

9 ・ 土	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク又は牛乳	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 (こまつな葉先・にんじん・じゃがいも・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	お粥 魚と野菜の煮物(白身魚・たまねぎ・だし汁・でんぷん) じゃがいもとおおなの汁物(じゃがいも・こまつな・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 豚肉のしょうが炒め(調味料1/3量、しょうが少量) じゃがいもとおおなのスープ(だし汁で3倍に薄める)	軟飯 豚肉のしょうが炒め(調味料半量、しょうが少量) じゃがいもとおおなの汁物(だし汁で2倍に薄める)
11 ・ 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・たまねぎ・こまつな葉先・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・にんじん・だし汁・でんぷん) おおなと玉ねぎの汁物(こまつな・たまねぎ・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 じゃがいもとこんにやくのそぼろ煮(調味料1/3量、つきこんにやく、グリンピース薄皮除く) おおなともやしのスープ(だし汁で3倍に薄める、もやし細かく刻む)	軟飯 じゃがいもとこんにやくのそぼろ煮(調味料半量、つきこんにやく、グリンピース薄皮除く) おおなともやしのスープ(だし汁で2倍に薄める、もやし細かく刻む)
12 ・ 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・ヨーグルト又は牛乳
	昼食	つぶし粥 煮魚 (白身魚・育児用ミルク・でんぷん) 煮野菜 (キャベツ・にんじん・たまねぎ・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	お粥 鶏肉のミルク煮(鶏ささみ肉・育児用ミルク・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・たまねぎ・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量、にんにくしょうがケチャップ少量、カレー粉パプリカ抜く) キャベツとコーンのソテー(調味料1/3量、コーン抜く) わかめスープ(だし汁で3倍に薄める)	軟飯 タンドリーチキン(調味料半量、にんにくしょうがカレー粉ケチャップ少量) キャベツとコーンのソテー(調味料半量、コーン細かく刻む) わかめスープ(だし汁で2倍に薄める)
13 ・ 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 (ブロッコリー穂先のみ・白菜・たまねぎ・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	お粥 鮭の煮物(鮭・だし汁・でんぷん) 煮野菜(ブロッコリー・だし汁・でんぷん) 白菜と玉ねぎの汁物(白菜・たまねぎ・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 鮭のマヨネーズ焼き(調味料1/3量、マヨネーズ少量) ゆで野菜(調味料1/3量) 白菜とえのきの汁物(だし汁で3倍に薄める、エノキ細かく刻む)	軟飯 鮭のマヨネーズ焼き(調味料半量、マヨネーズ少量) ゆで野菜(調味料半量) 白菜とえのきの汁物(だし汁で2倍に薄める、エノキ細かく刻む)
14 ・ 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・ヨーグルト又は牛乳
	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 (じゃがいも・にんじん・こまつな葉先・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	お粥(青のり入り) 大豆と野菜の煮物(大豆(皮を除き刻む)・にんじん・だし汁・でんぷん) じゃがいもと小松菜の汁物(じゃがいも・こまつな・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 ふりかけ(ごまよくする、さくらえび粉状) 五目豆(調味料少量、大豆皮を除き刻む、ごぼう抜く) じゃがいもと小松菜のみそ汁(だし汁で3倍に薄める)	軟飯 ふりかけ(ごまよくする) 五目豆(調味料半量、大豆皮を除き刻む) 油揚げとじゃがいものみそ汁(だし汁で2倍に薄める)
15 ・ 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・ヨーグルト又は牛乳
	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・たまねぎ・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	お粥 豆腐と野菜の煮物 (豆腐・にんじん・だし汁・でんぷん) 春雨とキャベツの汁物 (春雨・キャベツ・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 マーボー豆腐 (調味料1/3量、にんにくしょうがケチャップ少量、パプリカ抜く) 春雨スープ(だし汁で3倍に薄める、もやし細かく刻む)	軟飯 マーボー豆腐 (調味料半量、にんにくしょうがケチャップ少量) 春雨スープ(だし汁で2倍に薄める、もやし細かく刻む)
16 ・ 土	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク又は牛乳	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・たまねぎ・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・たまねぎ・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 鶏肉のさっぱり煮(調味料1/3量、にんにくしょうが少量) 玉ねぎとわかめのみそ汁(だし汁で3倍に薄める)	軟飯 鶏肉のさっぱり煮(調味料半量、にんにくしょうが少量) 玉ねぎとわかめのみそ汁(だし汁で2倍に薄める)



# 平成 30年度 3月 離乳食献立表 (NO2)

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
18 ・ 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・こまつな 葉先・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・こまつな・だし 汁・でんぷん) じゃがいもと玉ねぎの汁物(じゃがいも・ たまねぎ・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 豚肉とピーマンの炒め物(調味料 1/3量、しょうが少量、もやし細かく刻 む) じゃがいもと玉ねぎのスープ(だ し汁で3倍に薄める)	軟飯 豚肉とピーマンの炒め物(調味料 半量、しょうが少量、もやし細かく刻 む) じゃがいもと玉ねぎのスープ (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 ひじき粥 (米・ひじき)	育児用ミルク ひじきご飯のかた粥 (調味料1/3量、グリーンピース薄皮除 く、コーン抜く)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 ひじきご飯の軟飯 (調味料半量、グリーンピース薄皮除く、 コーン細かく刻む)
19 ・ 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・ヨーグルト又は牛乳
	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・キャベツ・じゃがい も・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	お粥 肉と野菜のミルク煮(鶏むね肉・にんじ ん・だし汁・でんぷん) キャベツとじゃがいもの汁物(キャベツ・ じゃがいも・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 チキンカレー(調味料1/3量、にん にくしょうがケチャップ少量、グリン ピース薄皮除く、ソース抜く) キャベツともやしのスープ(だし 汁で3倍に薄める、もやし細かく刻 む)	軟飯 チキンカレー(調味料半量、にんに くしょうがソースケチャップ少量、グリン ピース薄皮除く) コキャベツともやしのスープ(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 煮マカロニ (マカロニ・たまねぎ・だし汁)	育児用ミルク マカロニみたらし (調味料1/3量)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 マカロニみたらし (調味料半量)
20 ・ 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 (こまつな葉先・たまねぎ・だし 汁・でんぷん) 育児用ミルク	お粥 魚と野菜の煮物(かじき・だし汁・でんぷ ん) 煮野菜(こまつな・だし汁・のり) 豆腐とさやいんげんの汁物(豆腐・さや いんげん・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 魚の香味焼き(調味料1/3量、にん にくしょうが少量、ごまよくなる) こまつなのおひたし(調味料1/3 量) 豆腐とさやいんげんのみそ汁 (だし汁で3倍に薄める)	軟飯 魚の香味焼き(調味料半量、にんに くしょうが少量、ごまよくなる) こまつなのおひたし(調味料半量) 豆腐とさやいんげんのみそ汁(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 パン粥 (パン・かぼちゃうらごし・育児用ミルク)	育児用ミルク かぼちゃジャムサンド (調味料1/3量)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 かぼちゃジャムサンド (調味料半量)
21 ・ 木	 <h2 style="text-align: center;">春 分 の 日</h2>			
22 ・ 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(大根・にんじん・たま ねぎ・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・大根・だし汁・で んぷん) にんじんとたまねぎの汁物(にんじん・た まねぎ・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 豚肉と大根のうま煮(調味料1/3 量、しょうが少量、つきこんにやく抜 く) かきたま汁(調味料1/3量、卵1/3 量まで)	軟飯 豚肉と大根のうま煮(調味料半量、 しょうが少量、つきこんにやく抜く) かきたま汁(調味料半量、卵2/3量ま で)
	おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク こまつな粥(米・こまつな)	育児用ミルク 骨太ごはんのかた粥(調味料1/3 量、さくらえび・ちりめんじゃこ粉状)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 骨太ごはんの軟飯(調味料半量、さ くらえび・ちりめんじゃこ粉状)
23 ・ 土	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク又は牛乳	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(こまつな葉先・にん じん・じゃがいも・だし汁・でん ぷん) 育児用ミルク	お粥 魚と野菜の煮物(白身魚・じゃがいも・だし 汁・でんぷん) こまつなと人参の汁物(こまつな・にんじ ん・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 肉じゃが(調味料1/3量、しらたき抜 く、グリーンピース薄皮除く) こまつなとえのきのすまし汁(だ し汁で3倍に薄める、エノキ細かく刻 む)	軟飯 肉じゃが(調味料半量、しらたき細 かく刻む、グリーンピース薄皮除く) こまつなとえのきのすまし汁(だし 汁で2倍に薄める、エノキ細かく刻む)
25 ・ 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・ヨーグルト又は牛乳
	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(にんじん・キャベツ・ 大根・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	お粥 凍り豆腐と野菜の煮物(凍り豆腐・にんじ ん・だし汁・でんぷん) キャベツと大根の汁物(キャベツ・大根・ だし汁) 育児用ミルク	かた粥 凍り豆腐とごぼうの炒め煮(調味 料1/3量、ごぼう抜く) キャベツと大根のみそ汁(だし汁 で3倍に薄める)	軟飯 凍り豆腐とごぼうの炒め煮(調味 料半量) キャベツと大根のみそ汁(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 のり粥 (米・のり)	育児用ミルク 鶏そぼろご飯のかた粥 (調味料1/3量)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 鶏そぼろご飯の軟飯 (調味料半量)

26 ・ 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・ヨーグルト又は牛乳
	昼食	つぶし粥(青のり入り) 豆腐のミルク煮(豆腐・育児用ミルク・でんぷん) 煮野菜(かぶ・こまつな葉先・じゃがいも・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	お粥(青のり入り) 豆腐と野菜のミルク煮(豆腐・じゃがいも・だし汁・でんぷん) かぶとあおなの汁物(かぶ・こまつな・だし汁) 育児用ミルク	かた粥(ふりかけ) (けずりぶし粉状、ごまよくする) じゃがいもと生揚げの煮物(調味料1/3量、生揚げ外側除く、グリーンピース薄皮除く、つきこんにやく抜く) かぶとあおなのすまし汁(だし汁で3倍に薄める)	軟飯(ふりかけ) (けずりぶし粉状、ごまよくする) じゃがいもと生揚げの煮物(調味料半量、生揚げ外側除く、グリーンピース薄皮除く、つきこんにやく抜く) かぶとあおなのすまし汁(だし汁で2倍に薄める)
27 ・ 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(こまつな葉先・たまねぎ・にんじん・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	お粥 鶏肉の煮物(鶏ささみ肉・だし汁・でんぷん) 煮野菜(こまつな・だし汁・でんぷん) 玉ねぎと人参の汁物(玉ねぎ・にんじん・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 鶏肉のママレード焼き(調味料1/3量、にんにく少量) こまつなともやしのけずりぶし和え(調味料1/3量、けずりぶし粉状、もやし細かく刻む) たまねぎとにんじんのスープ(だし汁で3倍に薄める)	軟飯 鶏肉のママレード焼き(調味料半量、にんにく少量) こまつなともやしのけずりぶし和え(調味料半量、けずりぶし粉状、もやし細かく刻む) たまねぎとにんじんのスープ(だし汁で2倍に薄める)
28 ・ 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(ほうれん草葉先・じゃがいも・にんじん・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	お粥 煮魚(白身魚・だし汁・でんぷん) 煮野菜(ほうれん草・だし汁・でんぷん) にんじんの汁物(にんじん・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 メルルーサの変わりパン粉焼き(調味料1/3量、マヨネーズ少量) あおなとしめじのソテー(調味料1/3量、しめじ細かく刻む) にんじんともやしのすまし汁(だし汁で3倍に薄める、ハム少量、もやし細かく刻む)	軟飯 メルルーサの変わりパン粉焼き(調味料半量、マヨネーズ少量) あおなとしめじのソテー(調味料半量、しめじ細かく刻む) にんじんともやしのすまし汁(だし汁で2倍に薄める、ハム少量、もやし細かく刻む)
29 ・ 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・ヨーグルト又は牛乳
	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(白菜・たまねぎ・にんじん・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	お粥 魚と野菜のミルク煮(白身魚・こまつな・育児用ミルク・でんぷん) 白菜の汁物(白菜・たまねぎ・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) 白菜のスープ(だし汁で3倍に薄める) 育児用ミルク	軟飯 豚肉のみそ炒め(調味料半量) 白菜のスープ(だし汁で2倍に薄める) 小倉蒸しパン
30 ・ 土	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク又は牛乳	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・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・じゃがいも・だし汁・でんぷん) 麩と人参の汁物(麩・にんじん・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、グリーンピース薄皮除く、しらたき抜く) 麩とわかめのみそ汁(だし汁で3倍に薄める)	軟飯 ツナと野菜の煮物(調味料半量、グリーンピース薄皮除く、しらたき細かく刻む) 麩とわかめのみそ汁(だし汁で2倍に薄める)
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・ヨーグルト又は牛乳
	昼食	つぶし粥(のり入り) 煮魚(白身魚・だし汁・でんぷん) 煮野菜(キャベツ・にんじん・たまねぎ・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	お粥(のり入り) 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) にんじんの汁物(にんじん・だし汁) 育児用ミルク	五目ずしのかた粥(調味料1/3量、油揚げ抜く、卵1/3量まで) 魚のから揚げ(調味料1/3量、しょうが少量、適宜煮す) キャベツのけずりぶし和え(調味料1/3量、けずりぶし粉状) はんぺんと長ネギのすまし汁(だし汁で3倍に薄める、はんぺん抜く)	五目ずしのかた粥(調味料半量、油揚げ細かく刻むもしくは抜く、卵2/3量まで) 魚のから揚げ(調味料1/2量、しょうが少量) キャベツのけずりぶし和え(調味料半量、けずりぶし粉状) はんぺんと長ネギのすまし汁(だし汁で2倍に薄める)
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・ヨーグルト又は牛乳
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク 煮スパゲティ(スパゲティ・玉ねぎ・だし汁・トマトピューレ)	育児用ミルク スパゲティミートソース(調味料1/3量、ケチャップ少量)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 スパゲティミートソース(調味料半量、ケチャップ少量)

