

平成 30年度 10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・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・でんぶ ん) 煮野菜(じゃがいも・さ やいんげん・キャベツ・だし 汁・でんぶん) 育児用ミルク	おかゆ 魚と野菜の煮物 (白身魚・さやいんげん・だし汁・でんぶん) じゃがいもとキャベツの汁物 (ジャガイモ・キャベツ・だし汁)	かた粥 豚肉のケチャップ煮 (調味料1/3量、ケチャップ少量) じゃがいもとキャベツのみそ汁 (だし汁で3倍に薄める)	軟飯 豚肉のケチャップ煮 (調味料1/2量、ケチャップ少量) じゃがいもとキャベツのみそ汁(だ し汁で2倍に薄める)
2・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・でんぶ ん) 煮野菜(人参・玉ねぎ・小松 菜葉先・だし汁・でんぶん) 育児用ミルク	おかゆ 鶏肉と野菜の煮物(鶏ささみ肉・にんじ ん・だし汁・でんぶん) 煮野菜(キャベツ・だし汁・でんぶん) 麩と小松菜の汁物(麩・小松菜・だし汁)	かた粥 松風焼き(調味料1/3、生姜風味程 度、ゴマよくする、適宜煮返す) 湯通しキャベツ(調味料1/3量) 麩とえのきだけの澄まし汁(だし汁 で3倍に薄める、えのき細かく刻む)	軟飯 松風焼き(調味料1/2、生姜風味程度、 ゴマよくする、適宜煮返す) 湯通しキャベツ(調味料1/2量) 麩とえのきだけの澄まし汁(だし汁で2 倍に薄める、えのき細かく刻む)
3・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 魚のミルク煮(白身魚・育児 用ミルク・でんぶん) 煮野菜(ほうれん草葉先・大 根・人参・だし汁・でんぶん) 育児用ミルク	お粥 魚のミルク煮 (白身魚・育児用ミルク・でんぶん) 煮野菜(ほうれん草・けずりぶし粉状・だし 汁・でんぶん) 大根と人参の汁物 (大根・にんじん・だし汁)	かた粥 メルルーサのムニエル(調味料 1/3、適宜煮返す) ほうれん草ともやしのけずりぶし 和え(調味料1/3量、もやし細かく刻 む、けずりぶし粉状) 生揚げと大根のみそ汁(だし汁で 3倍に薄める、生揚げ外側除く)	軟飯 メルルーサのムニエル(調味料 1/2、適宜煮返す) ほうれん草ともやしのけずりぶし 和え(調味料1/2量、もやし細かく刻 む、けずりぶし粉状) 生揚げと大根のみそ汁(だし汁で2 倍に薄める、生揚げ外側除く)
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 豆腐の煮物(豆腐・だし汁・ でんぶん) 煮野菜(にんじん・じゃがい も・たまねぎ・だし汁・でんぶ ん) 育児用ミルク	お粥 豆腐と野菜の煮物 (豆腐・じゃがいも・だし汁・でんぶん) 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)	かた粥 鶏肉の酢豚風(調味料1/3量、た けのこぬく、ケチャップ少量・鶏肉煮 返す) わかめとえのきのみそ汁(だし汁 で3倍に薄める・わかめよく洗う、え のき・油揚げ細かく刻む)	軟飯 鶏肉の酢豚風(調味料1/2量、ケ チャップ少量・鶏肉煮返す) わかめとえのきのみそ汁(だし汁で 2倍に薄める・わかめよく洗う、えのき ・油揚げ細かく刻む)
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・でんぶん) 煮野菜(玉ねぎ・人参・小松 菜葉先・だし汁・でんぶん) 育児用ミルク	おかゆ 白いんげん豆と野菜のトマト煮(白いん げん豆(皮を除く)・玉ねぎ・だし汁・でんぶ ん・トマトピューレ) にんじんと小松菜の汁物(にんじん・こま つな・だし汁)	かた粥 白いんげん豆のトマト煮(調味料 1/3、インゲン豆薄皮固かったら除 く、ベーコン・ケチャップ少量、ソース 抜く) 豆腐と小松菜のスープ(だし汁で 3倍に薄める)	軟飯 白いんげん豆のトマト煮(調味料 1/2、インゲン豆薄皮固かったら除く、 ベーコン・ケチャップ・ソース少量) 豆腐と小松菜のスープ(だし汁2倍 に薄める)
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・でんぶ ん) 煮野菜(人参・玉ねぎ・小松 菜葉先・だし汁・でんぶん) 育児用ミルク	おかゆ 魚と野菜の煮物 (白身魚・にんじん・だし汁・でんぶん) にんじんと小松菜の汁物 (にんじん・こまつな・だし汁)	かた粥 カレー肉じゃが(調味料1/3、カ レー粉抜く、ケチャップ少量、グリーン ピース薄皮除く) 青菜ともやしのスープ(だし汁で3 倍に薄める、もやし細かく刻む)	軟飯 カレー肉じゃが(調味料1/2、カレ ー粉風味程度、ケチャップ少量、グリン ピース薄皮除く) 青菜ともやしのスープ(だし汁で2倍 に薄める、もやし細かく刻む)
8・月	<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> <div style="border: 1px solid black; width: 80%; height: 60px; margin: 0 auto;"></div>  </div> <h2 style="text-align: center; margin-top: 10px;">体 育 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(人参・ジャガイモ・ 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・じゃがいも・だし汁・でんぷん) キャベツと玉ねぎの汁物 (キャベツ・玉ねぎ・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 いりどり (調味料1/3量、たけのこ・ごぼうめく) キャベツと玉ねぎのみそ汁 (だし汁で3倍に薄める)	軟飯 いりどり (調味料1/2量) キャベツと玉ねぎのみそ汁 (だし汁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1/2量、ひじきよく戻す、カ レー粉抜く・にんにく少量)	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、ひじきよく戻す、カレー粉・ にんにく少量)
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(キャベツ・にんじん・ かぶ・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(キャベツ・だし汁・でんぷん) にんじんとかぶの汁物 (にんじん・かぶ・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 鮭のみそ焼き(調味1/3、煮返す) もやしとキャベツのけずりぶし和 え(調味1/3、もやし細かく刻む、け ずりぶし粉状) かぶとベーコンのスープ(だし汁 で3倍に薄める、ベーコン少量)	軟飯 鮭のみそ焼き(調味1/2、煮返す) もやしとキャベツのけずりぶし和 え(調味1/2、もやし細かく刻む) かぶとベーコンのスープ(だし汁で2 倍に薄める、ベーコン少量)
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク 小松菜粥 (米・小松菜)	育児用ミルク 小松菜かた粥 (米・小松菜)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 小松菜マフィン
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 魚のミルク煮(白身魚・育児 用ミルク・でんぷん) 煮野菜(青梗菜葉先・人参・ たまねぎ・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 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(小松菜・だし汁・でんぷん) 青梗菜と人参の汁物(青梗菜・にんじん・ だし汁) 育児用ミルク	かた粥 鶏肉の香草パン粉焼き (調味料1/3量・にんにく少量) 小松菜と切り干し大根のゴマ和 え(調味料1/3量、ゴマよくする) 青梗菜のスープ(だし汁で3倍に薄 める)	軟飯 鶏肉の香草パン粉焼き (調味料1/2量・にんにく少量) 小松菜と切り干し大根のゴマ和え (調味料1/2量、ゴマよくする) 青梗菜のスープ(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 さつまいも粥 (さつまいも・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、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)
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(きなこ入り) 豆腐のだし煮 (豆腐・だし汁・でんぷん) 煮野菜(人参・玉ねぎ・だし 汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ(きなこ入り) 豆腐と野菜の煮物 (豆腐・にんじん・だし汁・でんぷん) 春雨と玉ねぎの汁物(春雨(軟らかく)・玉 ねぎ・だし汁) 育児用ミルク	かた粥(きなこ入り) マーボー豆腐(調味1/3、にんにく・ 生姜・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・春雨軟らか く、たけのこめく、もやし細かく刻む)	軟飯(きなこ入り) マーボー豆腐(調味料1/2量、にんに く・生姜・ケチャップ少量) 春雨スープ (だし汁で2倍に薄める・春雨軟らかく、 もやし細かく刻む)
	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 ごまごまご飯のかた粥 (調味料1/3量、ゴマよくする)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 ごまごまご飯の軟飯 (調味料1/2量、ゴマよくする)
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(じゃがいも・玉ねぎ・ 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・ピーマン・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 鶏肉のさっぱり炒め(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 鶏肉のさっぱり炒め(調味料1/2 量、にんにく・しょうが少量) じゃがいもとわかめのみそ汁(だ し汁で2倍に薄める、わかめよく洗 う)
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	凍り豆腐の煮物(凍り豆腐・ だし汁・でんぷん) 煮野菜(人参・玉ねぎ・小松 菜葉先・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	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) そうめんとおおなの汁物 (そうめん(よく洗う)・こまつな・だし汁) 育児用ミルク	凍り豆腐とキャベツのみそ炒め (調味料1/3量) そうめんとおおなのすまし汁(だ し汁で3倍に薄める、そうめんよく洗 う)	凍り豆腐とキャベツのみそ炒め (調味料1/2量) そうめんとおおなのすまし汁(だ し汁で2倍に薄める、そうめんよく洗 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 チキンライスのかた粥(調味料 1/3量、グリーンピース薄皮除く)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 チキンライスの軟飯(調味料1/2量、 グリーンピース薄皮除く)
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 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・にんじん・だし汁・でんぷん) わかめと玉ねぎの汁物 (わかめ(よく洗う)・玉ねぎ・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 里芋とこんにやくのそぼろ煮 (調味料1/3量つきこんにやく抜く、グ リンピース薄皮除く) 油揚げとわかめのみそ汁 (だし汁で3倍に薄める、油揚げ抜 く、わかめよく洗う)	軟飯 里芋とこんにやくのそぼろ煮 (調味料1/2量つきこんにやく抜く、グ リンピース薄皮除く) 油揚げとわかめのみそ汁 (だし汁で2倍に薄める、油揚げ細か く刻む、わかめよく洗う)
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク ポテト粥 (じゃがいも・育児用ミルク)	育児用ミルク チーズクラッカー (チーズ抜く、ジャム1/3量)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 チーズクラッカー (チーズ抜く、ジャム1/2量)



平成 30年度 10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
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 魚のミルク煮(白身魚・育児用ミルク・でんぷん) 煮野菜(小松菜葉先・玉ねぎ・にんじん・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 魚と野菜のミルク煮(かじき・育児用ミルク・でんぷん) 煮野菜(小松菜・のり・だし汁・でんぷん) 玉ねぎとにんじんの汁物(たまねぎ・にんじん・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) 小松菜のおひたし(調味料1/3量) 玉ねぎと人参のスープ(だし汁で3倍に薄める)	軟飯 魚のフィッシュチップス(調味料1/2量、適宜煮返す) 小松菜のおひたし(調味料1/2量) 玉ねぎと人参のスープ(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、ひじきよく戻す)	育児用ミルク ひじきご飯のかた粥(調味料1/3量、ひじきよく戻す、油揚げ抜く)	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1/2量、ひじきよく戻す、油揚げ細かく刻む)
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(人参・玉ねぎ・ほうれん草葉先・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ ツナと野菜の煮物(ツナ水煮缶(よく洗う)・だし汁・でんぷん) 煮野菜(キャベツ・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	かた粥 ポテトとツナの厚焼き玉子(調味料1/3量、卵1/3量まで、ツナよく洗う) コールスロー(調味料1/3量、ゴマよくする) 麩とえのきのみそ汁(だし汁で3倍に薄める、えのき細かく刻む)	軟飯 ポテトとツナの厚焼き玉子(調味料1/2量、卵2/3量まで、ツナよく洗う) コールスロー(調味料1/2量、ゴマよくする) 麩とえのきのみそ汁(だし汁で2倍に薄める、えのき細かく刻む)
おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク 小豆パン粥(パン・育児用ミルク・小豆)	育児用ミルク 小豆サンド(調味料1/3量)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 小豆サンド(調味料1/2量)
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 煮魚(白身魚・だし汁・でんぷん) 煮野菜(かぶ・キャベツ・にんじん・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 鶏肉と野菜の煮物(鶏むね肉・にんじん・だし汁・でんぷん) かぶとキャベツの汁物(かぶ・キャベツ・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 クリームシチュー(調味料1/3量、グリーンピース薄皮除く) かぶとキャベツのサラダ(だし汁で3倍に薄める、みかん缶水洗い)	軟飯 クリームシチュー(調味料1/2量、グリーンピース薄皮除く) かぶとキャベツのサラダ(だし汁で2倍に薄める、みかん缶水洗い)
おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク 煮うどん(干めん(よく洗う)・ほうれん草・だし汁)	育児用ミルク きつねうどん(調味料1/3量、油揚げ抜く、干めんよく洗う)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 きつねうどん(調味料1/2量、油揚げ細かく刻む、干めんよく洗う)
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(なす(皮をむく)・じゃがいも・玉ねぎ・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・なす(皮をむく)・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 豚肉と野菜のみそ炒め(調味料1/3量・にんにく少量) 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 豚肉と野菜のみそ炒め(調味料1/2量・にんにく少量) じゃがいもと玉ねぎのスープ(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(大根・じゃがいも・人参・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・大根・だし汁・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) 育児用ミルク	かた粥(ごま(よくする)入り) 豚肉と大根のうま煮(調味1/3、しょうが少量、つきこんにやく抜く) 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(ごま(よくする)入り) 豚肉と大根のうま煮(調味1/2、しょうが少量、つきこんにやく抜く) 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)
おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク 小松菜粥(米、こまつな)	育児用ミルク 骨太ご飯のかた粥(調味1/3、じゃこ・桜えび粉状)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 骨太ご飯の軟飯(調味1/2、じゃこ・桜えび粉状)
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・でんぷん・トマトピューレ) 煮野菜(たまねぎ・じゃがいも・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 魚と野菜のトマト煮(白身魚・じゃがいも・だし汁・でんぷん・トマトピューレ) 春雨と玉ねぎの汁物(春雨(軟らかく)・たまねぎ・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 鶏肉とジャガイモのトマト煮(調味料1/3量、ベーコン・ケチャップ少量、グリーンピース薄皮除く) 春雨とえのきのかきたま汁(だし汁で3倍に薄める、卵1/3量まで、えのき細かく刻む、春雨軟らかく)	軟飯 鶏肉とジャガイモのトマト煮(調味料1/2量、ベーコン・ケチャップ少量、グリーンピース薄皮除く) 春雨とえのきのかきたま汁(だし汁で2倍に薄める、卵2/3量まで、えのき細かく刻む、春雨軟らかく)
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 豚肉とごぼうのご飯のかた粥(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 豚肉とごぼうのご飯の軟飯(調味料1/2量)
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 煮魚(白身魚・だし汁・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) 豆腐とにんじんの汁物(豆腐・にんじん・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 ぶりの照り焼き(調味料1/3量、適宜煮返す) キャベツときゅうりの塩もみ(調味料1/3量、ごまよくする) 豆腐ともやしのみそ汁(だし汁で3倍に薄める、もやし細かく刻む)	軟飯 ぶりの照り焼き(調味料1/2量、適宜煮返す) キャベツときゅうりの塩もみ(調味料1/2量、ごまよくする) 豆腐ともやしのみそ汁(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 煮マカロニ(マカロニ・玉ねぎ・だし汁)	育児用ミルク マカロニミートソース(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 マカロニミートソース(調味料1/2量・ケチャップ少量)



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 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・白菜葉先・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 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・人参・だし汁・でんぷん) 白菜と玉ねぎの汁物(白菜・玉ねぎ・だし汁)	かた粥 豚ニラつくねの甘酢あんかけ(調味料1/3量・ごまよくする) ゆで野菜(調味料1/3量) 白菜とベーコンのスープ(だし汁で3倍に薄める、ベーコン少量)	軟飯 豚ニラつくねの甘酢あんかけ(調味料1/2量・ごまよくする) ゆで野菜(調味料1/2量) 白菜とベーコンのスープ(だし汁で2倍に薄める、ベーコン少量)
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク 青のり粥(米・青のり)	育児用ミルク ゴマと青のりのご飯のかた粥(調味料1/3量、ゴマよくする)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 ゴマと青のりのご飯の軟飯(調味料1/2量、ゴマよくする)
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 豆腐のだし煮(豆腐・だし汁・でんぷん) 煮野菜(人参・白菜葉先・大根・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・玉ねぎ・だし汁・でんぷん) にんじんと大根の汁物(にんじん・大根・だし汁)	かた粥 生揚げと白菜のみそ炒め(調味料1/3量、生揚げ外側除く) 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、たけのこ抜く、しょうが少量)	軟飯 生揚げと白菜のみそ炒め(調味料1/2量、生揚げ外側除く) 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、しょうが少量)
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク さつまいも粥(さつまいも・育児用ミルク)	育児用ミルク ふかしいも(調味料1/3量)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 ふかしいも(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・たまねぎ・じゃがいも・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・じゃがいも・だし汁・でんぷん) 玉ねぎと人参の汁物(たまねぎ・にんじん・だし汁)	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、しらたきぬく) 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)	軟飯 ツナと野菜の煮物(調味料1/2量、グリーンピース薄皮除く、しらたきぬく) 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)
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 煮魚(白身魚・だし汁・でんぷん) 煮野菜(ほうれん草葉先・さつまいも・にんじん・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・ほうれん草・だし汁・でんぷん) 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)	かた粥 豚肉とほうれん草の炒めもの(調味料1/3量、しょうが少量、春雨軟らかく、タケノコ抜く、もやし細かく刻む) サツマイモと長ネギのみそ汁(だし汁で3倍に薄める)	軟飯 豚肉とほうれん草の炒めもの(調味料1/2量、しょうが少量、春雨軟らかく、もやし細かく刻む) サツマイモと長ネギのみそ汁(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 煮うどん(干めん(よく洗う)・玉ねぎ・だし汁)	育児用ミルク 磯うどん(調味1/3、わかめ・干めんよく洗う)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 磯うどん(調味1/2、わかめ・干めんよく洗う)
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 魚のミルク煮(白身魚・育児用ミルク・でんぷん) 煮野菜(ほうれん草葉先、白菜葉先、玉ねぎ・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 鶏肉と野菜の煮物(鶏ささみ肉・育児用ミルク・でんぷん) 煮野菜(ほうれん草・白菜・だし汁・でんぷん) 玉ねぎとわかめの汁物(玉ねぎ・わかめ(よく洗う)・だし汁)	かた粥 鶏ささみのピカタ(調味1/3、卵1/3量まで、ケチャップ少量、ソース抜く) もやしと白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) 玉ねぎとわかめのみそ汁(だし汁で3倍に薄める、わかめよく洗う、油揚げ抜く)	軟飯 鶏ささみのピカタ(調味1/2、卵2/3量まで、ケチャップ・ソース少量) もやしと白菜のけずりぶし和え(調味料1/2量、もやし細かく刻む、けずりぶし粉状) 玉ねぎとわかめのみそ汁(だし汁で2倍に薄める、わかめよく洗う、油揚げ細かく刻む)
	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 ジャム付きパン(ジャム1/3量)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 ジャム付きパン(ジャム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 煮魚(白身魚・だし汁・でんぷん) 煮野菜(じゃがいも・キャベツ・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(じゃがいも・だし汁・でんぷん) キャベツと玉ねぎの汁物(キャベツ・玉ねぎ・だし汁)	かた粥 魚のカレー煮(調味料1/3量、しょうが少量、カレー粉抜く) こふきいも(調味料1/3量) 野菜スープ(だし汁で3倍に薄める、もやし細かく刻む)	軟飯 魚のカレー煮(調味料1/2量、しょうが少量、カレー粉少量) こふきいも(調味料1/2量) 野菜スープ(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 にんじん粥(米・にんじん)	育児用ミルク こぎつねご飯のかた粥(調味料1/3量、しょうが少量、油揚げ抜く)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 こぎつねご飯の軟飯(調味料1/2量、しょうが少量、油揚げ細かく刻む)
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(にんじん入り) 煮魚(白身魚・だし汁・でんぷん) 煮野菜(人参・キャベツ・大根・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ(にんじん入り) 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) 玉ねぎと大根の汁物(玉ねぎ・大根・だし汁)	中華風炊き込みご飯のかた粥(調味料1/3量、たけのこぬく) 鶏肉のから揚げ(調味料1/3量、しょうが少量、適宜煮返す) 湯通しキャベツ(調味料1/3量) 玉ねぎと大根のみそ汁(だし汁で3倍に薄める、油揚げ抜く)	中華風炊き込みご飯のかた粥(調味料1/2量) 鶏肉のから揚げ(調味料1/2量、しょうが少量、適宜煮返す) 湯通しキャベツ(調味料1/2量) 玉ねぎと大根のみそ汁(だし汁で2倍に薄める、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・小松菜・だし汁) みかん(加熱する)	育児用ミルク 煮うどん(干めん・小松菜・だし汁) みかん	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 カルシュームクッキーパー みかん

