

平成30年度 7月 離乳食献立表 (N01)

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
2 ・ 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	育児用ミルク又は牛乳・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・小松菜葉先・ 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・小松菜・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) 育児用ミルク	かた粥 豚肉と小松菜の炒め物(調味料 1/3量、卵1/3量まで、もやし細かく 刻む、たけのこ抜く) じゃがいもと玉ねぎのみそ汁 (だし汁で3倍に薄める、わかめよく 洗う)	軟飯 豚肉と小松菜の炒め物(調味料1/2 量、卵2/3量まで、もやし細かく刻む) じゃがいもと玉ねぎのみそ汁 (だし汁で2倍に薄める、わかめよく洗 う)
	育児用ミルク	育児用ミルク たまねぎ粥 (米・たまねぎ)	育児用ミルク ウィンナーピラフのかた粥(調味 料1/3、ウィンナ少量、コーンぬく)	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(調味料 1/2、ウィンナ少量、コーン細かく刻む)
3 ・ 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	育児用ミルク又は牛乳・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・人参 小松菜葉先・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・だし汁・でんぷん) 小松菜と人参の汁物(小松菜・人参・だし 汁) 育児用ミルク	かた粥 松風焼き(調味料1/3量、しょうが風 味程度、ゴマよくする) 湯通しキャベツ(調味料1/3量) 小松菜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 松風焼き(調味料1/2量、しょうが風 味程度、ゴマよくする) 湯通しキャベツ(調味料1/2量) 小松菜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)
	育児用ミルク	育児用ミルク 煮マカロニ (マカロニ・人参・トマトピューレ・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)
4 ・ 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	育児用ミルク又は牛乳・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・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(小松菜・だし汁・でんぷん) 豆腐とキャベツの汁もの(豆腐・キャベ ツ・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 鮭の照り焼き (調味料1/3量、適宜煮返す) 小松菜ともやしのけずりぶし和 え(調味料1/3量、削り節粉状、もやし 細かく刻む) 豆腐とキャベツのみそ汁(だし汁 で3倍に薄める)	軟飯 鮭の照り焼き (調味料1/2量、適宜煮返す) 小松菜ともやしのけずりぶし和え (調味料1/2量、削り節粉状、もやし細 かく刻む) 豆腐とキャベツのみそ汁(だし汁で 2倍に薄める)
	育児用ミルク	育児用ミルク ふわふわせんべい	育児用ミルク ふわふわせんべい	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 せんべい トウモロコシ(細かく刻む)
5 ・ 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	育児用ミルク又は牛乳・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・ナス(皮をむく)・玉 ねぎ・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 鶏肉のだし煮 (鶏ささみ・だし汁・でんぷん) 煮野菜(キャベツ・だし汁・でんぷん) ナスと玉ねぎの汁物 (ナス(皮をむく)・玉ねぎ・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 鶏肉の甘辛煮 (調味料1/3量、生姜風味程度) ゆでやさい (調味料1/3量、もやし細かく刻む) ナスと青菜のみそ汁 (だし汁3倍に薄める、ナス皮をむく)	軟飯 鶏肉の甘辛煮 (調味料1/2量、生姜風味程度) ゆでやさい (調味料1/2量、もやし細かく刻む) ナスと青菜のみそ汁 (だし汁2倍に薄める、ナス皮をむく)
	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 キツネご飯のかた粥 (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 キツネご飯の軟飯(調味料1/2量、 油揚げ細かく刻んで少量)
6 ・ 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	育児用ミルク又は牛乳・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(じゃがいも・人参・玉 ねぎ・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・じゃがいも・だし汁・でんぷん) にんじんと玉ねぎの汁物 (人参・玉ねぎ・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 じゃがいもと生揚げのそぼろ煮 (調味料1/3、生揚げ外側除く、グリン ピース薄皮除く) 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 じゃがいもと生揚げのそぼろ煮 (調味料1/2、生揚げ外側除く、グリン ピース薄皮除く) わかめスープ(だし汁で2倍に薄め る、わかめよく洗う)
	育児用ミルク	育児用ミルク パン粥(パン・育児用ミルク・ツナ水煮缶(よ く水洗い))	育児用ミルク ツナサンド(調味料1/3量、ツナ缶 水洗い、マヨネーズ少量)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 ツナサンド(調味料1/2量、ツナ缶水 洗い、マヨネーズ少量)
7 ・ 土	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルクまたは牛乳
	昼食 つぶし粥 煮魚(白身魚・だし汁・でんぷん) 煮野菜(人参・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・人参・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 じゃがいもとこんにゃくのそぼろ 煮(調味料1/3、つきこんぬく) わかめともやしのみそ汁(だし汁 で3倍に薄める、わかめよく洗う、も やし細かく刻む)	軟飯 じゃがいもとこんにゃくのそぼろ煮 (調味料1/2、つきこんぬく) わかめともやしのみそ汁(だし汁で 2倍に薄める、わかめよく洗う、もやし 細かく刻む)



9 ・ 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	育児用ミルク又は牛乳・ヨーグルト
	昼食	つぶし粥 高野豆腐の煮物(高野豆腐・だし汁・でんぷん) 煮野菜(じゃがいも・玉ねぎ・キャベツ葉先・だし汁・でんぷん)	おかゆ 高野豆腐と野菜の煮物(高野豆腐・人参・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)	かた粥(きなこ入り) 鶏肉のさっぱり煮(調味料1/3量、にんにく生姜風味程度) 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(きなこ入り) 鶏肉のさっぱり煮(調味料1/2量、にんにく生姜風味程度) 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 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1/3、ピース薄皮除く・ケチャップ少量)	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1/2、ピース薄皮除く・ケチャップ少量)
10 ・ 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	育児用ミルク又は牛乳・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・青梗菜葉先・人参・だし汁・でんぷん)	おかゆ 鶏肉のだし煮(鶏むね肉・だし汁・でんぷん) 煮野菜(キャベツ・だし汁・でんぷん) 青梗菜と人参の汁物(青梗菜・人参・だし汁)	かた粥 鶏肉のみそマヨーグル焼き(調味料1/3量、マヨネーズ少量) 湯通しキャベツ(調味料1/3量) 青梗菜ともやしの汁物(だし汁で3倍に薄める、もやし細かく刻む)	軟飯 鶏肉のみそマヨーグル焼き(調味料1/2量、マヨネーズ少量) 湯通しキャベツ(調味料1/2量) 青梗菜ともやしの汁物(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 煮スパゲッティ(スパゲッティ・しらす(湯通し)・だし汁)	育児用ミルク しらすスパゲッティ(調味料1/3量、しらす湯通し)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 しらすスパゲッティ(調味料1/2量、しらす湯通し)
11 ・ 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	育児用ミルク又は牛乳・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(トマト・きゅうり・じゃがいも・だし汁・でんぷん)	おかゆ 魚と野菜のミルク煮(白身魚・玉ねぎ・育児用ミルク・でんぷん) 煮野菜(トマト・きゅうり・だし汁・でんぷん)	かた粥 ポークカレー(調味料1/3量、にんにく生姜風味程度、ケチャップ少量、カレー粉・ソース抜く、グリーンピース抜く) トマトのサラダ(調味料1/3量)	軟飯 ポークカレー(調味料1/2量、にんにく生姜風味程度、ケチャップ少量、カレー粉・ソース抜く、グリーンピース抜く) トマトのサラダ(調味料1/2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
12 ・ 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	育児用ミルク又は牛乳・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・じゃがいも・豆腐・だし汁・でんぷん)	おかゆ カジキの煮物(カジキ・だし汁・でんぷん) 煮野菜(小松菜・だし汁・でんぷん) 豆腐の汁物(豆腐・だし汁)	かた粥 魚の和風ステーキ(調味料1/3量、適宜煮返す) 小松菜ともやしのナムル(調味料1/3量、もやし細かく刻む) 豆腐とにらのみそ汁(だし汁で3倍に薄める)	軟飯 魚の和風ステーキ(調味料1/2量、適宜煮返す) 小松菜ともやしのナムル(調味料1/2量、もやし細かく刻む) 豆腐とにらのみそ汁(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 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1/3、適宜煮返す) 枝豆(薄皮を除く)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 フライドポテト(調味1/2、適宜煮返す) 枝豆(薄皮を除く)
13 ・ 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	育児用ミルク又は牛乳・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(ナス(皮をむく)・人参・玉ねぎ・だし汁・でんぷん)	おかゆ 豆腐と野菜の煮物(豆腐・ナス(皮をむく)・だし汁・でんぷん) わかめと人参の汁物(わかめ(よく洗う)・人参・だし汁)	かた粥 マーボーナス(調味料1/3量、ナス皮をむく、生姜風味程度) 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、エノキ細かく刻む)	軟飯 マーボーナス(調味料1/2量、ナス皮をむく、生姜風味程度) 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、エノキ細かく刻む)
	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 みそ焼きライスのかた粥(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 みそ焼きライスの軟飯(調味料1/2量、ゴマよくする)
14 ・ 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(人参・じゃがいも・玉ねぎ・だし汁・でんぷん)	おかゆ 魚と野菜の煮物(白身魚・さやいんげん・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)	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) じゃがいもとわかめのみそ汁(だし汁で3倍に薄める、わかめよく洗う、もやし細かく刻む)	軟飯 豚肉のケチャップ煮(調味料1/2量、ケチャップ少量) じゃがいもとわかめのみそ汁(だし汁で2倍に薄める、わかめよく洗う、もやし細かく刻む)
16 ・ 月	朝おやつ				
	昼食				



海 の 日



平成30年度 7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 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	育児用ミルク又は牛乳・ヨーグルト
	昼食 つぶし粥 高野豆腐の煮物(高野豆腐・だし汁・でんぷん) 煮野菜(人参・玉ねぎ・じゃがいも・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 高野豆腐と野菜の煮物(高野豆腐・玉ねぎ・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 豚肉としらたきの炒め煮(調味料1/3量、しらたきめく) じゃがいもとやしのみそ汁(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 豚肉としらたきの炒め煮(調味料1/2量、しらたきめく) じゃがいもとやしのみそ汁(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 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)
18 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	育児用ミルク又は牛乳・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・人参・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・人参・だし汁・でんぷん) 豆腐とわかめの汁物(豆腐・わかめ(よく洗う)・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 鮭の照り焼き(調味料1/3量) ゆで野菜(調味料1/3量) 豆腐とわかめのすまし汁(だし汁で3倍に薄める、わかめよく洗う)	軟飯 鮭の照り焼き(調味料1/2量) ゆで野菜(調味料1/2量) 豆腐とわかめのすまし汁(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 煮そうめん(そうめん・オクラ(種を除く)・だし汁)	育児用ミルク 冷やしそうめん(調味料1/3量、卵1/3量まで、オクラ種を除く)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 冷やしそうめん(調味料1/2量、卵2/3量まで、オクラ種を除く)
19 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	育児用ミルク又は牛乳・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・かぼちゃ・玉ねぎ・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) かぼちゃと玉ねぎの汁物(かぼちゃ・玉ねぎ・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 鶏肉の変わりパン粉焼き(調味料1/3量、マヨネーズ少量) 小松菜のおひたし(調味料1/3量) かぼちゃと玉ねぎのみそ汁(だし汁で3倍に薄める)	軟飯 鶏肉の変わりパン粉焼き(調味料1/2量、マヨネーズ少量) 小松菜のおひたし(調味料1/2量) かぼちゃと玉ねぎのみそ汁(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 ひじき粥(米・ひじき(よく戻す))	育児用ミルク ひじきライスのかた粥(調味1/3、コーン・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 ひじきライスの軟飯(調味1/2、コーン細かく刻む・グリーンピース薄皮除く)
20 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	育児用ミルク又は牛乳・ヨーグルト
	昼食 つぶし粥 魚のトマト煮(白身魚・トマト水煮缶・だし汁・でんぷん) 煮野菜(かぼちゃ・ナス(皮をむく)・キャベツ葉先・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 魚の野菜のトマト煮(白身魚・トマト水煮缶・玉ねぎ・だし汁・でんぷん) キャベツと人参の汁物(キャベツ・人参・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 鶏肉と夏野菜の煮物(調味料1/3量、ナス皮をむく、ニンニク風味程度) キャベツ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 鶏肉と夏野菜の煮物(調味料1/2量、ナス皮をむく、ニンニク風味程度) キャベツとベーコンのスープ(だし汁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 ふわふわせんべい 	育児用ミルク ジャム付きクラッカー(クラッカー・ジャム少量)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 ジャム付きクラッカー(クラッカー・ジャム少量)
21 土	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルクまたは牛乳
	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・小松菜葉先・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・人参・だし汁・でんぷん) 麩と小松菜の汁物(麩・小松菜・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) 麩とえのきだけのすまし汁(だし汁で3倍に薄める、エノキ細かく刻む)	軟飯 みそ肉じゃが(調味料1/2量、グリーンピース薄皮除く) 麩とえのきだけのすまし汁(だし汁で2倍に薄める、エノキ細かく刻む)
23 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	育児用ミルク又は牛乳・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(ジャガイモ・キャベツ葉先・玉ねぎ・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・人参・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・でんぷん) 育児用ミルク	かた粥 じゃがいもと生揚げのそぼろ煮(調味料1/3量、生揚げ外側除く、グリーンピース薄皮除く) キャベツと玉ねぎのみそ汁(だし汁で3倍に薄める)	軟飯 じゃがいもと生揚げのそぼろ煮(調味料1/2量、生揚げ外側除く、グリーンピース薄皮除く) キャベツと玉ねぎのみそ汁(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(よく水洗い))	育児用ミルク ツナチャーハンのかた粥(調味料1/3量・ツナよく水洗い)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 ツナチャーハンの軟飯(調味料1/2量・ツナよく水洗い)
24 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	育児用ミルク又は牛乳・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(きゅうり・冬瓜・小松菜葉先・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 鶏肉のミルク煮(鶏むね肉・育児用ミルク・でんぷん) 煮野菜(きゅうり・だし汁・でんぷん) 冬瓜と小松菜の汁物(冬瓜・小松菜・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 鶏肉のみそマヨネーズ焼き(調味料1/3量、マヨネーズ少量) きゅうりの香りづけ(調味料1/3量、生姜風味程度、ゴマよくする) 冬瓜のスープ(だし汁で3倍に薄める・生姜風味程度・海老抜く)	軟飯 鶏肉のみそマヨネーズ焼き(調味料1/2量、マヨネーズ少量) きゅうりの香りづけ(調味料1/2量、生姜風味程度、ゴマよくする) 冬瓜のスープ(だし汁で2倍に薄める・生姜風味程度・海老抜く)
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・しらす・(湯通し)だし汁)	育児用ミルク しらすパスタ(調味料1/3量、しらす湯通し)	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、しらす湯通し)

25 ・ 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	育児用ミルク又は牛乳・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・ナス皮をむく・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ カジキの煮物(カジキ・だし汁・でんぷん) 煮野菜(小松菜・けずりぶし粉状・だし汁・でんぷん) 豆腐となすの汁物(豆腐・ナス(皮をむく)・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 魚の和風ステーキ(調味料1/3) もやしと小松菜のけずりぶし和え(調味料1/3、もやし細かく刻む) 豆腐となすのみそ汁(だし汁で3倍に薄める、ナス皮をむく)	軟飯 魚の和風ステーキ(調味料1/2) もやしと小松菜のけずりぶし和え(調味料1/2、もやし細かく刻む) 豆腐となすのみそ汁(だし汁で2倍に薄める、ナス皮をむく)
	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(ジャム少量)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 ジャム付きパン(ジャム少量)
26 ・ 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	育児用ミルク又は牛乳・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(人参・玉ねぎ・キャベツ葉先・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 魚と野菜のミルク煮(白身魚・玉ねぎ・育児用ミルク・でんぷん) 煮野菜(キャベツ・だし汁・でんぷん) 小松菜と人参の汁物(小松菜・人参・だし汁)	かた粥 松風焼き(調味料1/3量、生姜風味程度、ゴマよくする) 湯通しキャベツ(調味料1/3量) 小松菜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 松風焼き(調味料1/2量、生姜風味程度、ゴマよくする) 湯通しキャベツ(調味料1/2量) 小松菜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)
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク ふわふわせんべい すいか(加熱する)	育児用ミルク ふわふわせんべい すいか	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 せんべい すいか
27 ・ 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	育児用ミルク又は牛乳・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(人参・きゅうり・キャベツ葉先・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 魚と野菜のトマト煮(白身魚・玉ねぎ・トマトピューレ・だし汁・でんぷん) 煮野菜(人参・キャベツ・きゅうり・だし汁・でんぷん)	かた粥 白いんげん豆のトマト煮(調味料1/3量、ケチャップ・ベーコン少量、ソース抜く) 春雨サラダ(調味料1/3量、マヨネーズ少量)	軟飯 白いんげん豆のトマト煮(調味料1/2量、ケチャップ・ベーコン・ソース少量) 春雨サラダ(調味料1/2量、マヨネーズ少量)
	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かた粥 (調味料1/2量、ゴマよくする)
28 ・ 土	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルクまたは牛乳
	昼食	つぶし粥 高野豆腐のだし煮(高野豆腐・だし汁・でんぷん) 煮野菜(人参・なす(皮をむく)・じゃがいも・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 高野豆腐と野菜の煮物(高野豆腐・ナス(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・玉ねぎ・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 豚肉となすのみそ炒め(調味料1/3量) じゃがいもともやしのスープ(だし汁で3倍に薄める、もやし細かく刻む)	軟飯 豚肉となすのみそ炒め(調味料1/2量) じゃがいもともやしのスープ(だし汁で2倍に薄める、もやし細かく刻む)
30 ・ 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	育児用ミルク又は牛乳・ヨーグルト
	昼食	つぶし粥 魚のミルク煮(白身魚・だし汁・でんぷん) 煮野菜(じゃがいも・人参・キャベツ葉先・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・人参・育児用ミルク・でんぷん) 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(ごま(よくする)入り) 鶏肉のさっぱり煮(調味料1/3量、ニンニク生姜は風味程度) 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(ごま(よくする)入り) 鶏肉のさっぱり煮(調味料1/2量、ニンニク生姜は風味程度) 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 にんじん粥 (米・人参)	育児用ミルク 豚ニラチャーハンのかた粥 (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 豚ニラチャーハンの軟飯 (調味料1/2量、ゴマよくする)
31 ・ 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	育児用ミルク又は牛乳・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・人参・でんぷん) 育児用ミルク	お粥 カジキと野菜の煮物(カジキ・さやいんげん・だし汁・でんぷん) にんじんとあおなの汁物(人参・小松菜・だし汁)	かた粥 魚と切りこぶの炊き合わせ(調味料1/3量、油揚げ抜く) そうめんと青菜のすまし汁(だし汁で3倍に薄める、そうめんよく洗う)	軟飯 魚と切りこぶの炊き合わせ(調味料1/2量、油揚げ細かく刻む) そうめんと青菜のすまし汁(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 イモ粥 (じゃがいも・育児用ミルク)	育児用ミルク ペイドポテト (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 ペイドポテト (調味料1/2量、適宜煮返す)
お誕生会	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(キャベツ葉先・小松菜葉先・麩・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) 麩と小松菜の汁物(麩・小松菜・だし汁)	ピラフのかた粥(コーン・ピース抜く) 魚のから揚げ(調味料1/3量、適宜煮返す) 湯通しキャベツ(調味料1/3量) 麩と小松菜のみそ汁(だし汁で3倍に薄める)	ピラフの軟飯(コーン・ピース抜く) 魚のから揚げ(調味料1/2量、適宜煮返す) 湯通しキャベツ(調味料1/2量) 麩と小松菜のみそ汁(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・育児用ミルク)	育児用ミルク ピザトースト(調味料1/3量・適宜煮返す、ベーコン少量)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 ピザトースト(調味料1/2量・適宜煮返す、ベーコン少量)

