

平成 30年度 12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 ・ 土	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・ 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) 玉ねぎとじゃがいもの汁物 (じゃがいも・玉ねぎ・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 じゃがいもと豚肉のケチャップ煮 (調味料1/3量、ケチャップ少量、グリン ピース薄皮除く) ニラともやしのみそ汁(だし汁で3 倍に薄める、もやし細かく刻む)	軟飯 じゃがいもと豚肉のケチャップ煮 (調味料1/2量、ケチャップ少量、グリン ピース薄皮除く) ニラともやしのみそ汁(だし汁で2倍 に薄める、もやし細かく刻む)
3 ・ 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・ヨーグルト又は牛乳	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(人参・大根・小松菜 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・玉ねぎ・だし汁・でんぷん) キャベツと大根の汁もの (キャベツ・大根・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) キャベツと大根の汁物 (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) キャベツと大根の汁物 (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1/3、ニンニク少量、カレー粉抜く)	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 1/2、ニンニクカレー粉少量)
4 ・ 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・ヨーグルト又は牛乳	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(キャベツ・人参・小松 菜葉先・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(こまつな・のり・だし汁・でんぷん) わかめとキャベツの汁もの(わかめ(よく 洗う)・キャベツ・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 鶏ささみのピカタ(調味料1/3量、 卵1/3量まで、ケチャップ少量、ソー ス抜く) 小松菜のおひたし(調味料1/3) 豆腐とえのきだけのみそ汁(だし 汁で3倍に薄める・えのきだけ細かく 刻む、わかめよく洗う)	軟飯 鶏ささみのピカタ(調味料1/2量、卵 2/3量まで、ケチャップソース少量) 小松菜のおひたし(調味料1/2) 豆腐とえのきだけのみそ汁(だし汁 で2倍に薄める・えのきだけ細かく刻 む、わかめよく洗う)
	おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク 煮うどん (乾麺・だし汁・人参) 	育児用ミルク 煮うどん (乾麺・だし汁・人参・しょうゆ少量)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 やきそば(調味料1/2量、ソース少 量、もやし細かく刻む)
5 ・ 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・ヨーグルト又は牛乳	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 (キャベツ・白菜・だし汁・でん ぷん) 育児用ミルク	お粥 煮魚(鮭)(鮭・だし汁・でんぷん) 煮野菜(キャベツ・だし汁・でんぷん) 白菜の汁物(はくさい・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 鮭のフライ(調味料1/3量、ケチャッ プ少量、ソース抜く) ゆでやさい(調味料1/3量) 白菜ともやしのみそ汁(だし汁で3 倍に薄める・もやし細かく刻む、油揚 げ抜く)	軟飯 鮭のフライ(調味料1/2量、ケチャッ プ・ソース少量) ゆでやさい(調味料1/2量) 白菜ともやしのみそ汁(だし汁で2倍 に薄める・もやし油揚げ細かく刻む)
	おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク さつまいもとリンゴのミルク煮 (さつまいも・りんご・育児用ミルク)	育児用ミルク さつまいもとリンゴの重ね煮 (調味料1/3量)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 さつまいもとリンゴの重ね煮 (調味料1/2量)
6 ・ 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・ヨーグルト又は牛乳	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(キャベツ・人参・か ぶ・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・じゃがいも・ 育児用ミルク・でんぷん) かぶとキャベツの汁もの (かぶ・キャベツ・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 オーロラシチュー(調味料1/3量、 ケチャップ少量) かぶとキャベツのサラダ(調味料 1/3、みかん缶水洗い・加熱)	軟飯 オーロラシチュー(調味料1/2量、ケ チャップ少量) かぶとキャベツのサラダ(調味料 1/2、みかん缶水洗い・加熱)
	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 シュガートースト(調味料1/3量、シ ナモン抜く、適宜煮返す)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 シュガートースト (調味料1/2量、シナモン少量)
7 ・ 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・ヨーグルト又は牛乳	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(人参・小松菜葉先・ 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・にんじん・だし汁・でんぷん) 大麦麺と小松菜の汁物 (大麦麺(よく洗う)・こまつな・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 五目豆 (調味料1/3、大豆皮を除き刻む、こ んにゃく・ごぼう抜く、昆布軟らかく) 大麦麺と小松菜の澄まし汁(だし 汁で3倍に薄める)	軟飯 五目豆 (調味料1/2、大豆皮を除き刻む、こ んにゃく・昆布軟らかく) 大麦麺と小松菜の澄まし汁(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 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、ケ チャップ少量、グリンピース薄皮除く)	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1/2、ケ チャップ少量、グリンピース薄皮除く)

8 ・ 土	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・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、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 豚肉のさっぱり炒め(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)
10 ・ 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・ヨーグルト又は牛乳	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・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・人参・だし汁・でんぷん) さつまいもの汁物 (さつまいも・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 五目きんぴら(調味料1/3量、ゴボウ・つきこんにやく・ちくわ抜く、ゴマよくする、量が少なくなったら凍り豆腐を加える) さつまいもと長ネぎのみそ汁(だし汁で3倍に薄める)	軟飯 五目きんぴら(調味料1/2量、つきこんにやく抜く、ゴマよくする、ちくわ細かく刻む) さつまいもと長ネぎのみそ汁(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(洗う))	育児用ミルク ツナそばろご飯のかた粥 (調味料1/3量)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 ツナそばろご飯の軟飯 (調味料1/2量)
11 ・ 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・ヨーグルト又は牛乳	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
	昼食	つぶし粥 魚のトマト煮(白身魚・トマトピューレ・だし汁・でんぷん) 煮野菜(キャベツ・人参・玉ねぎ・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 魚のトマト煮 (白身魚・トマトピューレ・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 (人参・玉ねぎ・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 ミートボールのトマトソースかけ(調味料1/3量、ケチャップ少量、ソース抜く) コールスロー (調味料1/3量、ゴマよくする) あおなと玉ねぎのみそ汁(だし汁で3倍に薄める)	軟飯 ミートボールのトマトソースかけ(調味料1/2量、ケチャップ・ソース少量) コールスロー (調味料1/2量、ゴマよくする) 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 煮うどん (乾麺・小松菜・だし汁)	育児用ミルク 煮うどん(乾麺・小松菜・だし汁、しょうゆ少量)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 きなこマフィン
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・ヨーグルト又は牛乳	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(白菜・人参・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 豆腐のだし煮(豆腐・だし汁・でんぷん) 煮野菜(白菜・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 さわらのみそ焼き(調味料1/3量) 白菜ともやしのナムル(調味料1/3量、もやし細かく刻む、ゴマよくする) 豆腐とわかめのみそ汁(だし汁で3倍に薄める、わかめよく洗う)	軟飯 さわらのみそ焼き(調味料1/2量) 白菜ともやしのナムル(調味料1/2量、もやし細かく刻む、ゴマよくする) 豆腐とわかめのみそ汁(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)	育児用ミルク ゴマと青のりのごはんのかた粥 (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 ゴマと青のりのごはんの軟飯 (調味料1/2量、ゴマよくする)
13 ・ 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・ヨーグルト又は牛乳	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・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 (鶏ささみ肉・だし汁・でんぷん) 煮野菜 (ほうれん草・キャベツ・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 鶏肉のママレード焼き(調味料1/3、ニンニク・ママレード少量) ほうれん草とキャベツの削り節和え(調味料1/3量、削り節粉状) 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 鶏肉のママレード焼き(調味料1/2量、ニンニク少量) ほうれん草とキャベツの削り節和え(調味料1/2量、削り節粉状) 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)
	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・人参・だし汁)	育児用ミルク 和風スパゲッティ(調味料1/3量、ベーコン少量、しめじ細かく刻む)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 和風スパゲッティ(調味料1/2量、ベーコン少量、しめじ細かく刻む)
14 ・ 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・ヨーグルト又は牛乳	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
	昼食	つぶし粥(きなこ入り) 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・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ(きなこ入り) 魚と野菜のミルク煮 (白身魚・人参・育児用ミルク・でんぷん) 玉ねぎと春雨の汁物 (玉ねぎ・春雨(軟らかく)・だし汁) 育児用ミルク	かた粥(きなこ入り) マーボー豆腐 (調味料1/3量、ニンニク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、たけのこ抜く)	軟飯(きなこ入り) マーボー豆腐(調味料1/2量、ニンニク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)
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク しらす粥 (米・しらす(湯通し))	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、しらす湯通し)



平成 30年度 12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
15 ・ 土	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・小松菜葉先・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) 麩と小松菜の汁物 (麩・小松菜・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 肉じゃが (調味料1/3量、グリーンピース薄皮除く、しらたきめく) 麩とえのきだけのすまし汁 (だし汁で3倍に薄める、えのきだけ細かく刻む)	軟飯 肉じゃが (調味料1/2量、グリーンピース薄皮除く、しらたき細かく刻む) 麩とえのきだけのすまし汁 (だし汁で2倍に薄める、えのきだけ細かく刻む)
17 ・ 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・ヨーグルト又は牛乳	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
	昼食 煮魚 (白身魚・だし汁・でんぷん) 煮野菜 (ほうれん草葉先・玉ねぎ・にんじん・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	魚と野菜の煮物 (白身魚・ほうれん草・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	豚肉とほうれん草の炒め物 (調味料1/3量、しょうが少量、たけのこ抜く、もやし細かく刻む、卵1/3量まで) 玉ねぎと人参のスープ (だし汁で3倍に薄める)	豚肉とほうれん草の炒め物 (調味料1/2量、しょうが少量、もやし細かく刻む、卵2/3量まで) 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 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)
18 ・ 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・ヨーグルト又は牛乳	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 (キャベツ・白菜・大根・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	お粥 鶏肉のだし煮 (鶏ささみ肉・だし汁・でんぷん) 煮野菜 (キャベツ・だし汁・でんぷん) 白菜と大根の汁物 (白菜・大根・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 鶏肉の甘辛煮 (調味料1/3量、煮返す) 湯通しキャベツ (調味料1/3量) はくさいと大根の味噌汁 (だし汁で3倍に薄める)	軟飯 鶏肉の甘辛煮 (調味料半量) 湯通しキャベツ (調味料半量) はくさいと大根の味噌汁 (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 ベイクドポテト (調味料1/3量)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 ベイクドポテト (調味料半量)
19 ・ 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・ヨーグルト又は牛乳	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 (人参・玉ねぎ・キャベツ・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・大根・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・でんぷん) 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) 生揚げとキャベツの味噌汁 (だし汁で3倍に薄める、生揚げ外側除く)	軟飯 ポテトとツナの厚焼き玉子 (調味料半量、卵2/3量まで) 生揚げとキャベツの味噌汁 (だし汁で2倍に薄める、生揚げ外側除く)
	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 豚にらチャーハンのかた粥 (調味料1/3量、ごまよくする)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 豚にらチャーハンの軟飯 (調味料半量、ごまよくする)
20 ・ 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・ヨーグルト又は牛乳	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 (玉ねぎ・大根・人参・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 煮魚 (白身魚・人参・だし汁・でんぷん) 玉ねぎわかめの汁物 (玉ねぎ・わかめ(よく洗う)・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 ぶりと大根のうま煮 (調味料1/3量、しょうが少量、つきこんにやく抜く) 玉ねぎとわかめの味噌汁 (だし汁で3倍に薄める、わかめよく洗う、油揚げ抜く)	軟飯 ぶりと大根のうま煮 (調味料半量、しょうが少量、つきこんにやく抜く) 玉ねぎとわかめの味噌汁 (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 (乾麺・大根・だし汁)	育児用ミルク 煮うどん (乾麺・大根・だし汁・しょうゆ少量)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 シナモンロール
21 ・ 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・ヨーグルト又は牛乳	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
	昼食 つぶし粥 魚のトマト煮 (白身魚・トマトピューレ・だし汁・でんぷん) 煮野菜 (かぶ・青梗菜葉先・人参・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 大豆のトマト煮 (大豆(皮を除き刻む)・トマトピューレ・だし汁・でんぷん) かぶと青梗菜の汁物 (かぶ・青梗菜・だし汁) 育児用ミルク	かた粥(ごま入り) (ごまよくする) 大豆のトマト煮 (調味料1/3、大豆皮除き刻む、ベーコン少量、ソース抜く) かぶと青梗菜のスープ (だし汁で3倍に薄める)	軟飯(ごま入り) (ごまよくする) 大豆のトマト煮 (調味料半量、大豆皮除き刻む、ベーコン・ソース少量) かぶと青梗菜のスープ (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 煮そうめん (そうめん(よく洗う)・ほうれん草・だし汁)	育児用ミルク 温そうめん (調味料1/3量)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 温そうめん (調味料半量)



22 ・ 土	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(玉ねぎ・人参・じゃがいも・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) じゃがいもとさやいんげんの汁物(じゃがいも・さやいんげん・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、しらたき抜く) じゃがいもとさやいんげんの味噌汁(だし汁で3倍に薄める)	軟飯 豚肉としらたきの炒め煮(調味料半量、しらたき細かく刻む) じゃがいもとさやいんげんの味噌汁(だし汁で2倍に薄める)
24 ・ 月	 <h1 style="font-size: 2em; margin: 0;">天皇誕生日</h1> 				
25 ・ 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・ヨーグルト又は牛乳	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
	昼食	つぶし粥 凍り豆腐のだし煮(凍り豆腐・だし汁・でんぷん) 煮野菜(人参・玉ねぎ・白菜・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ(けずりぶし入り) (けずりぶし粉状) 凍り豆腐と野菜の煮物 (凍り豆腐・白菜・だし汁・でんぷん) 大麦類と人参の汁物 (大麦類(よく洗う)・人参・だし汁) 育児用ミルク	かた粥(けずりぶし入り) (けずりぶし粉状) 凍り豆腐と白菜のみそ炒め (調味料1/3量) 大麦類と長ネギのすまし汁 (だし汁で3倍に薄める)	軟飯(けずりぶし入り) (けずりぶし粉状) 凍り豆腐と白菜のみそ炒め (調味料半量) 大麦類と長ネギのすまし汁 (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 小松菜粥 (米・小松菜)	育児用ミルク 豚肉とごぼうのごはん (調味料1/3量、ごぼう抜く)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 豚肉とごぼうのごはん (調味料半量)
26 ・ 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・ヨーグルト又は牛乳	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(キャベツ・人参・じゃがいも・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・育児用ミルク・でんぷん) 煮野菜(キャベツ・だし汁・でんぷん) じゃがいもと人参の汁物(じゃがいも・人参・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・赤ワイン少量、パプリカ・カレー粉抜く) ゆでやさい(調味料1/3量) じゃがいもとまよしの味噌汁(だし汁で3倍に薄める、もやし細かく刻む)	軟飯 タンドリーチキン(調味料半量、にんにくしょうがケチャップ・赤ワインカレー粉少量) ゆでやさい(調味料半量) じゃがいもとまよしの味噌汁(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 煮うどん (乾麺・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)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 きつねうどん (調味料半量、油揚げ細かく刻む)
27 ・ 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・ヨーグルト又は牛乳	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(じゃがいも・人参・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(じゃがいも・だし汁・でんぷん) 人参とわかめの汁物 (人参・わかめ(よく洗う)・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 魚のごまみそ煮(調味1/3、ごまよくする、生姜少量) 粉ふきいも(調味料1/3量) わかめとえのきのすまし汁(だし汁で3倍に薄める、わかめよく洗う、えのきだけ細かく刻む)	軟飯 魚のごまみそ煮(調味1/2、ごまよくする、生姜少量) 粉ふきいも(調味料1/2量) わかめとえのきのすまし汁(だし汁で2倍に薄める、わかめよく洗う、えのきだけ細かく刻む)
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク 煮マカロニ (マカロニ・きなこ・育児用ミルク)	育児用ミルク マカロニあべかわ(調味料1/3量)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 マカロニあべかわ(調味料半量)
28 ・ 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・ヨーグルト又は牛乳	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(玉ねぎ・キャベツ・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・さやいんげん・だし汁・でんぷん) キャベツと小松菜の汁物(キャベツ・小松菜・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 生揚げのケチャップ煮(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) キャベツと小松菜の味噌汁(だし汁で3倍に薄める)	軟飯 生揚げのケチャップ煮(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) キャベツと小松菜の味噌汁(だし汁で3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 ウィンナーピラフ(調味料1/3量、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(調味料半量、ウィンナー少量、コーン抜くもしくは刻む)
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・ヨーグルト又は牛乳	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・かぶ・ブロッコリー穂先・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(ブロッコリー・だし汁・でんぷん) かぶとにんじんの汁物(かぶ・にんじん・だし汁) 育児用ミルク	ピラフのかた粥 (調味1/3、コーン・グリーンピース抜く) フライドチキン(調味料1/3量、ニンニク少量、パプリカ抜く、煮返す) ゆでやさい(調味料1/3量、マヨネーズ少量) 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)	ピラフの軟飯 (調味1/2、コーン・グリーンピース抜く) フライドチキン(調味料1/2量、ニンニク少量、適宜煮返す) ゆでやさい(調味料1/2量、マヨネーズ少量) 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 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 スパゲッティミートソース(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 スパゲッティミートソース(調味料1/2量、ケチャップ少量)