

# 平成 30年度 1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
4 ・ 金	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク又は牛乳・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(青のり) 煮魚 (白身魚・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	お粥 ツナと野菜の煮物 (ツナ(お湯をかけてから使用)・人参・じゃがいも・だし汁・でんぷん) 麩とわかめの汁物 (麩・わかめよく洗う・玉ねぎ・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、もやし細かく刻む) 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 (調味料半量、グリーンピース薄皮除く、しらたき細かく刻む、もやし細かく刻む) 麩とわかめのみそ汁(だして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)	育児用ミルク又は牛乳 ゴマと青のりのごはんのかた粥 (調味料1/3、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 (調味料半量、ゴマよくする)
5 ・ 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 (じゃがいも・玉ねぎ・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	お粥 魚の煮物 (白身魚・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スープ (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 (調味料半量、にんにく・しょうが少量) じゃがいもとわかめのスープ (だし汁で2倍に薄める、わかめよく洗う)
7 ・ 月	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク又は牛乳・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(きなこ入り) 煮魚 (白身魚・だし汁・でんぷん) 煮野菜(キャベツ・人参・白菜・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	お粥(きなこ入り) 魚と野菜の煮物 (白身魚・人参・だし汁・でんぷん) 白菜とわかめの汁もの (白菜・わかめよく洗う・だし汁) 育児用ミルク	かた粥(きなこ入り) 八宝菜(調味料1/3量、たけのこ抜く、なると抜く) 白菜とわかめの汁もの (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んで少量)	軟飯(きなこ入り) 八宝菜 (調味料半量) 白菜とわかめの汁もの (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んで少量)
	おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク 七草粥 (大根・かぶ・小松菜・だし汁)	育児用ミルク又は牛乳 七草粥(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 七草粥(調味料半量) せんべい
8 ・ 火	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク又は牛乳・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(小松菜葉先のみ・人参・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	お粥 かじきのトロトロ煮 (かじき・だし汁・でんぷん) 煮野菜(小松菜・キャベツ・けずりぶし粉状・だし汁・でんぷん) 人参の汁もの(人参・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、バターごく少量) 小松菜とキャベツのけずり節和え (調味料1/3量、けずりぶし粉状) 人参ともやしのみそ汁(だし汁で3倍に薄める、もやし細かく刻む)	軟飯 魚の和風ステーキ(調味料半量) 小松菜とキャベツのけずり節和え (調味料半量、けずりぶし粉状) 人参ともやしのみそ汁(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)	育児用ミルク又は牛乳 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 (調味料半量)
9 ・ 水	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク又は牛乳・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 (人参・キャベツ・玉ねぎ・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・人参・玉ねぎ・だし汁・でんぷん) 春雨スープ(春雨(軟らかく)・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・生姜少量、パプリカ抜く、ケチャップ少量) 春雨スープ(だし汁で3倍に薄める、春雨(軟らかく)、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・生姜少量、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 パン粥 (パン・育児用ミルク)	育児用ミルク又は牛乳 ゴマトースト (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 ゴマトースト (調味料半量、ゴマよくする)
10 ・ 木	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク又は牛乳・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・玉ねぎ・人参・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	お粥 鶏肉と野菜のミルク煮(チーズ入り) (鶏ささみ肉・きゅうり・人参・育児用ミルク・粉チーズごく少量) 野菜の汁もの(玉ねぎ・キャベツ・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) キャベツときゅうりのごま和え(調味料1/3量、ゴマよくする) かき玉汁(全卵1/3量まで、だし汁で3倍に薄める、わかめよく洗う)	軟飯 鶏肉の香草パン粉焼き(調味料半量、にんにく少量) キャベツときゅうりのごま和え(調味料半量、ゴマよくする) かき玉汁(全卵2/3量まで、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 野菜粥 (米・人参・小松菜・だし汁)	育児用ミルク又は牛乳 鶏肉とごぼうのご飯のかた粥 (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 鶏肉とごぼうのご飯の軟飯 (調味料半量)



11 ・ 金	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク又は牛乳・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 豆腐と人参のだし煮(豆腐・人参・だし汁・でんぷん) 煮野菜(かぶ・小松菜葉先のみ・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	お粥 豆腐と人参の煮物(豆腐・人参・だし汁・でんぷん) かぶの汁もの(かぶ・小松菜・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 生揚げと白菜のみそ炒め(生揚げ外側除く、調味料1/3量) かぶとおおなのスープ(だし汁で3倍に薄める)	軟飯 生揚げと白菜のみそ炒め(生揚げ外側除く、調味料半量) かぶとおおなのスープ(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(小豆・米)	育児用ミルク又は牛乳 おしるこ(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 おしるこ(調味料半量) せんべい
12 ・ 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(じゃがいも・小松菜葉先のみ・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) 野菜の汁もの(人参・じゃがいも・小松菜・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 カレー肉じゃが(グリーンピース薄皮除く・カレー粉除く・調味料1/3量、ケチャップ少量) あおなともやしのスープ(だし汁で3倍に薄める)	軟飯 カレー肉じゃが(グリーンピース薄皮除く・カレー粉風味程度・調味料半量、ケチャップ少量) あおなともやしのスープ(だし汁で2倍に薄める)
14 ・ 月	 <h1 style="display: inline-block; margin: 0 20px;">成人の日</h1>				
15 ・ 火	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク又は牛乳・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 煮魚と野菜のトロトロ煮(白身魚・小松菜(葉先のみ)・だし汁・でんぷん) 煮野菜(人参・大根・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	お粥 魚の野菜煮(白身魚・人参・小松菜・だし汁・でんぷん) 玉ねぎと大根の汁もの(大根・玉ねぎ・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 豚肉とビーフンの炒め物(調味料1/3量、ビーフン(軟らかく)、全卵1/3量まで、しょうが少量、もやし細かく刻む) 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)	軟飯 豚肉とビーフンの炒め物(調味料半量、ビーフン(軟らかく)、全卵2/3量まで、しょうが少量、もやし細かく刻む) 玉ねぎと大根のみそ汁(だし汁で2倍に薄める、油揚げ細かく刻んで少量)
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク 小松菜粥(のり入り)(米・小松菜・のり・だし汁)	育児用ミルク又は牛乳 ふりかけご飯のかた粥(ゴマはよくする、桜エビ粉末状)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 ふりかけご飯の軟飯(ゴマはよくする、桜エビ粉末状)
16 ・ 水	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク又は牛乳・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 魚の磯部煮(白身魚・のり(細かくして一緒に煮る)・だし汁・でんぷん) 野菜の煮物(じゃがいも・人参・玉ねぎ・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	お粥 煮魚(鮭・だし汁・でんぷん) 小松菜磯部煮(小松菜・のり・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・わかめよく洗う・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 鮭のムニエル(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) じゃがいもと人参のスープ(だし汁で3倍に薄める、ハム少量)	軟飯 鮭のムニエル(調味料半量、適宜煮返す) 小松菜のおひたし(調味料半量) じゃがいもと人参のスープ(だし汁で2倍に薄める、ハム少量)
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク 煮うどん(乾麺(よく洗う)・玉ねぎ・だし汁)	育児用ミルク又は牛乳 磯うどん(調味料1/3量、わかめ・乾麺よく洗う)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 磯うどん(調味料半量、わかめ・乾麺よく洗う)
17 ・ 木	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク又は牛乳・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 麩と凍り豆腐のだし煮(焼ふ・凍り豆腐・だし汁・でんぷん) 煮野菜(人参・ほうれん草葉先のみ・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	お粥 凍り豆腐と大豆の煮物(凍り豆腐・大豆(軟らかく茹でて薄皮を除き、刻む)・人参・だし汁・でんぷん) ほうれん草の汁もの(ほうれん草・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 五目豆(調味料1/3量、こんにやく・ごぼう除く、大豆軟らかく茹でて薄皮を除き、刻む、こんぶ軟らかく) 麩とほうれん草のみそ汁(だし汁で3倍に薄める)	軟飯 五目豆(調味料半量、こんにやく除く、大豆軟らかく茹でて薄皮を除き、刻む、ごぼう軟らかく茹でて刻む、こんぶ軟らかく) 麩とほうれん草のみそ汁(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(よく洗う)・ツナ(お湯をかけてから使用)・ほうれん草・だし汁・でんぷん)	育児用ミルク又は牛乳 煮うどん(乾麺(よく洗う)・ツナ(お湯をかけてから使用)・ほうれん草・しょうゆ少量・だし汁)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 ツナとコーンのリングパン
18 ・ 金	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク又は牛乳・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・じゃがいも・キャベツ・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	お粥 鶏ささみと野菜のミルク煮(鶏ささみ肉・じゃがいも・人参・玉ねぎ・育児用ミルク・でんぷん) 煮野菜(キャベツ・きゅうり・人参・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	かた粥 コーンシチュー(調味料1/3量、グリーンピース薄皮を除く、ホールコーン除く) フレンチサラダ(調味料1/3量、みかん缶水洗いし、加熱)	軟飯 コーンシチュー(調味料半量、グリーンピース薄皮を除く、ホールコーン刻む) フレンチサラダ(調味料半量、みかん缶水洗いし、加熱)
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク 人参粥(米・人参・だし汁)	育児用ミルク又は牛乳 卵チャーハンのかた粥(調味料1/3量、全卵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(調味料半量、全卵2/3量まで)

# 平成 30年度 1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
19 ・ 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 (人参・玉ねぎ・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	お粥 かじきと野菜の煮物 (かじき・だし汁・でんぷん) 野菜煮(人参・玉ねぎ・だし汁・でんぷん) わかめの汁もの (わかめよく洗う・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 魚の角煮 (調味料1/3量、しょうが少量) もやしの和え物(調味料1/3量、もやし細かく刻む、けずりぶし粉状) 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 魚の角煮 (調味料半量、しょうが少量) もやしの和え物(調味料半量、もやし細かく刻む、けずりぶし粉状) わかめスープ(だし汁で2倍に薄める、わかめよく洗う)
21 ・ 月	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク又は牛乳・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) 野菜煮(じゃがいも・チンゲン菜(葉先のみ)・人参・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	お粥 魚と大根の煮物 (白身魚・大根・だし汁・でんぷん) 野菜の汁もの (じゃがいも・チンゲン菜・人参・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 豚肉と大根の旨煮 (調味料1/3量、しょうが少量、つきこんにやく除く) じゃがいもとチンゲン菜のスープ (だし汁で3倍に薄める)	軟飯(きなこ入り) 豚肉と大根の旨煮 (調味料半量、しょうが少量、つきこんにやく除く) じゃがいもとチンゲン菜のスープ (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 パン粥(チーズ入り)(食パン・育児用ミルク、粉チーズ(ごく少量))	育児用ミルク又は牛乳 チーズトースト (マヨネーズごく少量、バター少量)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 チーズトースト (マヨネーズごく少量、バター少量)
22 ・ 火	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク又は牛乳・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(小松菜葉先のみ・玉ねぎ・人参・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	お粥 鶏肉のだし煮 (鶏むね肉・だし汁・でんぷん) 煮野菜 (小松菜・玉ねぎ・だし汁・でんぷん) 人参の汁もの(人参・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 鶏肉のみそマヨネール焼き (調味料1/3量、マヨネーズごく少量) 小松菜と切り干し大根のごま和え (調味料1/3量、ゴマよくする) 玉ねぎと人参のスープ (だし汁で3倍に薄める)	軟飯 鶏肉のみそマヨネール焼き (調味料半量、マヨネーズごく少量) 小松菜と切り干し大根のごま和え (調味料半量、ゴマよくする) 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))	育児用ミルク又は牛乳 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(調味料半量、ひじきよく戻す、油揚げ細かく刻んで少量)
23 ・ 水	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク又は牛乳・ヨーグルト	育児用ミルク又は牛乳・ヨーグルト
	昼食 かぼちゃ粥 煮魚(白身魚・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	お粥 魚と野菜の煮物(白身魚・さといも・人参・だし汁・でんぷん) キャベツの汁もの(キャベツ・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、グリーンピース薄皮除く) キャベツと小松菜のみそ汁(だし汁で3倍に薄める)	軟飯 里芋とこんにやくのそぼろ煮(調味料半量、つきこんにやく抜く、グリーンピース薄皮除く) キャベツと小松菜のみそ汁(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 かぼちゃ粥 (米、うらごしかぼちゃ、小松菜)	育児用ミルク又は牛乳 かぼちゃかた粥 (米・うらごしかぼちゃ・小松菜)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 パンプキンマフィン
24 ・ 木	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク又は牛乳・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・人参・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 (キャベツ・人参・だし汁・でんぷん) 大根の汁もの(大根・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 魚のから揚げ (調味料1/3量、しょうが少量) ゆで野菜 (調味料1/3量、もやし細かく刻む) わかめと大根のスープ(調味料1/3量、わかめよく洗う、たけのこ除く、しょうが少量)	軟飯 魚のから揚げ (調味料半量、しょうが少量) ゆで野菜 (調味料半量、もやし細かく刻む) わかめと大根のスープ(調味料半量、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 ツナ粥 (米・人参・ツナ(お湯をかけてから使用))	育児用ミルク又は牛乳 二色ごはんのかた粥 (調味料1/3量、全卵1/3量まで)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 二色ごはんの軟飯 (調味料半量、全卵2/3量まで)
25 ・ 金	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク又は牛乳・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(人参・玉ねぎ・キャベツ・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・人参・だし汁・でんぷん) キャベツと玉ねぎの汁もの(キャベツ・玉ねぎ・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量、生揚げ外側除く、ごぼう除く) キャベツと玉ねぎのみそ汁(だし汁で3倍に薄める)	軟飯 生揚げとごぼうの炒め煮(調味料半量、生揚げ外側除く、ごぼう軟らかく調理し刻む) 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 煮スパゲッティ(スパゲッティ(軟らかく茹でる)・人参・ピーマン・だし汁)	育児用ミルク又は牛乳 和風スパゲッティ(調味料1/3量、ベーコン少量、しめじ細かく刻んで少量)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 和風スパゲッティ(調味料半量、ベーコン少量、しめじ細かく刻んで少量)



26 ・ 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) 麩の煮野菜(麩・人参・小松菜葉先のみ・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	お粥 煮魚の野菜煮(白身魚・人参・玉ねぎ・だし汁・でんぷん) 麩と小松菜の汁もの(麩・小松菜・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) 麩と小松菜のみそ汁(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) 麩と小松菜のみそ汁(だし汁で2倍に薄める)
28 ・ 月	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク又は牛乳・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(青のり入り) 魚のミルク煮(白身魚・育児用ミルク・でんぷん) 煮野菜(じゃがいも・玉ねぎ・人参・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	お粥(青のり入り) 魚のミルク煮(白身魚・キャベツ・人参・育児用ミルク・でんぷん) 野菜の汁もの(じゃがいも・玉ねぎ・だし汁) 育児用ミルク	かた粥(青のり入り) いためビーフン(調味料1/3量、ビーフン軟らかく茹でる、カレー粉抜く、しいたけ抜く) 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(青のり入り) いためビーフン(調味料半量、ビーフン軟らかく茹でる、カレー粉風味程度) 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)
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク マカロニ煮(マカロニ(軟らかく茹でる)・育児用ミルク・きなこ)	育児用ミルク又は牛乳 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)
29 ・ 火	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク又は牛乳・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・白菜・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	お粥 鶏ささみと野菜の煮物(鶏ささみ・人参・ピーマン・だし汁・でんぷん) 白菜の汁もの(白菜・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 鶏肉の酢豚風(調味料1/3量、しょうが少量、たけのこ抜く、ケチャップ少量、鶏肉煮返す) 白菜とえのきの汁もの(調味料1/3量、えのき細かく刻んで少量)	軟飯 鶏肉の酢豚風(調味料半量、しょうが少量、たけのこ抜くもしくはそのまま、ケチャップ少量、鶏肉煮返す) 白菜とえのきの汁もの(調味料半量、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 ひじき粥(米・ひじき(よくもどす)・人参・玉ねぎ・だし汁)	育児用ミルク又は牛乳 ひじき入りドライカレーのかた粥(調味料1/3量、にんにく風味程度、カレー粉抜く、ひじきよく戻す)	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(調味料半量、にんにく・カレー粉風味程度、ひじきよく戻す)
30 ・ 水	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク又は牛乳・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(キャベツ・ほうれん草葉先のみ・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	お粥 豆腐の煮物(豆腐・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) ほうれん草の汁もの(ほうれん草・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、ゴマよくする、キャベツ・きゅうり軟らかく煮る) 豆腐とほうれん草のみそ汁(だし汁で3倍に薄める、えのき細かく刻んで少量)	軟飯 さわらの照り焼き(調味料半量、適宜煮返す) キャベツときゅうりの塩もみ(調味料半量、ゴマよくする) 豆腐とほうれん草のみそ汁(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 ポテト粥(チーズ入り)(じゃがいも・育児用ミルク・粉チーズ(ごく少量))	育児用ミルク又は牛乳 ベイクドポテト煮(調味料1/3量、煮返す)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 ベイクドポテト(調味料1/2量)
31 ・ 木	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク又は牛乳・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・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・育児用ミルク・でんぷん) キャベツ煮(キャベツ・玉ねぎ・だし汁・でんぷん) コンスープ(クリームコン缶、だし汁) 育児用ミルク	かた粥 鶏肉のマーメレード焼き(調味料1/3量、にんにく風味程度、煮返す) キャベツのソテー(調味料1/3量、キャベツ軟らかく煮る) コンスープ(だし汁で3倍に薄める)	軟飯 鶏肉のマーメレード焼き(調味料半量、にんにく風味程度) キャベツのソテー(調味料半量) コンスープ(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 人参粥(米・人参・だし汁)	育児用ミルク又は牛乳 しめじご飯のかた粥(調味料1/3量、しめじ細かく刻んで少量、油揚げ抜く)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 しめじご飯の軟飯(調味料半量、しめじ細かく刻んで少量、油揚げ刻んで少量)
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	育児用ミルク又は牛乳・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・キャベツ・チンゲン菜(葉先のみ)・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	お粥 煮魚(鮭水煮煮・だし汁・でんぷん) 煮野菜(人参・キャベツ・だし汁・でんぷん) 野菜の汁もの(玉ねぎ・チンゲン菜・だし汁) 育児用ミルク	チキンライスのかた粥(バターごく少量、ケチャップごく少量、調味料1/3量、グリーンピース・ホールコーン除く) サーモンローフ(全卵1/3量まで、調味料1/3量) ゆで野菜(調味料1/3量) チンゲン菜とえのきのスープ(だし汁で3倍に薄める)	チキンライス(ケチャップごく少量、調味料半量、グリーンピース・ホールコーン除く) サーモンローフ(全卵2/3量まで、調味料半量) ゆで野菜(調味料半量) チンゲン菜とえのきのスープ(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 人参粥(米・人参) 	育児用ミルク又は牛乳 人参粥(米・人参・しょうゆごく少量)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 ボンボンドーナッツ