

		幼児食					
		昼食	午後おやつ *は手作り	午前	昼食	午後おやつ	
					5,6か月~	7か月~	
1	木	煮魚 切干大根の煮物 なめこと豆腐のみそ汁	牛乳 *チーズラスク	ミルク	5分がゆ(米10) 魚すり流し(だし) すまし汁(野菜)	全がゆ(米20) 煮魚・南瓜の煮物 豆腐のみそ汁(野菜)	チーズがゆ(米20・野菜) 野菜スープ
2	金	豚肉となすの炒め物 青梗菜と春雨のスープ	牛乳 *マカロニの黄粉	ミルク	5分がゆ(米10) ポテトマッシュ(野菜) 野菜スープ	全がゆ(米20) なすのそぼろ煮(野菜・片栗) 春雨スープ(野菜)	黄粉がゆ(米20) 野菜スープ
3	土	パリパリおそば わかめスープ	牛乳 かりんとう	ミルク	煮込みうどん(麺・野菜・麩・だし) 野菜のトロトロ煮	煮込みうどん(麺・ミンチ・野菜) キャベツサラダ	ツナのピラフ風 (米20・野菜・バター) わかめスープ
5	月	鶏肉のハワイアン煮 ボイルキャベツ オニオンスープ	牛乳 *キャロットゼリー	ミルク	5分がゆ(米10) キャベツのトロトロ煮 オニオンスープ	全がゆ(米20) キャベツのそぼろ煮 オニオンスープ	ミルクがゆ(米20・野菜) 野菜スープ
6	火	魚の南蛮漬け トマト えのきのすまし汁	飲むヨーグルト クラッカー	ミルク	5分がゆ(米10) 魚すり流し(だし) すまし汁(野菜)	全がゆ(米20) 魚の野菜あんかけ(片栗) すまし汁(野菜)	野菜がゆ(米20) ヨーグルト
7	水	レバーとピーナッツの野菜炒め コーンとキャベツのスープ	牛乳 *まめくりこ	ミルク	5分がゆ(米10) 人参マッシュ(トマト) キャベツスープ	全がゆ(米20) レバーのトマト煮(ポテト・野菜) キャベツスープ	黄粉がゆ(米20・野菜) 野菜スープ
8	木	ベーコン入りかみかみきんぴら じゃが芋と油揚げのみそ汁	牛乳 おかき おやつ昆布	ミルク	5分がゆ(米20) ポテトマッシュ(人参) 野菜スープ	全がゆ(米20) 大豆のトマト煮(ミンチ・野菜) じゃが芋のみそ汁	おにぎり(米20・野菜) 豆腐スープ
9	金	スタミナカレー フルーツ和え	牛乳 せんべい	ミルク	5分がゆ(米10) ポテトマッシュ(トマト) 野菜スープ	全がゆ(米20) 肉団子スープ(豆腐・野菜) 野菜サラダ	ミルクがゆ(米20) 野菜スープ
10	土	ミートスパゲッティ レタスのスープ	牛乳 サブレ	ミルク	5分がゆ(米10) かぼちゃマッシュ 野菜スープ	ミネストローネスープ (パスタ・野菜・ミンチ・ケチャップ) ポテトサラダ(人参)	おにぎり(米20・野菜) 野菜スープ
13	火	拌三糸 野菜スープ	アイスクリーム 鉄強化ウエハース	ミルク	5分がゆ(米10) 玉ねぎのトロトロ煮(野菜) 野菜スープ	全がゆ(米20) 春雨のそぼろ煮(ミンチ・野菜) 野菜スープ	パンがゆ(ミルク・野菜) 野菜スープ
14	水	牛肉ともやしのナムル そうめん汁	牛乳 せんべい	ミルク	5分がゆ(米10) 麩と野菜の煮物 野菜スープ	全がゆ(米20) 吉野煮(ミンチ・野菜・片栗) そうめん汁(野菜)	バターがゆ(米20・野菜) 野菜スープ
15	木	パリパリおそば わかめスープ	牛乳 かりんとう	ミルク	煮込みうどん(麺・野菜・麩・だし) 野菜のトロトロ煮	煮込みうどん(麺・ミンチ・野菜) キャベツサラダ	ツナのピラフ風 (米20・野菜・バター) わかめスープ
16	金	麻婆豆腐 中華きゅうり	牛乳 ビスケット	ミルク	5分がゆ(米10) 豆腐のだし煮 すまし汁(野菜)	全がゆ(米20) 麻婆豆腐(ミンチ・野菜・味噌・片栗) 胡瓜サラダ(人参)	ミルクがゆ(米20・ミルク・野菜) 野菜スープ
17	土	冷めん バナナ	牛乳 クッキー	ミルク	バナナうどん (麺・だし・野菜)	煮込みうどん(麺・ミンチ・野菜) バナナ	卵がゆ(米20・野菜) 野菜スープ
19	月	豚肉となすの炒め物 青梗菜と春雨のスープ	牛乳 丸ボーロ	ミルク	5分がゆ(米10) ポテトマッシュ(野菜) 野菜スープ	全がゆ(米20) なすのそぼろ煮(野菜・片栗) 春雨スープ(野菜)	豆腐がゆ(米20) 野菜スープ
誕生	20	鶏肉のレモンから揚げ きゅうりの酢の物 ミネストローネスープ・オレンジ	アイスクリーム	ミルク	5分がゆ(米10) 麩と野菜の煮物 トマトスープ	おじや(米20・ミンチ・野菜) ミネストローネスープ・オレンジ (パスタ・野菜・ケチャップ)	さつま芋のバター焼き 野菜スープ
21	水	煮魚 切干大根の煮物 なめこと豆腐のみそ汁	牛乳 *バナナケーキ	ミルク	5分がゆ(米10) 魚すり流し(だし) すまし汁(野菜)	全がゆ(米20) 煮魚・南瓜の煮物 豆腐のみそ汁(野菜)	バナナ蒸しパン(HM・ミルク) 野菜スープ
22	木	スタミナカレー フルーツ和え	牛乳 せんべい	ミルク	5分がゆ(米10) ポテトマッシュ(トマト) 野菜スープ	全がゆ(米20) 肉団子スープ(豆腐・野菜) 野菜サラダ	ミルクがゆ(米20) 野菜スープ
23	金	手羽中の照り煮 胡瓜と人参のごま酢あえ 麩とわかめのみそ汁	牛乳 あられ おやついりこ	ミルク	5分がゆ(米10) 麩と野菜の煮物 すまし汁(野菜)	全がゆ(米20) 麩と野菜の煮物(ミンチ) みそ汁(わかめ)	ミルクがゆ(米20・野菜) 胡瓜サラダ
24	土	牛肉ともやしのナムル そうめん汁	牛乳 サブレ	ミルク	5分がゆ(米10) 麩と野菜の煮物 野菜スープ	全がゆ(米20) 吉野煮(ミンチ・野菜・片栗) そうめん汁(野菜)	バターがゆ(米20・野菜) 野菜スープ
26	月	ミートスパゲッティ レタスのスープ	牛乳 クッキー	ミルク	5分がゆ(米10) かぼちゃマッシュ 野菜スープ	ミネストローネスープ (パスタ・野菜・ミンチ・ケチャップ) ポテトサラダ(人参)	おにぎり(米20・野菜) 野菜スープ
27	火	鶏肉のハワイアン煮 ボイルキャベツ オニオンスープ	牛乳 *麩のラスク	ミルク	5分がゆ(米10) キャベツのトロトロ煮 オニオンスープ	全がゆ(米20) キャベツのそぼろ煮 オニオンスープ	麩のフレンチトースト (麩・ミルク・砂糖・バター) 野菜スープ
28	水	魚の南蛮漬け トマト えのきのすまし汁	飲むヨーグルト クラッカー	ミルク	5分がゆ(米10) 魚すり流し(だし) すまし汁(野菜)	全がゆ(米20) 魚の野菜あんかけ(片栗) すまし汁(野菜)	野菜がゆ(米20) ヨーグルト
29	木	ベーコン入りかみかみきんぴら じゃが芋と油揚げのみそ汁	牛乳 おかき おやつ昆布	ミルク	5分がゆ(米20) ポテトマッシュ(人参) 野菜スープ	全がゆ(米20) 大豆のトマト煮(ミンチ・野菜) じゃが芋のみそ汁	おにぎり(米20・野菜) 豆腐スープ
30	金	コーンとツナのサラダ わかめスープ みかん缶	牛乳 *かしわおにぎり	ミルク	5分がゆ(米10) 麩と野菜の煮物	全がゆ(米20) ツナと野菜の煮物 わかめスープ	チーズパンがゆ(ミルク) 野菜スープ
31	土	麻婆豆腐 中華きゅうり	牛乳 ビスケット	ミルク	5分がゆ(米10) 豆腐のだし煮 すまし汁(野菜)	全がゆ(米20) 麻婆豆腐(ミンチ・野菜・味噌・片栗) 胡瓜サラダ(人参)	ミルクがゆ(米20・ミルク・野菜) 野菜スープ