

	幼児食					
	昼食	午後おやつ *は手作り	午前	昼食		午後おやつ 7か月～
				5,6か月～	7か月～	
1 火	ごぼうとベーコンの炒り煮 豆腐とあおさのみそ汁	牛乳 クッキー	ミルク	5分がゆ(米10) 豆腐すり流し すまし汁(野菜)	全がゆ(米20) 豆腐の野菜あんかけ(片栗) みそ汁(野菜)	おにぎり(米20・野菜) 野菜スープ
2 水	麻婆豆腐 中華きゅうり	牛乳 *ゴマとチーズの カップケーキ	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) 麻婆豆腐(ミンチ・野菜・味噌・片栗) 胡瓜サラダ(人参)	チーズ蒸しパン(HM・ミルク・野菜) 野菜スープ
3 木	だんご汁 ひじきと油揚げの炒め煮	飲むヨーグルト ウエハース	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(野菜)	お焼き(米20・野菜・ミンチ・片栗) ヨーグルト
4 金	煮魚 かぼちゃの含め煮 青梗菜のすまし汁	牛乳 *人参マドレーヌ	ミルク	5分がゆ(米10) かぼちゃマッシュ 野菜スープ	全がゆ(米20) 煮魚・南瓜の煮物 すまし汁(野菜)	卵がゆ(米20・野菜) 野菜スープ
5 土	汁ピーフン バナナ	牛乳 サブレ	ミルク	5分がゆ(米10) キャベツのトロトロ煮 バナナ	おにぎり(米20) 汁ピーフン(ミンチ・野菜) バナナ	野菜がゆ(米20・野菜) 野菜スープ
7 月	筑前煮 もずく汁	牛乳 *ぶどう蒸しパン	ミルク	5分がゆ(米10) ポテトマッシュ(人参) すまし汁(野菜)	全がゆ(米20) 吉野煮(ミンチ・野菜・片栗) すまし汁(野菜)	おにぎり(米20・野菜) 豆腐スープ
8 火	鶏肉のつくね焼き 人参つや煮 玉ねぎのすまし汁	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(トマト) 野菜スープ	全がゆ(米20) ハンバーグ(ミンチ・豆腐・野菜) 人参スティック・すまし汁	卵がゆ(米20・野菜) 野菜スープ
9 水	いわしの満点揚げ ブロッコリーのおかかあえ わかめのすまし汁	牛乳 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) つみれみそ汁(白身魚・豆腐・野菜) ブロッコリー	ミルクがゆ(米20) 野菜スープ
10 木	春雨とちりめんの油炒め 小松菜と卵の中華スープ	牛乳 *豆腐入りお好み焼き	ミルク	5分がゆ(米10) キャベツのトロトロ煮 野菜スープ	全がゆ(米20) キャベツのそぼろ煮 野菜スープ	豆腐入りお好み焼き (豆腐・野菜・片栗・ケチャップ) 野菜スープ
11 金	チキンカレー かみかみサラダ	牛乳 りんご	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) 肉団子スープ(豆腐・野菜) 野菜サラダ	おにぎり(米20・野菜) おろしりんご煮
12 土	ソイミートペンネ えのきとキャベツのスープ	牛乳 せんべい	ミルク	5分がゆ(米10) ポテトマッシュ 野菜スープ	全がゆ(米20) ポテトのトマト煮(ミンチ・野菜) キャベツスープ	バターがゆ(米20・野菜) 野菜サラダ
15 火	麻婆豆腐 中華きゅうり	牛乳 *ホットケーキ	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) 麻婆豆腐(ミンチ・野菜・味噌・片栗) 胡瓜サラダ(人参)	蒸しパン(HM・ミルク・野菜) 野菜スープ
16 水	ごぼうとベーコンの炒り煮 豆腐とあおさのみそ汁	牛乳 クッキー	ミルク	5分がゆ(米10) 豆腐すり流し すまし汁(野菜)	全がゆ(米20) 豆腐の野菜あんかけ(片栗) みそ汁(野菜)	おにぎり(米20・野菜) 野菜スープ
17 木	煮魚 かぼちゃの含め煮 青梗菜のすまし汁	牛乳 *はるまきチーズ	ミルク	5分がゆ(米10) かぼちゃマッシュ 野菜スープ	全がゆ(米20) 煮魚・南瓜の煮物 すまし汁(野菜)	ミルクがゆ(米20・野菜) 野菜スープ
18 金	だんご汁 ひじきと油揚げの炒め煮	飲むヨーグルト ウエハース	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) 肉団子スープ(豆腐・野菜) 野菜サラダ	お焼き(米20・野菜・ミンチ・片栗) ヨーグルト
19 土	焼きそば えのきとわかめのスープ	牛乳 あられ	ミルク	煮込みうどん(麺・野菜・麩・だし) ポテトマッシュ	煮込みうどん(麺・ミンチ・野菜) 野菜サラダ	ミルクがゆ(米20) 野菜スープ
誕生 21 月	豚ヒレのたった揚げ 野菜サラダ 麩とわかめのすまし汁・みかん	プリン	ミルク	おじや(米10・野菜・だし) 野菜マッシュ すまし汁(麩)・みかん	おじや(米20・ミンチ・野菜) 野菜サラダ すまし汁(麩)・みかん	ミルクがゆ(米21) ヨーグルト
22 火	ソイミートペンネ えのきとキャベツのスープ	牛乳 せんべい	ミルク	5分がゆ(米10) ポテトマッシュ 野菜スープ	全がゆ(米20) ポテトのトマト煮(ミンチ・野菜) キャベツスープ	バターがゆ(米20・野菜) 野菜サラダ
23 水	鶏肉のつくね焼き 人参つや煮 玉ねぎのすまし汁	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(トマト) 野菜スープ	全がゆ(米20) ハンバーグ(ミンチ・豆腐・野菜) 人参スティック・すまし汁	卵がゆ(米20・野菜) 野菜スープ
24 木	筑前煮 もずく汁	牛乳 *ジャムサンド	ミルク	5分がゆ(米10) ポテトマッシュ(人参) すまし汁(野菜)	全がゆ(米20) 吉野煮(ミンチ・野菜・片栗) すまし汁(野菜)	パンがゆ(パン・ミルク・野菜) 野菜スープ
25 金	レバーの照り煮 ほうれん草サラダ 大根のみそ汁	牛乳 丸ボーロ	ミルク	5分がゆ(米10) 大根の煮物 すまし汁(野菜)	全がゆ(米20) レバーのトマト煮(ポテト・野菜) みそ汁(野菜)	ツナがゆ(米20・野菜) わかめスープ
26 土	 運動会					
28 月	汁ピーフン バナナ	牛乳 *麦おにぎり	ミルク	5分がゆ(米10) キャベツのトロトロ煮 バナナ	おにぎり(米20) 汁ピーフン(ミンチ・野菜) バナナ	野菜がゆ(米20・野菜) 野菜スープ
29 火	いわしの満点揚げ ブロッコリーのおかかあえ わかめのすまし汁	牛乳 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) つみれみそ汁(白身魚・豆腐・野菜) ブロッコリー	ミルクがゆ(米20) 野菜スープ
30 水	チキンカレー かみかみサラダ	牛乳 クッキー	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) 肉団子スープ(豆腐・野菜) 野菜サラダ	おにぎり(米20・野菜) 野菜スープ
31 木	春雨とちりめんの油炒め 小松菜と卵の中華スープ	牛乳 *さつまいもスナック	ミルク	5分がゆ(米10) キャベツのトロトロ煮 野菜スープ	全がゆ(米20) キャベツのそぼろ煮 野菜スープ	焼いも 野菜スープ