

	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 金	鶏のからあげ塩こうじ ブロッコリー(酢しょうゆ) 青梗菜と玉ねぎのすまし汁	牛乳 *りんごとレーズンの 米粉蒸しパン	ミルク	5分がゆ(米10) ブロッコリーポテト 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)	ツナがゆ(米20・野菜) おろしリンゴ煮
2 土	 秋の親子遠足					
5 火	八宝菜 もやしと人参の中華スープ	牛乳 *マカロニの黄粉和え	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 もやしスープ	黄粉がゆ(米20) マカロニサラダ(野菜)
6 水	れんこんハンバーグ トマト コーンとキャベツのスープ	牛乳 あられ おやついりこ	ミルク	5分がゆ(米10) 豆腐すり流し 野菜スープ	全がゆ(米20) ハンバーグ(ミンチ・豆腐・野菜) トマト・キャベツスープ	しらすがゆ(米20・野菜) 野菜スープ
7 木	かやくうどん バナナ	牛乳 *さつまいもおにぎり	ミルク	煮込みうどん(麺・野菜・麩・だし) バナナ	煮込みうどん(麺・ミンチ・野菜) バナナ	野菜がゆ(米20・野菜) さつまいもサラダ(野菜)
8 金	カレー ヨーグルトサラダ	牛乳 ビスケット	ミルク	5分がゆ(米10) ポテトマッシュ(人参) ヨーグルト	全がゆ(米20) 肉団子スープ(豆腐・野菜) ヨーグルトサラダ(バナナ)	おにぎり(米20・野菜) 豆腐スープ
9 土	イタリアンスパゲッティ 野菜スープ	牛乳 サブレ	ミルク	5分がゆ(米20) 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・ミンチ・野菜・ケチャップ) 野菜サラダ	ツナがゆ(米20・野菜) 野菜スープ
11 月	サーモンシチュー ほうれん草とキャベツのサラダ	牛乳 *焼き芋	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) サーモンシチュー(野菜・ルウ) ほうれん草サラダ	焼いも 野菜スープ
12 火	豚肉の南蛮漬け ボイルキャベツ 玉ねぎと油揚げのみそ汁	牛乳 丸ボーロ	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 みそ汁(野菜)	豆腐がゆ(米20・野菜) すまし汁(野菜)
13 水	開花煮 麩のみそ汁	牛乳 鉄強化ウエハース かりんとう	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) 吉野煮(ミンチ・野菜・片栗) みそ汁(麩)	卵がゆ(米20・野菜) すまし汁(野菜)
誕生 14 木	魚のから揚げ・ヘルシー焼肉 ブロッコリーポテト 玉ねぎのスープ・みかん	固形ヨーグルト	ミルク	おじや(米10・野菜・だし) ポテトマッシュ みかん	おじや(米20・ミンチ・野菜) ブロッコリーポテト 玉ねぎのスープ・みかん	野菜がゆ(米20・野菜) ヨーグルト
15 金	豚汁 ひじきと油揚げの炒め煮	牛乳 *黄粉蒸しパン	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) 具沢山みそ汁(豆腐・野菜・ポテト) 大根の煮物(野菜)	黄粉蒸しパン(HM・ミルク) 野菜スープ
16 土	かやくうどん バナナ	牛乳 せんべい	ミルク	煮込みうどん(麺・野菜・麩・だし) バナナ	煮込みうどん(麺・ミンチ・野菜) バナナ	野菜がゆ(米20・野菜) さつまいもサラダ(野菜)
18 月	鶏のからあげ塩こうじ ブロッコリー(酢しょうゆ) 青梗菜と玉ねぎのすまし汁	牛乳 柿・クラッカー	ミルク	5分がゆ(米10) ブロッコリーポテト 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)	ツナがゆ(米20・野菜) 野菜サラダ
19 火	魚のみそ煮 大根べっこう煮 白菜のすまし汁	牛乳 おかき	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・大根の煮物 すまし汁(野菜)	お焼き(米20・野菜・ミンチ・片栗) 野菜スープ
20 水	八宝菜 もやしと人参の中華スープ	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 もやしスープ	さつまいものバター焼き 野菜スープ
21 木	れんこんハンバーグ トマト コーンとキャベツのスープ	牛乳 あられ おやついりこ	ミルク	5分がゆ(米10) 豆腐すり流し 野菜スープ	全がゆ(米20) ハンバーグ(ミンチ・豆腐・野菜) トマト・キャベツスープ	しらすがゆ(米20・野菜) 野菜スープ
22 金	レバーとピーナッツの野菜炒め えのきとキャベツのスープ	牛乳 *チーズラスク	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) レバーのトマト煮(ミンチ・ポテト・野菜) キャベツスープ	チーズがゆ(米20・野菜) 野菜サラダ
25 月	開花煮 麩のみそ汁	牛乳 鉄強化ウエハース かりんとう	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) 吉野煮(ミンチ・野菜・片栗) みそ汁(麩)	卵がゆ(米20・野菜) すまし汁(野菜)
26 火	カレー ヨーグルトサラダ	牛乳 ビスケット	ミルク	5分がゆ(米10) ポテトマッシュ(人参) ヨーグルト	全がゆ(米20) 肉団子スープ(豆腐・野菜) ヨーグルトサラダ(バナナ)	おにぎり(米20・野菜) 豆腐スープ
27 水	豚汁 ひじきと油揚げの炒め煮	牛乳 *みるくりこ	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) 具沢山みそ汁(豆腐・野菜・ポテト) 大根の煮物(野菜)	黄粉がゆ(米20) 野菜スープ
28 木	サーモンシチュー ほうれん草とキャベツのサラダ	牛乳 クッキー	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) サーモンシチュー(野菜・ルウ) ほうれん草サラダ	さつまいものバター焼き 野菜スープ
29 金	豚肉の南蛮漬け ボイルキャベツ 玉ねぎと油揚げのみそ汁	牛乳 丸ボーロ	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 みそ汁(野菜)	豆腐がゆ(米20・野菜) すまし汁(野菜)
30 土	イタリアンスパゲッティ 野菜スープ	牛乳 サブレ	ミルク	5分がゆ(米20) 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・ミンチ・野菜・ケチャップ) 野菜サラダ	ツナがゆ(米20・野菜) 野菜スープ