

日/曜	5~6ヶ月	材料名				7~8ヶ月	材料名				9~11ヶ月	材料名(昼食・3時おやつ)				10時おやつ 3時おやつ
		粥と力になるもの	白や肉や魚になるもの	身のほろろ煮えるもの	調味料		粥と力になるもの	白や肉や魚になるもの	身のほろろ煮えるもの	調味料		粥と力になるもの	白や肉や魚になるもの	身のほろろ煮えるもの	調味料	
1日(木) 3(木)	10倍がゆ 豆腐のペースト ほうれん草のペースト じゃがいものペースト	米、じゃがいも	木綿豆腐	ほうれん草	昆布だし汁	7倍がゆ 豆腐と野菜の薄く煮つぶし ゆで野菜(ほうれん草)	米、じゃがいも、 片栗粉	木綿豆腐	ほうれん草、たまねぎ	かつお・昆布だし汁	軟飯 豆腐と野菜の煮物 おひたし(ほうれん草)	米、じゃがいも、 砂糖	木綿豆腐、鶏むね肉	たまねぎ、ほうれん草、にんじん	かつお・昆布だし汁、しょうゆ	ひき肉と野菜の軟飯
1(金) 3(金)	10倍がゆ 鮎のペースト にんじんのペースト トマトのペースト	米、鮎、片栗粉		にんじん、トマト	昆布だし汁	7倍がゆ 鶏ささみと野菜の軟らか煮 ゆで野菜(にんじん)	米、片栗粉	鶏ささ身	にんじん、デンゲンサイ、トマト	かつお・昆布だし汁	軟飯 鶏ささみと野菜の味噌煮 にんじんスティック	米、片栗粉	鶏ささ身、みそ、 かつお節	にんじん、トマト、 デンゲンサイ	しょうゆ	おかか軟飯
1(土) 3(土)	10倍がゆ 鮎のペースト かぼちゃのペースト たまねぎのペースト	米、鮎、片栗粉		たまねぎ、かぼちゃ	昆布だし汁	7倍がゆ 鮎と野菜の薄く煮 ゆで野菜(かぼちゃ)	米、鮎、片栗粉		かぼちゃ、にんじん、 たまねぎ	かつお・昆布だし汁	軟飯 鶏ささみの煮物 ゆで野菜(かぼちゃ)	米、小麦粉、砂糖、 油、片栗粉	牛乳、鶏ささ身	かぼちゃ、にんじん、 たまねぎ	かつお・昆布だし汁、 ベーキングパウダー、 しょうゆ	ホットケーキ
5日(月)	10倍がゆ 豆腐のペースト じゃがいものペースト にんじんのペースト	米、じゃがいも	絹ごし豆腐	にんじん	昆布だし汁	7倍がゆ ひき肉と野菜の煮物 ゆで野菜(にんじん)	米、じゃがいも	鶏むね肉	にんじん、たまねぎ	かつお・昆布だし汁	軟飯 ひき肉と野菜の煮物 にんじんスティック	米、じゃがいも、 砂糖	鶏むね肉	にんじん、たまねぎ	かつお・昆布だし汁、 しょうゆ	野菜入り軟飯
6日(火)	10倍がゆ 鮎のペースト じゃがいものペースト にんじんのペースト	米、じゃがいも、 鮎、片栗粉		にんじん	昆布だし汁	7倍がゆ 鶏ささみと野菜の軟らか煮 じゃがいもの軟らか煮つぶし	米、じゃがいも	鶏ささ身	たまねぎ、にんじん	かつお・昆布だし汁	軟飯 鶏ささみと野菜の煮物 スティックじゃがいも	米、じゃがいも、 小麦粉、砂糖、 油、片栗粉	鶏ささ身、牛乳、 みそ	たまねぎ、にんじん	かつお・昆布だし汁、 ベーキングパウダー	蒸しパン
7日(水) 21日(水)	10倍がゆ 白身魚のペースト キャベツのペースト にんじんのペースト	米、片栗粉	たら	にんじん、キャベツ	昆布だし汁	7倍がゆ 魚と野菜の軟らか煮 だいこんの軟らか煮	米	鱈	だいこん、キャベツ、 にんじん	かつお・昆布だし汁	軟飯 魚と野菜の軟らか煮 スティックだいこん	米、小麦粉、砂糖、 油	牛乳、鮎	だいこん、にんじん、 キャベツ	かつお・昆布だし汁、 ベーキングパウダー、 しょうゆ	ホットケーキ
8日(木) 29日(木)	10倍がゆ 豆腐のペースト にんじんのペースト 玉ねぎのペースト	米	木綿豆腐	にんじん、たまねぎ	昆布だし汁	7倍がゆ 豆腐と野菜の薄く煮 じゃがいもの軟らか煮つぶし	米、じゃがいも、 片栗粉	木綿豆腐	たまねぎ、にんじん	かつお・昆布だし汁	軟飯 豆腐と野菜のみそ煮 スティックじゃがいも	米、じゃがいも、 小麦粉、砂糖、 鮎、片栗粉	木綿豆腐、牛乳、 みそ	にんじん、たまねぎ	かつお・昆布だし汁、 ベーキングパウダー	ホットケーキ
9日(金) 30日(金)	10倍がゆ 鮎のペースト ほうれん草のペースト じゃがいものペースト	米、じゃがいも、 鮎、片栗粉		ほうれん草	昆布だし汁	7倍がゆ 鮎と野菜のとろ煮 にんじんの軟らか煮	米、じゃがいも、 鮎、片栗粉		にんじん、ほうれん草	かつお・昆布だし汁	軟飯 ツナと野菜の軟らか煮 スティックにんじん	さつまいも、米、 じゃがいも	ツナ水煮缶	にんじん、ほうれん草	かつお・昆布だし汁、 食塩	ふかしさつまいも
10日(土) 24日(土)	10倍がゆ 鮎のペースト かぼちゃのペースト たまねぎのペースト	米、鮎、片栗粉		たまねぎ、かぼちゃ	昆布だし汁	7倍がゆ ひき肉と野菜の軟らか煮 キャベツの軟らか煮	米、片栗粉	鶏むね肉	キャベツ、かぼちゃ、 たまねぎ	かつお・昆布だし汁	軟飯 ひき肉と野菜のみそ煮 キャベツの軟らか煮	米、片栗粉	鶏むね肉、みそ、 かつお節	キャベツ、たまねぎ、 かぼちゃ	かつお・昆布だし汁、 しょうゆ	おかか軟飯
1(月) 1(月)	10倍がゆ 豆腐のペースト 玉ねぎのペースト じゃがいものペースト	米、じゃがいも	木綿豆腐	たまねぎ	昆布だし汁	7倍がゆ 豆腐の煮物 ゆで野菜(じゃがいも)	米、じゃがいも、 片栗粉	木綿豆腐	にんじん、たまねぎ	かつお・昆布だし汁	軟飯 豆腐の煮物 ゆで野菜(じゃがいも)	米、じゃがいも、 小麦粉、砂糖、 油、片栗粉	木綿豆腐、牛乳	にんじん、たまねぎ	かつお・昆布だし汁、 ベーキングパウダー、 しょうゆ	蒸しパン
1(火) 1(火)	10倍がゆ 鮎のペースト にんじんのペースト だいこんのペースト	米、鮎、片栗粉		にんじん、だいこん	昆布だし汁	7倍がゆ 鶏ささみと野菜の煮物 だいこんの軟らか煮	米、片栗粉	鶏ささ身	だいこん、キャベツ、 にんじん	かつお・昆布だし汁	軟飯 鶏ささみと野菜の煮物 スティックだいこん	米	鶏ささ身、きな粉	だいこん、にんじん、 キャベツ	かつお・昆布だし汁、 しょうゆ	きな粉軟飯
1(水) 1(水)	10倍がゆ 白身魚のペースト にんじんのペースト キャベツのペースト	米、片栗粉	たら	にんじん、キャベツ	昆布だし汁	7倍がゆ 魚の煮物 ゆで野菜(にんじん)	米、片栗粉	たら	にんじん、キャベツ、 たまねぎ	かつお・昆布だし汁	軟飯 魚の煮物 にんじんスティック	米、片栗粉	たら、かつお節	にんじん、たまねぎ、 キャベツ	かつお・昆布だし汁、 しょうゆ	おかか軟飯
1(火)	10倍がゆ 鮎のペースト じゃがいものペースト にんじんのペースト	米、じゃがいも、 鮎、片栗粉		にんじん	昆布だし汁	7倍がゆ 鶏ささみと野菜の軟らか煮 じゃがいもの軟らか煮つぶし	米、じゃがいも	鶏ささ身	たまねぎ、にんじん	かつお・昆布だし汁	軟飯 鶏ささみと野菜の煮物 スティックじゃがいも	米、じゃがいも、 小麦粉、砂糖、 油、片栗粉	鶏ささ身、牛乳、 みそ	たまねぎ、にんじん	かつお・昆布だし汁、 ベーキングパウダー	蒸しパン
1(木)	10倍がゆ 鮎のペースト にんじんのペースト じゃがいものペースト	米、じゃがいも、 鮎、片栗粉		にんじん	昆布だし汁	7倍がゆ ツナと野菜の煮物 じゃがいもの軟らか煮つぶし	米、じゃがいも、 片栗粉	ツナ水煮缶	たまねぎ、にんじん	かつお・昆布だし汁	軟飯 ツナと野菜の煮物 スティックじゃがいも	米、じゃがいも、 小麦粉、砂糖、 油、片栗粉	ツナ水煮缶、牛乳	にんじん、たまねぎ	かつお・昆布だし汁、 ベーキングパウダー、 しょうゆ	蒸しパン

※アレルギー食材がある場合は給食提供日までに、何回かご自宅で試して下さい。アレルギーが出た場合は速やかに担当保育士までご連絡下さい。

※都合により献立・食材を変更することがあります。