



幼児食 献立表



| | 1(日) | 2(月) | 3(火) | 4(水) | 5(木) | 6(金) | 7(土) |
|------|--------------------------------|--------------------------------|----------------------------------|---------------------------------------|--|---|-----------------------------------|
| 朝おやつ | 牛乳、せんべい | 牛乳、せんべい | 牛乳、せんべい | 牛乳、せんべい | 牛乳、せんべい | 牛乳、せんべい | 牛乳、せんべい |
| 昼食 | 御飯、白菜と厚揚げのみそ汁、鶏じゃが | マーボー豆腐丼、はるさめスープ、りんご | 食パン、★サーモン豆乳シチュー、キャベツとトマトのサラダ、バナナ | 御飯、キャベツのみそ汁、魚のかば焼き風、★かぼちゃのマリネ | 御飯、じゃがいものすまし汁、厚揚げと豚肉のみそ煮、きゅうりの酢の物 | キャベツとしらすの Pasta、★かぼちゃとほうれん草のスープ、フルーツヨーグルト | カレーピラフ、きゅうりのツナサラダ、たまごトマトスープ |
| 昼おやつ | 牛乳、チーズボール | 牛乳、メロンパンクッキー | 麦茶、★ツナひじきチャーハン | 牛乳、ほうれんそう蒸しパン | 麦茶、豆乳あずきゼリー | 牛乳、コーンマヨトースト | 牛乳、ホットケーキ |
| | 8(日) | 9(月) | 10(火) | 11(水) | 12(木) | 13(金) | 14(土) |
| 朝おやつ | 牛乳、せんべい | 牛乳、せんべい | 牛乳、せんべい | 牛乳、せんべい | 牛乳、せんべい | 牛乳、せんべい | 牛乳、せんべい |
| 昼食 | 御飯、豆腐のすまし汁、豚肉とキャベツのみそ炒め | ★鮭と卵のちらし寿司、あおさ汁、卵の花、★さつま芋のレモン煮 | 御飯、★なすのみそ汁、浦上そぼろ、ほうれん草の磯あえ | ロールパン、コーンスープ、野菜のキッシュ、フロココリーとトマトのごまサラダ | ★肉みそうどん、豆腐とキャベツのすまし汁、きゅうりともやしの酢の物、バナナ | 御飯、じゃがいものみそ汁、チキンカツ、キャベツのおかか和え、パイン缶 | 御飯、なめこのみそ汁、魚の切干大根と野菜あんかけ |
| 昼おやつ | 牛乳、★スイートパンフキン | 牛乳、りんごケーキ | 牛乳、カステラ | 麦茶、とりそぼろおにぎり | 牛乳、★フルーツきんとん | 牛乳、レーズン蒸しパン | 牛乳、おからバナナドーナツ |
| | 15(日) | 16(月) | 17(火) | 18(水) | 19(木) | 20(金) | 21(土) |
| 朝おやつ | 牛乳、せんべい | 牛乳、せんべい | 牛乳、せんべい | 牛乳、せんべい | 牛乳、せんべい | 牛乳、せんべい | 牛乳、せんべい |
| 昼食 | 三色どんぶり、白菜のすまし汁 | 焼きそば、豆腐わかめスープ、みかん缶 | ★お月見カレー、コールスローサラダ、フルーツポンチ | コッペパン、野菜スープ、★さけのマヨネーズ焼き、トマトのツナ和え | 御飯、こまつなのみそ汁、豚肉とたまねぎのソテー、のり塩ポテト、りんご | わかめ御飯、かき玉汁、鶏のから揚げ、ほうれん草のナムル | ★タイビーエン、焼きもちろこしおにぎり、★かぼちゃのそぼろあんかけ |
| 昼おやつ | 牛乳、キャロットゼリー | 麦茶、★アッフルポト | 牛乳、★満月蒸しパン | 麦茶、焼きおにぎり | 牛乳、コーンフレーククッキー | 牛乳、みたらしまカロン | 牛乳、ヨーグルト蒸しパン |
| | 22(日) | 23(月) | 24(火) | 25(水) | 26(木) | 27(金) | 28(土) |
| 朝おやつ | 牛乳、せんべい | 牛乳、せんべい | 牛乳、せんべい | 牛乳、せんべい | 牛乳、せんべい | 牛乳、せんべい | 牛乳、せんべい |
| 昼食 | 御飯、じゃがいもとチンゲンサイのみそ汁、ツナと野菜の厚焼き卵 | てりやき野菜丼、★なすのみそ汁 | ★きのご御飯、豆腐のすまし汁、★さけの西京焼き、なます | ミートスパゲティー、具たくさん野菜スープ、バナナ | 御飯、★さつまいもとだいいこんのみそ汁、ふわりつくねのあんかけ、きゅうりのゆかり和え、★なし | 御飯、わかめ卵スープ、フルコ半風炒め、きゅうりとだいいこんのピクルス | 納豆とり丼、★チンゲンサイのみそ汁 |
| 昼おやつ | 牛乳、りんごゼリー | 牛乳、おはぎ | 牛乳、★かぼちゃドーナツ | 牛乳、★きな粉ポテト | 牛乳、おからココアカッスケーキ | 麦茶、★大学かぼちゃ | 牛乳、いちごジャムサンド |
| | 29(日) | 30(月) | | | | | |
| 朝おやつ | 牛乳、せんべい | 牛乳、せんべい | | | | | |
| 昼食 | 御飯、白菜のすまし汁、豆腐チャンスルー | ゆかり御飯、豚汁、ひじきとじゃが芋の炒り煮、もも缶 | | | | | |
| 昼おやつ | 麦茶、じゃこおかおにぎり | 牛乳、豆乳もち | | | | | |

★マークのある献立は旬の食材を使用しています



離乳食 - 初期 献立表



| | 1(日) | 2(月) | 3(火) | 4(水) | 5(木) | 6(金) | 7(土) |
|------|----------------------|----------------------|----------------------|--------------|----------------------|--------------|--------------|
| 朝おやつ | | | | | | | |
| 昼食 | 10倍粥、野菜のペースト | 10倍粥、豆腐のすり流し、野菜のペースト | 10倍粥、野菜のペースト | 10倍粥、野菜のペースト | 10倍粥、野菜のペースト | 10倍粥、野菜のペースト | 10倍粥、野菜のペースト |
| 昼おやつ | | | | | | | |
| | 8(日) | 9(月) | 10(火) | 11(水) | 12(木) | 13(金) | 14(土) |
| 朝おやつ | | | | | | | |
| 昼食 | 10倍粥、豆腐のすり流し、野菜のペースト | 10倍粥、豆腐のすり流し、野菜のペースト | 10倍粥、野菜のペースト | 10倍粥、野菜のペースト | 10倍粥、豆腐のすり流し、野菜のペースト | 10倍粥、野菜のペースト | 10倍粥、野菜のペースト |
| 昼おやつ | | | | | | | |
| | 15(日) | 16(月) | 17(火) | 18(水) | 19(木) | 20(金) | 21(土) |
| 朝おやつ | | | | | | | |
| 昼食 | 10倍粥、野菜のペースト | 10倍粥、豆腐のすり流し、野菜のペースト | 10倍粥、野菜のペースト | 10倍粥、野菜のペースト | 10倍粥、野菜のペースト | 10倍粥、野菜のペースト | 10倍粥、野菜のペースト |
| 昼おやつ | | | | | | | |
| | 22(日) | 23(月) | 24(火) | 25(水) | 26(木) | 27(金) | 28(土) |
| 朝おやつ | | | | | | | |
| 昼食 | 10倍粥、野菜のペースト | 10倍粥、野菜のペースト | 10倍粥、豆腐のすり流し、野菜のペースト | 10倍粥、野菜のペースト | 10倍粥、野菜のペースト | 10倍粥、野菜のペースト | 10倍粥、野菜のペースト |
| 昼おやつ | | | | | | | |
| | 29(日) | 30(月) | | | | | |
| 朝おやつ | | | | | | | |
| 昼食 | 10倍粥、豆腐のすり流し、野菜のペースト | 10倍粥、野菜のペースト | | | | | |
| 昼おやつ | | | | | | | |



離乳食 - 中期 献立表



| | 1(日) | 2(月) | 3(火) | 4(水) | 5(木) | 6(金) | 7(土) |
|------|--------------------------------|---------------------------|-------------------------|----------------------|------------------------------------|-----------------------------|--------------------------|
| 朝おやつ | せんべい | せんべい | せんべい | せんべい | せんべい | せんべい | せんべい |
| 昼食 | 全粥、白菜のみそ風味だし煮、鶏じゃが | 全粥、かきたま汁、豆腐と野菜のみそ煮 | 全粥、サーモン豆乳シチュー、キャベツのトマト煮 | 全粥、キャベツのみそ風味だし煮、魚の煮物 | 全粥、じゃがいものすまし汁、しらすと野菜のみそ煮 | 全粥、ほうれん草のスープ、かぼちゃとしらすの煮物 | おじや風粥、トマトスープ |
| 昼おやつ | クッキー | 煮りんご | バナナ | かぼちゃの豆乳煮 | クッキー | バナナ | クッキー |
| | 8(日) | 9(月) | 10(火) | 11(水) | 12(木) | 13(金) | 14(土) |
| 朝おやつ | せんべい | せんべい | せんべい | せんべい | せんべい | せんべい | せんべい |
| 昼食 | 全粥、すまし汁、豆腐とキャベツのみそ煮 | 鮭のおじや風粥、すまし汁 | 全粥、なすのみそ風味だし煮、野菜の卵とじ | 全粥、コーンスープ、野菜のやわらか煮 | 煮込みうどん、きゅうりとキャベツのだし煮 | 全粥、じゃがいものみそ風味だし煮、鶏むね肉と野菜の煮物 | 全粥、だいこんのみそ風味だし煮、魚の野菜あんかけ |
| 昼おやつ | かぼちゃの煮物 | さつまいもの甘煮 | クッキー | とりそぼろ粥 | 蒸し芋 | クッキー | バナナ |
| | 15(日) | 16(月) | 17(火) | 18(水) | 19(木) | 20(金) | 21(土) |
| 朝おやつ | せんべい | せんべい | せんべい | せんべい | せんべい | せんべい | せんべい |
| 昼食 | そぼろ粥、白菜のすまし汁 | 全粥、チンゲンサイのスープ、豆腐と野菜の煮物 | 全粥、野菜スープ、卵とじ | 全粥、トマトスープ、さけの煮物 | 全粥、こまつなのみそ風味だし煮、じゃがいもの卵とじ | 全粥、かき玉汁、鶏肉と野菜の煮物 | 全粥、スープ、かぼちゃのそぼろあんかけ |
| 昼おやつ | にんじんのだし煮 | さつまいもとりんご煮 | みかん缶 | コーン粥 | 煮りんご | クッキー | クッキー |
| | 22(日) | 23(月) | 24(火) | 25(水) | 26(木) | 27(金) | 28(土) |
| 朝おやつ | せんべい | せんべい | せんべい | せんべい | せんべい | せんべい | せんべい |
| 昼食 | 全粥、じゃがいもとチンゲンサイのみそ風味だし煮、野菜の卵とじ | 全粥、なすのみそ風味だし煮、鶏肉と野菜のやわらか煮 | 全粥、豆腐のすまし汁、さけのみそ煮 | 全粥、貝だくさん野菜スープ、そぼろ煮 | 全粥、さつまいもとだいこんのみそ風味だし煮、ふんわりつくねのあんかけ | 全粥、スープ、だいこんとコーンの卵とじ | 納豆とり粥、チンゲンサイのみそ風味だし煮 |
| 昼おやつ | 煮りんご | クッキー | かぼちゃの煮物 | 蒸し芋 | クッキー | かぼちゃ粥 | クッキー |
| | 29(日) | 30(月) | | | | | |
| 朝おやつ | せんべい | せんべい | | | | | |
| 昼食 | 全粥、白菜のすまし汁、豆腐チャンスルー | 全粥、みそ風味だし煮、じゃが芋の煮物 | | | | | |
| 昼おやつ | しらす粥 | 豆乳きなこ粥 | | | | | |



離乳食 - 後期 献立表



| | 1(日) | 2(月) | 3(火) | 4(水) | 5(木) | 6(金) | 7(土) |
|------|---------------------------------|-------------------------|-----------------------------|----------------------|--|------------------------------------|--------------------------|
| 朝おやつ | せんべい | せんべい | せんべい | せんべい | せんべい | せんべい | せんべい |
| 昼食 | 硬粥、白菜のみそ風味だし煮、鶏じゃが | マーボー豆腐粥、野菜スープ | 食パン、サーモン豆乳シチュー、キャベツとトマトのサラダ | 硬粥、キャベツのみそ風味だし煮、魚の煮物 | 硬粥、じゃがいものすまし汁、豚肉のみそ煮 | キャベツとしらすの Pasta、かぼちゃとほうれん草のスープ、バナナ | そばろ粥、たまごトマトスープ |
| 昼おやつ | クッキー | 煮りんご | バナナ | かぼちゃの豆乳煮 | クッキー | コーンパン粥 | クッキー |
| | 8(日) | 9(月) | 10(火) | 11(水) | 12(木) | 13(金) | 14(土) |
| 朝おやつ | せんべい | せんべい | せんべい | せんべい | せんべい | せんべい | せんべい |
| 昼食 | 硬粥、豆腐のすまし汁、豚肉とキャベツのみそ炒め煮 | 鮭のおじや風粥、すまし汁 | 硬粥、なすのみそ風味だし煮、豚肉ともやしの炒め煮 | 硬粥、コーンスープ、野菜のやわらか煮 | 煮込みうどん、きゅうりともやしの酢の物 | 硬粥、じゃがいものみそ風味だし煮、鶏むね肉と野菜のケチャップ煮 | 硬粥、だいこんのみそ風味だし煮、魚の野菜あんかけ |
| 昼おやつ | かぼちゃの煮物 | さつまいもの甘煮 | ほうれんそうの卵とじ | とりそばろ粥 | 蒸し芋 | クッキー | バナナ |
| | 15(日) | 16(月) | 17(火) | 18(水) | 19(木) | 20(金) | 21(土) |
| 朝おやつ | せんべい | せんべい | せんべい | せんべい | せんべい | せんべい | せんべい |
| 昼食 | そばろ粥、白菜のすまし汁 | 硬粥、豆腐スープ、豚肉と野菜の炒め煮 | ひき肉と野菜のケチャップ粥、野菜スープ | 硬粥、トマトスープ、さけの煮物 | 硬粥、こまつなのみそ風味だし煮、豚肉とたまねぎのケチャップ煮 | 硬粥、かき玉汁、鶏肉と野菜の煮物 | 硬粥、スープ、かぼちゃのそばろあんかけ |
| 昼おやつ | にんじんのだし煮 | さつまいもとりんご煮 | みかん缶 | コーン粥 | 煮りんご | みたらしマカロニ | ヨーグル |
| | 22(日) | 23(月) | 24(火) | 25(水) | 26(木) | 27(金) | 28(土) |
| 朝おやつ | せんべい | せんべい | せんべい | せんべい | せんべい | せんべい | せんべい |
| 昼食 | 硬粥、じゃがいもとチンゲンサイのみそ風味だし煮、野菜の厚焼き卵 | 硬粥、なすのみそ風味だし煮、鶏肉と野菜の炒め煮 | 硬粥、豆腐のすまし汁、さけのみそ煮 | ミートスパゲティ、貝たくさん野菜スープ | 硬粥、さつまいもとだいこんのみそ風味だし煮、ふんわりつくねのあんかけ、きゅうりのしょうゆ和え | 硬粥、わかめスープ、だいこんとコーンの卵とじ | 納豆とり粥、チンゲンサイのみそ風味だし煮 |
| 昼おやつ | 煮りんご | クッキー | かぼちゃの煮物 | きな粉ポテト | クッキー | かぼちゃ粥 | 食パン |
| | 29(日) | 30(月) | | | | | |
| 朝おやつ | せんべい | せんべい | | | | | |
| 昼食 | 硬粥、白菜のすまし汁、豆腐チャンスルー | 硬粥、みそ風味だし煮、ひじきとじゃが芋の炒り煮 | | | | | |
| 昼おやつ | しらす粥 | 豆乳きなこ粥 | | | | | |