

2018年5月

献立表

深見台保育園

日付	献立	エネルギーたんぱく質脂質/塩分()は未測定	材 料 名 (◎は10時おやつ ○は午後おやつ)				10時おやつ	3時おやつ	行事
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料			
1火	ご飯(麦入り) 鶏肉のごまみそ焼 コーンサラダ ほうれん草のすまし汁	573.7(498.5) 28.4(25.4) 15.7(15.5) 1.7(1.6)	米、○小麦粉、○砂糖、 押麦、油、砂糖	○牛乳、鶏もも肉、木綿豆腐、◎チーズ、○ チーズ、かつお節、ごま、白みそ	トマト、キャベツ、ブロッコリー、コーン缶、きゅうり、ほうれんそう	しょうゆ、酢、みりん、食塩	麦茶 ベビーチーズ	牛乳 チーズ入り蒸しパン	
2水	野菜あんかけラーメン さばの竜田揚げ パイン入り甘酢	516.7(443.9) 20.8(17.7) 13.4(10.6) 1.4(1.1)	ゆで中華めん、片栗粉、油、砂糖、○砂糖、 ○マカロニ	さば、豚肉(肩)、なると、○きな粉	キャベツ、たまねぎ、もやし、パイン缶、きゅうり、にんじん、しょうが、◎バナナ	中華スープ、しょうゆ、酢、酒、食塩、コンソメ、○食塩	麦茶 バナナ	麦茶 かしわ餅(幼児) マカロニあべかわ(乳児)	
7月	ブルーベリージャムサンド ポークビーンズ きのこキャベツのサラダ	446.4(413.4) 14.3(12.3) 8.8(9.4) 1.7(1.6)	食パン、○米、じゃがいも、さつまいも、砂糖、油	豚肉(肩)、だいたず水漬、 缶詰、ツナ油漬缶、バター、◎ごま	キャベツ、たまねぎ、ブルーベリージャム、にんじん、しめじ、えのきたけ	ケチャップ、しょうゆ、ウスターソース、酢、コンソメ	麦茶 乳児用菓子	麦茶 ゆかりおにぎり	
8火	ご飯(麦入り) マーボー豆腐 たたき胡瓜 わかめスープ	598.9(521.0) 22.1(20.4) 21.0(19.9) 2.1(2.1)	米、○小麦粉、○砂糖、 押麦、油、片栗粉、ごま油、油、 ○グラニュー糖、砂糖	○牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、◎チーズ、○ 卵、赤みそ	きゅうり、たまねぎ、ねぎ、にら、カットわかめ、しょうが、にんにく	しょうゆ、酢、コンソメ、白ごしょう	麦茶 ベビーチーズ	牛乳 メロンパン クッキー	もも組 春の遠足
9水	アスパラとベーコンのスパゲティ さつま芋のサラダ 玉ねぎとしめじのスープ	433.9(378.5) 11.0(9.2) 16.4(13.2) 2.0(1.6)	さつまいも、スパゲティ、 ○食パン、○マヨネーズ、マヨネーズ	ベーコン、○粉チーズ	たまねぎ、パイン缶、 グリーンアスパラガス、にんじん、きゅうり、しめじ、にんにく、 ◎あおのり、◎バナ	しょうゆ、コンソメ、酢、食塩	麦茶 バナナ	麦茶 パンせんべい	
10木	ご飯(麦入り) タンダーチキン ポテトサラダ 卵スープ	570.3(515.2) 27.3(22.7) 21.3(19.4) 2.0(1.8)	米、じゃがいも、マヨネーズ、 押麦、砂糖	鶏もも肉(皮付き)、 卵、ハム、ヨーグルト(無糖)、 ベーコン	◎そらまめ、たまねぎ、 きゅうり、にんじん、にんにく	カレーパウダー、しょうゆ、 食塩、コンソメ、白ごしょう、 ○食塩	麦茶 乳児用菓子	麦茶 塩ゆでそら豆	
11金	おかめうどん 松風焼き いんげんのおかか和え	420.5(408.6) 21.3(20.6) 11.5(12.9) 2.1(1.7)	ゆでうどん、○米、砂糖、 油、片栗粉、○砂糖	鶏ひき肉、豚ひき肉、鶏むね肉、 ○鶏ひき肉、うずら卵水煮缶、 白みそ、かまぼこ、ごま、 かつお節、かつお節、○牛乳	たまねぎ、いんげん、にんじん、 ○しめじ、◎にんじん、 カットわかめ、○ひじき、◎ トマト	しょうゆ、本みりん、○しょうゆ、 酒、○みりん、食塩	麦茶 トマト	牛乳 ひじきときのこのごはん	地域清掃
12土	ツナスパゲティ キャベツのスープ バナナ	531.3(467.0) 16.6(16.0) 18.5(17.9) 1.5(1.5)	スパゲティ、油、砂糖	○牛乳、ツナ油漬缶、◎ チーズ、ベーコン、粉チーズ	バナナ、たまねぎ、キャベツ、 にんじん、トマトピューレ、 ピーマン、コーン缶	ケチャップ、しょうゆ、 コンソメ、白ごしょう、 食塩	麦茶 ベビーチーズ	牛乳 菓子ゼリー	
14月	シュガーマーガリン 春雨と肉団子のスープ ツナとトマトのサラダ	453.5(421.8) 16.6(14.2) 14.9(14.3) 2.0(1.8)	食パン、○米、マーガリン、 はるさめ、砂糖、◎ごま油、 ごま油	鶏ひき肉、木綿豆腐、 ツナ油漬缶、○干しえび、 ◎ごま	キャベツ、トマト、にんじん、 ごまつな、たまねぎ、きゅうり、 しめじ、しょうが、○塩こんぶ	しょうゆ、酢、食塩、 コンソメ	麦茶 乳児用菓子	麦茶 桜えびと昆布のおにぎり	
15火	ご飯(麦入り) ポークチャップ ブロッコリー、 トマト根菜のスープ	600.8(522.6) 21.3(19.7) 22.8(21.3) 1.6(1.6)	米、○小麦粉、押麦、 ○グラニュー糖、油	○牛乳、豚肉(肩)、◎ チーズ、○ヨーグルト(無糖)、 ベーコン、○バター	たまねぎ、にんじん、 トマト、だいこん、 ブロッコリー、ピーマン、 ○いちごジャム	ケチャップ、しょうゆ、 食塩、コンソメ、白ごしょう	麦茶 ベビーチーズ	牛乳 スコーン	
16水	けんちんうどん 鶏つくね 三色お浸し	503.2(426.8) 28.2(22.7) 17.3(13.8) 2.1(1.6)	ゆでうどん、○食パン、 ○砂糖、片栗粉、砂糖	○牛乳、鶏ひき肉、○ 卵、木綿豆腐、鶏もも肉(皮付き)、 かつお節、○脱脂粉乳	ほうれんそう、だいこん、 にんじん、たまねぎ、 えのきたけ、ごぼう、 ねぎ、◎バナナ	しょうゆ、みりん、酒、 白ごしょう、食塩	麦茶 バナナ	牛乳 フレンチトースト	
17木	ご飯(麦入り) さわらの西京焼き 胡瓜とごぼうのサラダ 麩のすまし汁	536.0(474.2) 20.5(17.2) 15.8(14.5) 1.6(1.5)	◎さつまいも、米、○ 砂糖、押麦、マヨネーズ、 砂糖、○油、焼ふ	○牛乳、さわら、白みそ、 さけ、かつお節、ごま、 ◎ごま	きゅうり、ごぼう、 カットわかめ	みりん、しょうゆ、○ しょうゆ、食塩	麦茶 乳児用菓子	麦茶 大学いも	
18金	もやしとひき肉のラーメン レバーのかりん揚げ ごま酢和え	569.8(464.7) 26.9(21.8) 12.9(10.3) 2.1(1.7)	ゆで中華めん、○米、 片栗粉、油、砂糖	豚レバー、豚ひき肉、 ◎ウインナー、ごま、 かつお節、いわし(煮干し)、 ◎バター	きゅうり、もやし、 たまねぎ、にんじん、 ◎たまねぎ、しょうが、 カットわかめ、にんにく、 ◎トマト	中華スープ、ケチャップ、 しょうゆ、中濃ソース、 酢、◎コンソメ、○食塩、 食塩	麦茶 トマト	麦茶 ピラフ	
19土	いちごマーガリンサンド 春雨スープ バナナ	491.6(469.6) 14.0(14.4) 20.8(19.8) 1.9(1.8)	食パン、はるさめ、 マーガリン、ごま油	○牛乳、木綿豆腐、 ベーコン、◎チーズ	ごまつな、しめじ、 にんじん、いちごジャム、 バナナ	しょうゆ、コンソメ、 食塩	麦茶 ベビーチーズ	牛乳 菓子ゼリー	
21月	ハムサンド 洋風炒り豆腐 ジャックのおまめばたけ	487.1(448.6) 21.3(18.0) 18.7(17.3) 1.9(1.8)	○米、食パン、油、○ 砂糖、砂糖、ごま油	木綿豆腐、豚ひき肉、 ハム、卵、ツナ油漬缶、 だいたず水漬缶、 ◎油揚げ、脱脂粉乳、 バター、ごま、◎ごま	ごまつな、たまねぎ、 にんじん、きゅうり、 さやえんどう	しょうゆ、酢、◎本みりん、 ○酒、○しょうゆ、 コンソメ	麦茶 乳児用菓子	麦茶 おむすびいなり	
22火	ご飯(麦入り) 鶏の唐揚げ 胡瓜ともやしのかつお節和え 大根のみそ汁	602.2(523.7) 22.9(21.1) 22.6(21.2) 1.5(1.5)	米、○小麦粉、片栗粉、 押麦、○砂糖、油	○牛乳、鶏もも肉(皮付き)、 ◎チーズ、○卵、 ○ゆであずき缶、白みそ、 ◎バター、油揚げ、 いわし(煮干し)	だいこん、もやし、 きゅうり、しょうが	しょうゆ	麦茶 ベビーチーズ	牛乳 小倉ケーキ	
23水	タンメン ちくわ磯辺揚げ 春キャベツのごま和え	513.6(430.1) 20.0(15.9) 18.4(14.1) 2.0(1.5)	ゆで中華めん、○食パン、 ◎じゃがいも、◎マヨネーズ、 油、小麦粉、砂糖、 ごま油	○牛乳、ちくわ、豚肉(肩)、 ごま	キャベツ、たまねぎ、 にんじん、◎コーン缶、 もやし、チンゲンサイ、 コーン缶、◎たまねぎ、 あおのり、◎	中華スープ、しょうゆ、 食塩	麦茶 バナナ	牛乳 コーンマヨネーズトースト	
24木	そぼろ菜めし トマトと胡瓜のさっぱりサラダ 豚汁	418.8(390.2) 18.3(15.3) 10.2(10.3) 2.1(1.8)	◎じゃがいも、米、 押麦、板こんにゃく、 砂糖、ごま油	鶏ひき肉、豚肉(肩ロース)、 ○しらす干し、米みそ(淡色辛みそ)、 油揚げ、かつお節、 ごま	ごまつな、きゅうり、 トマト、◎ピーマン、 にんじん、ごぼう、 ねぎ、しょうが、◎あおのり	しょうゆ、本みりん、 酢	麦茶 乳児用菓子	麦茶 磯風味ポテト	
25金	きのこの和風スパゲティ ワンタンサラダ にんじャスープ	519.7(457.6) 23.4(21.5) 14.1(14.4) 2.2(2.1)	○米、スパゲティ、 ワンタンの皮、マヨネーズ、 ○砂糖、油、砂糖、 片栗粉	○牛乳、鶏ひき肉、 ○鶏ひき肉、◎チーズ、 かつお節、ごま	とうがん、キャベツ、 たまねぎ、トマト、 しめじ、エリンギ、 きゅうり、ほうれんそう、 にんじん	しょうゆ、○しょうゆ、 酒、食塩、酢	麦茶 ベビーチーズ	牛乳 そぼろおにぎり	
26土	わかめうどん がんもといたげんの含め煮 バナナ	560.8(490.5) 19.3(18.1) 17.4(17.1) 2.2(2.1)	ゆでうどん	○牛乳、がんもどき、 鶏もも肉(皮付き)、 ◎チーズ、かつお節	バナナ、たまねぎ、 にんじん、いんげん、 カットわかめ	しょうゆ、本みりん、 みりん、食塩	麦茶 ベビーチーズ	牛乳 菓子ゼリー	
28月	鶏の照り焼きサンド ビーフンスープ メロン	482.6(399.4) 20.6(13.3) 16.5(14.6) 1.9(1.6)	ロールパン、ビーフン、 砂糖、油、マヨネーズ	鶏もも肉(皮付き)、 ○脱脂粉乳、豚ひき肉	メロン、たまねぎ、 キャベツ、チンゲンサイ、 にんじん	しょうゆ、本みりん、 食塩、コンソメ	麦茶 乳児用菓子	スキムミルク ココア菓子ゼリー	
29火	ご飯(麦入り) 豆腐チャンプルー おしゃべりな卵焼き 油揚げとわかめのみそ汁	520.9(458.5) 25.1(22.8) 20.0(19.1) 2.0(1.9)	◎じゃがいも、米、 押麦、油、○片栗粉	木綿豆腐、卵、◎ チーズ、豚肉(肩)、 ベーコン、◎とろける チーズ、白みそ、 油揚げ、いわし(煮干し)、 ◎バター、かつお節	もやし、にんじん、 たまねぎ、わけぎ、 にら、ねぎ、 カットわかめ、◎あおのり	しょうゆ、食塩、 白ごしょう	麦茶 ベビーチーズ	麦茶 じゃがもち	
30水	ナポリタン ささ身のサラダ じゃがいもとアスパラのスープ	479.3(414.7) 20.3(16.6) 18.4(14.8) 2.0(1.6)	じゃがいも、◎ コッペパン、スパゲティ、 ○油、○グラニュー糖、 油、砂糖、ごま油	○牛乳、鶏ささ身、 ハム、ベーコン、 ○きな粉、粉チーズ	キャベツ、にんじん、 たまねぎ、グリーンア スパラガス、きゅうり、 ピーマン、コーン 缶、トマトピューレ、 ◎	ケチャップ、しょうゆ、 酢、酒、コンソメ、 食塩、白ごしょう	麦茶 バナナ	牛乳 きなご揚げパン	
31木	ハヤシライス りんごとマカロニのサラダ スクランブルエッグ	572.6(517.0) 19.9(16.8) 21.8(19.8) 2.2(2.0)	米、押麦、マヨネーズ、 マカロニ、油、砂糖	○ヨーグルト(無糖)、 豚肉(肩)、卵、ツナ油 漬缶、脱脂粉乳	たまねぎ、◎もも缶、 ◎みかん缶、◎バナ ナ、にんじん、 りんご、黄ピーマン、 きゅうり、にんにく、 パセ	ハヤシルウ、食塩、 白ごしょう	麦茶 乳児用菓子	麦茶 フルーツヨーグルト	

2018年5月

離乳食献立表

<ゴックン期～モグモグ期>
深見台保育園

	モグモグ期(7～8か月頃)		食材		ゴックン期に入らない食材
	11:00	9:00/15:00	11:00の食材	9:00/15:00	
1 火	おかゆ ささみゆでつぶし、キャベツゆでつぶし、 トマトゆでつぶし、豆腐ゆでつぶし、ほうれん草ペースト 汁のみ	乳児用菓子 パンがゆ ミルク	米/ささみ/キャベツ/トマト/豆腐/ほうれん草/かつ お節、しょうゆ、食塩	乳児用菓子 食パン	ささみ、しょうゆ
2 水	ゆでうどん(かつおだし) カレーゆでつぶし、もやしゆでつぶし 玉ねぎゆでつぶし、にんじんゆでつぶし キャベツゆでつぶし	バナナ つぶし やわらかマカロニあべかわ ミルク	ゆでうどん、かつお節/カレイ/もやし/玉ねぎ/にんじ ん/キャベツ	バナナ マカロニ、きな粉、砂糖	
7 月	パンがゆ ささみゆでつぶし、玉ねぎゆでつぶし にんじんゆでつぶし、じゃがいもゆでつぶし キャベツゆでつぶし	乳児用菓子 青のりおじや ミルク	食パン/ささみ/豆腐/にんじん/じゃがいも/たまねぎ /キャベツ	乳児用菓子 米、青のり	ささみ
8 火	おかゆ ささみゆでつぶし、豆腐ゆでつぶし 玉ねぎゆでつぶし、きゅうりゆでつぶし 汁のみ	乳児用菓子 パンがゆ ミルク	米/ささみ/豆腐/玉ねぎ/きゅうり/かつお節、しょう ゆ	乳児用菓子 食パン	ささみ、しょうゆ
9 水	ゆでうどん(かつおだし) ささみゆでつぶし、さつまいもゆでつぶし 玉ねぎゆでつぶし、にんじんゆでつぶし	バナナ つぶし パンがゆ ミルク	ゆでうどん、かつお節/ささみ/さつまいも/玉ねぎ/に んじん	バナナ 食パン	ささみ
10 木	おかゆ ささみゆでつぶし、じゃがいもゆでつぶし にんじんゆでつぶし、玉ねぎゆでつぶし 汁のみ	乳児用菓子 塩ゆでそら豆 きざみ ミルク	米/ささみ/じゃがいも/にんじん/玉ねぎ/かつお節、 しょうゆ	乳児用菓子 そら豆、食塩	ささみ、しょうゆ
11 金	ゆでうどん(かつおだし) ささみゆでつぶし、玉ねぎゆでつぶし にんじんゆでつぶし、麩のクタクタ煮	トマト つぶし にんじんおじや ミルク	ゆでうどん、かつお節/ささみ/玉ねぎ/にんじん/ふ	トマト 米、にんじん	ささみ
12 土	ゆでうどん(かつおだし) 玉ねぎゆでつぶし、にんじんゆでつぶし キャベツゆでつぶし、バナナつぶし	乳児用菓子 乳児用菓子 ミルク	ゆでうどん、かつお節/玉ねぎ/にんじん/キャベツ	乳児用菓子 乳児用菓子	ゴックン期は、 ゆでうどんのみ になります
14 月	パンがゆ ささみゆでつぶし、玉ねぎゆでつぶし、 にんじんゆでつぶし、豆腐ゆでつぶし キャベツゆでつぶし	乳児用菓子 おかがおじや ミルク	食パン/ささみ/豆腐/にんじん/じゃがいも/たまねぎ /トマト	乳児用菓子 米、かつお節	ささみ
15 火	おかゆ ささみゆでつぶし、にんじんゆでつぶし 大根ゆでつぶし、トマトゆでつぶし、ブロッコリーゆでつぶし 汁のみ	乳児用菓子 パンがゆ ミルク	米/ささみ/にんじん/大根/トマト/ブロッコリー/かつ お節、しょうゆ	乳児用菓子 食パン	ささみ、しょうゆ
16 水	ゆでうどん(かつおだし) ささみゆでつぶし、豆腐ゆでつぶし 大根ゆでつぶし、にんじんゆでつぶし ほうれん草のペースト	バナナ つぶし パンがゆ	ゆでうどん、かつお節/ささみ/豆腐/大根/にんじん/ ほうれん草	バナナ 食パン	ささみ
17 木	おかゆ カレーゆでつぶし、にんじんゆでつぶし じゃがいもゆでつぶし、麩のクタクタ煮 汁のみ	乳児用菓子 さつまいもゆでつぶし	米/カレイ/にんじん/じゃがいも/ふ/かつお節、しょう ゆ	乳児用菓子 さつまいも	しょうゆ
18 金	ゆでうどん(かつおだし) レバーペースト、もやしゆでつぶし 玉ねぎゆでつぶし、にんじんゆでつぶし	トマト つぶし にんじんおじや ミルク	ゆでうどん、かつお節/レバー/もやし/玉ねぎ/にんじ ん	トマト 米、にんじん	レバー
19 土	パンがゆ にんじんゆでつぶし、豆腐ゆでつぶし バナナつぶし	乳児用菓子 乳児用菓子 ミルク	食パン/にんじん/豆腐/バナナ	乳児用菓子 乳児用菓子	ゴックン期は、 パンがゆのみ になります
21 月	パンがゆ ささみゆでつぶし、豆腐ゆでつぶし たまねぎゆでつぶし、にんじんゆでつぶし	乳児用菓子 おかがおじや ミルク	食パン/ささみ/豆腐/玉ねぎ/にんじん	乳児用菓子 米、かつお節	ささみ
22 火	おかゆ ささみゆでつぶし、もやしゆでつぶし 大根ゆでつぶし、麩のクタクタ煮 汁のみ	乳児用菓子 パンがゆ ミルク	米/ささみ/もやし/大根/ふ/煮干し、白みそ	乳児用菓子 食パン	ささみ、白みそ
23 水	ゆでうどん(かつおだし) カレーゆでつぶし、たまねぎゆでつぶし にんじんゆでつぶし、キャベツゆでつぶし	バナナ つぶし パンがゆ ミルク	ゆでうどん、かつお節/にんじん/玉ねぎ/カレイ/キャ ベツ	バナナ 食パン	
24 木	おかゆ ささみゆでつぶし、にんじんゆでつぶし きゅうりゆでつぶし、トマトゆでつぶし 汁のみ	乳児用菓子 じゃがいもゆでつぶし ミルク	米/ささみ/にんじん/きゅうり/トマト/かつお節、白み そ	乳児用菓子 じゃがいも	ささみ、白みそ
25 金	ゆでうどん(かつおだし) ささみゆでつぶし、キャベツゆでつぶし にんじんゆでつぶし、玉ねぎゆでつぶし とうがんゆでつぶし	乳児用菓子 そぼろおじや ミルク	ゆでうどん、かつお節/ささみ/にんじん/キャベツ/玉 ねぎ/とうがん	乳児用菓子 米、豚ひき肉	ささみ
26 土	ゆでうどん(かつおだし) 玉ねぎゆでつぶし、にんじんゆでつぶし バナナつぶし	乳児用菓子 乳児用菓子 ミルク	ゆでうどん、かつお節/玉ねぎ/にんじん/ふ	乳児用菓子 乳児用菓子	ゴックン期は、 ゆでうどんのみ になります
28 月	パンがゆ ささみゆでつぶし、キャベツゆでつぶし 玉ねぎゆでつぶし、にんじんゆでつぶし メロンつぶし	乳児用菓子 乳児用菓子 プレーンヨーグルト	食パン/ささみ/キャベツ/玉ねぎ/にんじん/メロン	乳児用菓子 乳児用菓子、プレーン ヨーグルト	ささみ
29 火	おかゆ ささみゆでつぶし、豆腐ゆでつぶし 玉ねぎゆでつぶし、にんじんゆでつぶし 汁のみ	乳児用菓子 じゃがいもゆでつぶし ミルク	米/ささみ/豆腐/玉ねぎ/にんじん/煮干し、白みそ	乳児用菓子 じゃがいも	ささみ、白みそ
30 水	ゆでうどん(かつおだし) ささみゆでつぶし、キャベツゆでつぶし 玉ねぎゆでつぶし、にんじんゆでつぶし じゃがいもゆでつぶし	バナナ つぶし パンがゆ ミルク	ゆでうどん、かつお節/ささみ/キャベツ/玉ねぎ/にん じん/じゃがいも	バナナ 食パン	ささみ
31 木	おかゆ ささみゆでつぶし 玉ねぎゆでつぶし、にんじんゆでつぶし りんごすりおろし	乳児用菓子 バナナ つぶし ミルク	米/ささみ/玉ねぎ/にんじん/りんご	乳児用菓子 バナナ	ささみ

*ゴックン期は、すべてペーストになります。

*個人の状況によって使用する食材が変わることがあります。

2018年5月

離乳食献立表

<カミカミ期~バクバク期>
深見台保育園

	カミカミ期 (9~11か月頃)		食材		バクバク期に入る食材
	11:00	9:00/15:00	11:00の食材	9:00/15:00	
1火	固がゆ 鶏肉のごまみそ焼き きざみ コーンサラダ きざみ ほうれん草のすまし汁	乳児用菓子 チーズ蒸しパン ミルク	米/鶏肉、白みそ、しょうゆ、みりん、砂糖、ごま/キャベツ、きゅうり、ブロッコリー、トマト、コーン缶、酢、しょうゆ、砂糖/絹豆腐、ほうれん草、かつお節、しょうゆ、食塩	乳児用菓子 小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、牛乳、チーズ	
2水	煮込みうどん きざみ さばの竜田揚げ きざみ 湯通し パイン入り甘酢 きざみ	バナナ マカロニあべかわ きざみ ミルク	ゆでうどん、玉ねぎ、にんじん、しょうゆ、みりん、かつお節/さば、しょうゆ、酒、しょうが、片栗粉、油/キャベツ、きゅうり、パイン缶、砂糖、食塩、酢	バナナ マカロニ、きな粉、砂糖、食塩	なると
7月	ブルーベリージャムサンド (耳なし) ポークビーンズ きざみ きのこキャベツのサラダ きざみ	乳児用菓子 ゆかりおじや ミルク	食パン、ブルーベリージャム/豚肉、玉ねぎ、にんじん、さつまいも、じゃがいも、ゆで大豆、かつお節、ケチャップ、中濃ソース、バター、砂糖、食塩/キャベツ、えのきたけ、しめじ、ツナ、酢、しょうゆ、砂糖	乳児用菓子 米、ゆかり、ごま	コンソメ
8火	固がゆ マーボー豆腐 きざみ たたき胡瓜 きざみ わかめスープ きざみ	乳児用菓子 ジャムサンド (耳なし) ミルク	米/木綿豆腐、豚ひき肉、ねぎ、にら、しょうが、にんにく、赤みそ、しょうゆ、砂糖、片栗粉、油/きゅうり、酢、しょうゆ、ごま油/カットわかめ、玉ねぎ、しょうゆ、かつお節	乳児用菓子 食パン、いちごジャム	コンソメ
9水	煮込みうどん きざみ さつまいものサラダ きざみ 玉ねぎとしめじのスープ	バナナ ジャムサンド (耳なし) ミルク	ゆでうどん、玉ねぎ、にんじん、しょうゆ、みりん、かつお節/さつまいも、きゅうり、パイン缶、マヨネーズ、酢/玉ねぎ、しめじ、かつお節、しょうゆ、食塩	バナナ 食パン、いちごジャム	コンソメ
10木	固がゆ 照り焼きチキン きざみ ポテトサラダ きざみ たまごスープ	乳児用菓子 塩ゆでそら豆 きざみ ミルク	米/鶏もも肉、しょうゆ、みりん、しょうが、砂糖/じゃがいも、きゅうり、にんじん、ハム、マヨネーズ、食塩/卵、たまねぎ、かつお節、しょうゆ	乳児用菓子 そら豆、食塩	コンソメ、カレールウ、ヨーグルト
11金	煮込みうどん きざみ 松風焼き きざみ いんげんのおかか和え きざみ	トマト ひじきときのこのおじや ミルク	ゆでうどん、かつお節、にんじん、玉ねぎ、しょうゆ、みりん/鶏ひき肉、豚ひき肉、玉ねぎ、にんじん、片栗粉、白みそ、砂糖、酒、しょうゆ、ごま/いんげん、にんじん、しょうゆ、かつお節	トマト 米/ひじき、しめじ、にんじん、鶏ひき肉、かつお節、しょうゆ、みりん、砂糖、酒	かまぼこ、うずらの卵
12土	やわらかツナスパゲティ きざみ キャベツのスープ バナナ	乳児用菓子 乳児用菓子 ミルク	スパゲティ、ツナ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、ケチャップ、トマトピューレ、砂糖、食塩、粉チーズ、油/キャベツ、ベーコン、コーン缶、コンソメ、しょうゆ/バナナ		コンソメ
14月	シュガーマーガリン (耳なし) 春雨と肉団子のスープ きざみ ツナとトマトのサラダ きざみ	乳児用菓子 昆布おじや ミルク	食パン、砂糖、バター/鶏ひき肉、たまねぎ、しょうが、しょうゆ、食塩、小松菜、にんじん、木綿豆腐、しめじ、春雨、食塩、しょうゆ、ごま油、コンソメ/キャベツ、きゅうり、トマト、にんじん、ツナ、酢、しょうゆ、砂糖、食塩	乳児用菓子 米、塩こんぶ	コンソメ
15火	固がゆ ポークチャップ きざみ ブロッコリー、トマト 根菜のスープ	乳児用菓子 スコーン 又はジャムサンド ミルク	米/豚肉、食塩、たまねぎ、にんじん、ピーマン、ケチャップ、油/ブロッコリー、トマト/ベーコン、大根、にんじん、たまねぎ、コンソメ、しょうゆ、食塩	乳児用菓子 小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、ヨーグルト、バター、いちごジャム	コンソメ
16水	けんちんうどん きざみ 鶏つくね きざみ 三色お浸し きざみ	バナナ ジャムサンド (耳なし) ミルク	ゆでうどん、かつお節、しょうゆ、みりん、大根、にんじん/鶏ひき肉、木綿豆腐、玉ねぎ、片栗粉、しょうゆ、みりん、砂糖、酒、片栗粉/ほうれん草、えのきたけ、にんじん、かつお節、しょうゆ、	バナナ 食パン、いちごジャム	
17木	固がゆ さわらの西京焼き きざみ 胡瓜とごぼうのサラダ きざみ 麩のすまし汁	乳児用菓子 大学いも きざみ ミルク	米/さわら、白みそ、みりん、砂糖、酒/きゅうり、ごぼう、マヨネーズ、ごま、しょうゆ、砂糖/わかめ、焼きふ、かつお節、しょうゆ、食塩	乳児用菓子 さつまいも、油、しょうゆ、砂糖、ごま	
18金	煮込みうどん きざみ ささみのゆでつぶし 又は レバーのかりん揚げ きざみ ごま酢和え きざみ	トマト ピラフ 又は人参とコーンのおじや ミルク	ゆでうどん、にんじん、玉ねぎ、かつお節、しょうゆ、みりん/レバー、しょうが、しょうゆ、にんにく、片栗粉、油、ケチャップ、中濃ソース、砂糖/きゅうり、わかめ、ごま、砂糖、酢、しょうゆ	トマト 米/にんじん、コーン、グリーンピース、玉ねぎ、バター、食塩	コンソメ、ウインナー
19土	いちごマーガリンサンド (耳なし) 春雨スープ バナナ	乳児用菓子 乳児用菓子 ミルク	食パン、いちごジャム、バター/春雨、ベーコン、小松菜、人参、木綿豆腐、食塩、しょうゆ、ごま油、コンソメ/バナナ	乳児用菓子 乳児用菓子	コンソメ
21月	食パン (耳なし) ハム添え 洋風炒り豆腐 きざみ ジャックのおまめ揚げ きざみ	乳児用菓子 おいなりおじや ミルク	食パン、バター、きゅうり、ハム/木綿豆腐、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、卵、さやえんどう、油、かつお節、しょうゆ/小松菜、にんじん、ツナ、ごま、しょうゆ、酢、砂糖、ごま油	乳児用菓子 米/油揚げ、しょうゆ、みりん、砂糖、酒、ごま	コンソメ
22火	固がゆ 鶏の唐揚げ 湯通し 胡瓜ともやしのおかか和え きざみ 大根のみそ汁	乳児用菓子 小倉ケーキ 又はジャムサンド ミルク	米/鶏肉、しょうが、しょうゆ、みりん、片栗粉、油/きゅうり、もやし、かつお節、しょうゆ/大根、油揚げ、白みそ、煮干し	乳児用菓子 小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、卵、バター、ゆであずき	
23水	煮込みうどん きざみ 白身魚の磯辺揚げ きざみ キャベツのごま和え きざみ	バナナ ジャムサンド (耳なし) ミルク	ゆでうどん、にんじん、玉ねぎ、かつお節、しょうゆ、みりん/むきかだい、あおりの、小麦粉、油/キャベツ、にんじん、しょうゆ、砂糖、ごま	バナナ 食パン、いちごジャム	ちくわ
24木	固がゆ そぼろ菜めしの具 トマトと胡瓜のさっぱりサラダ きざみ 豚汁 きざみ	乳児用菓子 磯風味ポテト きざみ ミルク	米/鶏ひき肉、ごま油、小松菜、しょうが、みりん、砂糖、しょうゆ、ごま/トマト、きゅうり、ごま、しょうゆ、砂糖、酢、ごま油/豚肉、ねぎ、にんじん、ごぼう、油揚げ、かつお節、ごま油、白みそ	乳児用菓子 じゃがいも、ピーマン、しらす干し、あおりの、油	こんにゃく
25金	煮込みうどん きざみ ワンタンサラダ きざみ にんじясूप	乳児用菓子 そぼろおじや ミルク	ゆでうどん、にんじん、玉ねぎ、かつお節、しょうゆ、みりん/ワンタンの皮、キャベツ、きゅうり、トマト、ごま、マヨネーズ、砂糖、酢、しょうゆ/とうがん、しょうゆ、かつお節、片栗粉、食塩	乳児用菓子 米/鶏ひき肉、しょうゆ、酒、砂糖、	コンソメ
26土	わかめうどん きざみ がんもといんげんのかめ煮 きざみ バナナ	乳児用菓子 乳児用菓子 ミルク	ゆでうどん、にんじん、たまねぎ、わかめ、かつお節、しょうゆ、みりん/がんもどき、いんげん、にんじん、しょうゆ、みりん/バナナ	乳児用菓子 乳児用菓子	
28月	食パン (耳なし) てりやき添え ビーフンスープ メロン きざみ	乳児用菓子 乳児用菓子 プレーンヨーグルト	食パン/鶏肉、しょうゆ、みりん、砂糖、キャベツ、油、マヨネーズ/ビーフン、チンゲン菜、人参、玉ねぎ、豚ひき肉、かつお節、しょうゆ、食塩/メロン	乳児用菓子 乳児用菓子/プレーンヨーグルト	コンソメ
29火	固がゆ 豆腐チャンプルー きざみ おしゃべりな卵焼き きざみ 油揚げとわかめのみそ汁	乳児用菓子 じゃがもち ミルク	米/木綿豆腐、豚肉、もやし、にんじん、ニラ、食塩、しょうゆ、かつお節/卵、ベーコン、わけぎ、にんじん、しょうゆ、油/ねぎ、わかめ、油揚げ、煮干し、白みそ	乳児用菓子 じゃがいも、とろけるチーズ、青のり、バター、片栗粉	
30水	煮込みうどん きざみ ささ身のサラダ きざみ じゃがいもとアスパラのスープ	バナナ ジャムサンド (耳なし) ミルク	ゆでうどん、かつお節、しょうゆ、みりん、にんじん、玉ねぎ/鶏ささみ、食塩、酒、キャベツ、きゅうり、にんじん、しょうゆ、酢、砂糖、ごま油/ベーコン、じゃがいも、アスパラガス、コーン缶、かつお節、しょうゆ	バナナ 食パン、いちごジャム	コンソメ
31木	固がゆ 野菜のミルクスープ きざみ りんごマカロニのサラダ きざみ スクランブルエッグ	乳児用菓子 フルーツヨーグルト ミルク	米/豚肉、玉ねぎ、にんじん、ミルク、にんにく、食塩/りんご、きゅうり、黄ピーマン、マカロニ、ツナ、マヨネーズ、砂糖、食塩/卵、油	乳児用菓子 プレーンヨーグルト、もも缶、みかん缶、いちご、バナナ	ハヤシルウ、バセリ

*バクバク期は、カミカミ期より粗きざみになります。

*個人の状況によって使用する食材が変わることがあります。