



日	幼 児 食			離 乳 食	
	午前	昼 食	午後おやつ	昼 食	
				5, 6 月 月 ~	7 月 月 ~
1 火	牛乳 ごはん・白身魚のいそべ揚げ・和風サラダ・えのきだけのスープ	牛乳 おかき チーズ	ミルク	5分がゆ(米10) 煮魚ほぐし(白身魚15) 人参マッシュ(人参20)	全がゆ(米20) ムニエル(魚20・薄力2・バター2) オニオンスープ(玉葱15)
2 水	牛乳 パン・ひじきハンバーグ・トマト・キャベツのスープ	牛乳 鉄強化ウエハース	ミルク	5分がゆ(米10) キャベツのとろとろ煮(野菜20) トマトスープ(トマト15)	全がゆ(米20)・キャベツのそぼろ煮(ミソ10、野菜30、片栗)・トマトスープ(トマト15)
3 木	牛乳 ごはん 開花煮 麩のみそ汁	牛乳 丸ボーロ	ミルク	5分がゆ(米10)・豆腐の吉野煮(豆腐30、野菜30、片栗)・すまし汁(麩1、野菜5)	全がゆ(米20)・豆腐の吉野煮(豆腐30、野菜30、片栗)・すまし汁(麩1、野菜15)
4 金	牛乳 パン・レバーボール・胡瓜もみ・トマトとコーンのスープ	牛乳 せんべい	ミルク	5分がゆ(米10) 野菜のとろとろ煮(野菜20) トマトスープ(トマト15)	全がゆ(米20)・レバーと野菜のみそ煮(鶏レバー15・野菜30・ミソ)・つぶしトマト(トマト20)
5 土	牛乳 肉みそうどん バナナ	牛乳 サブレ	ミルク	煮こみうどん(麺10、野菜15、麩1) すりつぶしバナナ(10)	煮こみうどん(麺20・ミソ10・野菜15) つぶしバナナ(20)
7 月	牛乳 ごはん パプリカと鶏肉の南蛮漬 青梗菜のすまし汁	固形ヨーグルト クラッカー	ミルク	5分がゆ(米10) 野菜のとろとろ煮(野菜20) 青梗菜のスープ(青梗菜15)	全がゆ(米20)・野菜とミンチの吉野煮(野菜40・ミソ10・片栗)・青梗菜のスープ(青梗菜15)
8 火	牛乳 ごはん 厚揚げの中華風煮 春雨中華スープ	牛乳 かりんとう	ミルク	5分がゆ(米10) 豆腐つぶし煮(豆腐20・野菜20) すまし汁(野菜15)	全がゆ(米20)・豆腐の吉野煮(豆腐30・野菜20・ミソ10、片栗)・すまし汁(春雨3・野菜15)
9 水	牛乳 ごはん ハヤシ汁 切干大根サラダ	牛乳 *バナナケーキ	ミルク	5分がゆ(米10) 野菜のやわらか煮(野菜20) 玉ねぎのスープ(玉葱15)	全がゆ(米20) 野菜のとろとろ煮(野菜20) 胡瓜甘酢和(胡瓜20・酢・砂糖)
10 木	牛乳 ごはん・魚のみそ煮・小松菜のごまあえ・えのきと豆腐のすまし汁	牛乳 あられ おやついりこ	ミルク	5分がゆ(米10) 魚すり流し(白身魚10・だし30) 小松菜のスープ(小松菜10)	全がゆ(米20) 煮魚ほぐし(白身魚20) 小松菜のスープ(小松菜15)
11 金	牛乳 ごはん 豚肉となすの炒め煮 かぼちゃのみそ汁	牛乳 *黒糖もち	ミルク	5分がゆ(米10) 茄子とろとろ煮(茄子15・人参3) すまし汁(野菜15)	全がゆ(米20) 茄子そぼろ煮(ミソ15・茄子30、人参5) みそ汁(野菜15・ミソ2)
12 土	牛乳 パン ソイミートペンネ レタスのスープ	牛乳 クッキー	ミルク	5分がゆ(米10) 人参マッシュ(人参20) オニオンスープ(玉葱15)	全がゆ(米20)・大豆のトマト煮(大豆スリッパ15・人参10・BFトマト15・30)・オニオンスープ(玉葱15)
14 月	牛乳 ごはん・ひき肉とコーンのカレー・小松菜とかにかまのドレッシング	牛乳 梨	ミルク	5分がゆ(米10) クリームシチュー(牛乳10、野菜10、ミソ、だし)	全がゆ(米20)・クリームシチュー(ミソ10・牛乳10・人参10・玉葱10)・人参の軟らか煮(人参20)
15 火	牛乳 ごはん 開花煮 麩のみそ汁	牛乳 丸ボーロ	ミルク	5分がゆ(米10)・豆腐の吉野煮(豆腐30、野菜30、片栗)・すまし汁(麩1、野菜5)	全がゆ(米20)・豆腐の吉野煮(豆腐30、野菜30、片栗)・すまし汁(麩1、野菜15)
16 水	牛乳 パン・ひじきハンバーグ・トマト・キャベツのスープ	牛乳 鉄強化ウエハース	ミルク	5分がゆ(米10) キャベツのとろとろ煮(野菜20) トマトスープ(トマト15)	全がゆ(米20)・キャベツのそぼろ煮(ミソ10、野菜30、片栗)・トマトスープ(トマト15)
誕生 17 木	牛乳 カレー風味のたきこみごはん・豚ヒレのたった揚げ・トマトときゅうりのサラダ・麩のすまし汁・みかん	ゼリー	ミルク	おじや(米10、野菜10、だし)・麩と野菜の煮物(牛乳10・玉葱5・人参3・麩1)・すまし汁(野菜15)	洋風おじや(米20、ミソ15、人参5、バター2)・ツナと野菜の煮もの(ツナ10、牛乳10、玉葱10・人参5)・つぶしみかん(20)
18 金	牛乳 ごはん・白身魚のいそべ揚げ・和風サラダ・えのきだけのスープ	牛乳 おかき チーズ	ミルク	5分がゆ(米10) 煮魚ほぐし(白身魚15) 人参マッシュ(人参20)	全がゆ(米20) ムニエル(魚20・薄力2・バター2) オニオンスープ(玉葱15)
19 土	牛乳 肉みそうどん バナナ	牛乳 サブレ	ミルク	煮こみうどん(麺10、野菜15、麩1) すりつぶしバナナ(10)	煮こみうどん(麺20・ミソ10・野菜15) つぶしバナナ(20)
23 水	牛乳 ごはん・魚のみそ煮・小松菜のごまあえ・えのきと豆腐のすまし汁	牛乳 あられ おやついりこ	ミルク	5分がゆ(米10) 魚すり流し(白身魚10・だし30) 小松菜のスープ(小松菜10)	全がゆ(米20) 煮魚ほぐし(白身魚20) 小松菜のスープ(小松菜15)
24 木	牛乳 ごはん ハヤシ汁 切干大根サラダ	牛乳 *バナナケーキ	ミルク	5分がゆ(米10) 野菜のやわらか煮(野菜20) 玉ねぎのスープ(玉葱15)	全がゆ(米20) 野菜のとろとろ煮(野菜20) 胡瓜甘酢和(胡瓜20・酢・砂糖)
25 金	牛乳 ごはん 厚揚げの中華風煮 春雨中華スープ	牛乳 かりんとう	ミルク	5分がゆ(米10) 豆腐つぶし煮(豆腐20・野菜20) すまし汁(野菜15)	全がゆ(米20)・豆腐の吉野煮(豆腐30・野菜20・ミソ10、片栗)・すまし汁(春雨3・野菜15)
26 土	牛乳 パン ソイミートペンネ レタスのスープ	牛乳 クッキー	ミルク	5分がゆ(米10) 人参マッシュ(人参20) オニオンスープ(玉葱15)	全がゆ(米20)・大豆のトマト煮(大豆スリッパ15・人参10・BFトマト15・30)・オニオンスープ(玉葱15)
28 月	牛乳 ごはん パプリカと鶏肉の南蛮漬 青梗菜のすまし汁	固形ヨーグルト クラッカー	ミルク	5分がゆ(米10) 野菜のとろとろ煮(野菜20) 青梗菜のスープ(青梗菜15)	全がゆ(米20)・野菜とミンチの吉野煮(野菜40・ミソ10・片栗)・青梗菜のスープ(青梗菜15)
29 火	牛乳 ごはん・ひき肉とコーンのカレー・小松菜とかにかまのドレッシング	牛乳 梨	ミルク	5分がゆ(米10) クリームシチュー(牛乳10、野菜10、ミソ、だし)	全がゆ(米20)・クリームシチュー(ミソ10・牛乳10・人参10・玉葱10)・人参の軟らか煮(人参20)
30 水	牛乳 ごはん 豚肉となすの炒め煮 かぼちゃのみそ汁	牛乳 *黒糖もち	ミルク	5分がゆ(米10) 茄子とろとろ煮(茄子15・人参3) すまし汁(野菜15)	全がゆ(米20) 茄子そぼろ煮(ミソ15・茄子30、人参5) みそ汁(野菜15・ミソ2)

