

| 日 曜 | 献立名 | | 材料名(昼食・3時おやつ) | | | | 10時おやつ 3時おやつ | 栄養価 |
|-----------|---|------------------------|---|---|---|---------------------|---|---|
| | | | 熱ど力になるもの | 血や肉や骨になるもの | 体の調子を整えるもの | 調味料 | | |
| 01 (月) | マーボー豆腐 ナゲット ふりかけ キウイフルーツ | わかたけ汁 ●米飯 ●ヨーグルト | 米 | 絹ごし豆腐、チキンナゲット、脱脂粉乳、白みそ、◎いわし(煮干し)、ヨーグルト(加糖) | キウイフルーツ、たけのこ(ゆで)、ねぎ、カットわかめ | ケチャップ、たまごふりかけ | ●スキムミルク ●とんがりコーン スキムミルク せんべい | エネルギー 373 kcal たんぱく質 23.3 g 脂 質 12.4 g カルシウム 404 mg |
| 02 (火) | ポークカレー 切り昆布炒め 福神漬け バナナ | 乳酸菌飲料 ●米飯 ●ミニトマト | じゃがいも、油、米 | 牛乳、乳酸菌飲料、豚ひき肉、卵、ツナ油漬缶 | バナナ、たまねぎ、にんじん、こんぶ(煮物用)、福神漬、系こんにゃく、しいたけ、ミニトマト | カレールウ、しょうゆ、みりん、食塩 | ●スキムミルク 牛乳 ホットケーキ | エネルギー 647 kcal たんぱく質 24.6 g 脂 質 28.5 g カルシウム 484 mg |
| 03 (水) | 文化の日 | | | | | | | エネルギー kcal たんぱく質 g 脂 質 g カルシウム mg |
| 04 (木) | 肉団子のあんかけ ブロッコリーとかにかまのサラダ オレンジ たまごスープ | ●米飯 ●かぼちゃの甘煮 | ごまドレッシング、砂糖、片栗粉、米 | ヨーグルト(加糖)、絹ごし豆腐、卵、かにかまぼこ | オレンジ、ブロッコリー、かぼちゃ、ねぎ、赤ピーマン | 洋風だしの素、食塩 | ●スキムミルク ●あられ ヨーグルト | エネルギー 307 kcal たんぱく質 17.5 g 脂 質 14.5 g カルシウム 174 mg |
| 05 (金) | 雑煮 きな粉餅 たくあん漬け みかん | 麦茶 ●米飯 ●ミニゼリー | もち米、砂糖、米 | 鶏もも肉(皮付き)、乳酸菌飲料、ジョア、きな粉、油揚げ | だいこん(たくあん)、ごぼう(ゆで)、にんじん、みかん、しいたけ、ねぎ、かんてん(ゼリー状) | めんつゆ・3倍濃縮、しょうゆ、食塩 | ●乳酸菌飲料 ジョア 米菓子 | エネルギー 1278 kcal たんぱく質 63.0 g 脂 質 47.6 g カルシウム 104 mg |
| 06 (土) | ナポリタン レタスサラダ チーズ(キャンディ) 麦茶 | ●米飯 | スパゲティ、ごまドレッシング、オリーブ油、米 | ベーコン、チーズ、粉チーズ | レタス、たまねぎ、トマト、みずな、にんじん、ピーマン、マッシュルーム缶、コーン(冷凍) | ケチャップ | ●スキムミルク 麦茶 ドーナツ | エネルギー 336 kcal たんぱく質 10.8 g 脂 質 17.5 g カルシウム 123 mg |
| 07 (日) | | | | | | | | エネルギー kcal たんぱく質 g 脂 質 g カルシウム mg |
| 08 (月) | 目玉焼き ポイルウインナー きんぴらごぼう バナナ | とうふ汁 ●米飯 ●ミニトマト | 米 | 卵、絹ごし豆腐、ウインナーソーセージ、脱脂粉乳、白みそ、油揚げ、◎いわし(煮干し) | バナナ、ごぼう、えのきたけ、系こんにゃく、たけのこ(ゆで)、にんじん、れんこん、ごま、ミニトマト | しょうゆ、酒、和風だしの素 | ●スキムミルク ●かっばえびせん スキムミルク せんべい | エネルギー 444 kcal たんぱく質 25.6 g 脂 質 18.5 g カルシウム 389 mg |
| 09 (火) | 鮭の塩焼き 大根のそぼろ煮 キャベツのみそ汁 みかんのヨーグルト和え | ●米飯 ●ミニゼリー | 片栗粉、砂糖、米 | 牛乳、さけ(塩)、鶏ひき肉、ヨーグルト(無糖)、白みそ、油揚げ、◎いわし(煮干し) | だいこん、キャベツ、みかん缶、かんてん(ゼリー状)、カットわかめ、グリーンピース(冷凍) | しょうゆ、みりん、和風だしの素 | ●スキムミルク 牛乳 クッキー | エネルギー 291 kcal たんぱく質 17.9 g 脂 質 13.7 g カルシウム 243 mg |
| 10 (水) | クリームシチュー ほうれん草とまいたけの中国風炒め りんご 牛乳 | ●米飯 ●ヨーグルト | じゃがいも、米 | 牛乳、鶏ひき肉、卵、脱脂粉乳 | りんご果汁30%飲料、りんご、ほうれん草、たまねぎ、にんじん、まいたけ、ねぎ、グリーンピース(冷凍)、かんてん(ゼリー状) | 鳥がらだし汁、酒 | ●スキムミルク 風っ子飲料 焼き菓子 | エネルギー 439 kcal たんぱく質 17.2 g 脂 質 16.5 g カルシウム 253 mg |
| 11 (木) | 筑前煮 シュウマイ(冷凍) 納豆 キウイフルーツ | じゅんさい汁 ●米飯 ●煮豆 | さつまいも、砂糖、米 | 牛乳、絹ごし豆腐、鶏もも肉(皮付き)、挽きわり納豆、白みそ、凍り豆腐、◎いわし(煮干し)、うずら豆(煮豆) | キウイフルーツ、じゅんさい(水煮びん詰)、板こんにゃく(水煮缶)、ごぼう、しいたけ、れんこん、グリーンピース(冷凍) | しょうゆ、酒、みりん、和風だしの素 | ●スキムミルク ●ビスケット 牛乳 焼きいも | エネルギー 399 kcal たんぱく質 21.0 g 脂 質 15.2 g カルシウム 285 mg |
| 12 (金) | マカロニグラタン チップサラダ 鮭フレック オレンジ | ポトフ ●米飯 ●たまご豆腐 | じゃがいも、マカロニ、ごまドレッシング、ポテトチップス、バター、小麦粉、油、米 | 牛乳、鶏ひき肉、ベーコン、しろさけ(焼)、とろけるチーズ、卵豆腐 | オレンジ、トマト、たまねぎ、レタス、キャベツ、きゅうり、しいたけ、にんじん、コーン(冷凍) | 洋風だしの素、食塩、パセリ粉、こしょう | ●スキムミルク 牛乳 せんべい | エネルギー 451 kcal たんぱく質 20.5 g 脂 質 25.6 g カルシウム 271 mg |
| 13 (土) | 焼きそば もやしのナムル風 プッチンプリン 麦茶 | ●米飯 | ゆで中華めん、ごま油、油、米 | 豚肉(もも) | もやし、たまねぎ、キャベツ、にんじん、みずな、ごま | 中濃ソース、食塩 | ●スキムミルク 麦茶 米菓子 | エネルギー 174 kcal たんぱく質 8.3 g 脂 質 6.3 g カルシウム 60 mg |
| 14 (日) | | | | | | | | エネルギー kcal たんぱく質 g 脂 質 g カルシウム mg |
| 15 (月) | 赤魚の塩焼き 炒り豆腐 みかん 大根汁 | ●米飯 ●ふりかけ | ごま油、油、米 | 木綿豆腐、あこうだい、脱脂粉乳、鶏ひき肉、白みそ、油揚げ、◎いわし(煮干し) | みかん、だいこん、しいたけ、にんじん、ねぎ、カットわかめ、ごま | しょうゆ、みりん | ●スキムミルク ●とんがりコーン ミロ入りスキムミルク ビスケット | エネルギー 352 kcal たんぱく質 23.0 g 脂 質 10.9 g カルシウム 426 mg |

| 日 ／ 曜 | 献立名 | 材料名(昼食・3時おやつ) | | | | 10時おやつ | 栄養価 | |
|-------------|---|------------------------------|--|--|--|-----------------------------|-----------------------------------|--|
| | | 熱ど力になるもの | 血や肉や骨になるもの | 体の調子を整えるもの | 調味料 | 3時おやつ | | |
| 16 (火) | 一口カツ (織キャベツ ポテトサラダ(ハム) オレンジ) | たまごスープ ●米飯 ●ミニトマト | じゃがいも、パン粉、小麦粉、油、マヨネーズ、片栗粉、砂糖、米 | 牛乳、豚肉(ヒレ)、卵、ハム | オレンジ、キャベツ、きゅうり、ねぎ、にんじん、コーン缶、たまねぎ、カットわかめ、ミニトマト | 中濃ソース、洋風だしの素、食塩、酢、こしょう | ●スキムミルク 牛乳 ケーキ | エネルギー 685 kcal たんぱく質 36.5 g 脂 質 34.2 g カルシウム 231 mg |
| 17 (水) | おでん (中華風たたききゅうりのりの佃煮 バナナ) | ●米飯 ●さつまいものレモン煮 | さつまいも、ごま油、砂糖、米 | 卵、ウインナーソーセージ、ちくわ、生揚げ、油揚げ | バナナ、きゅうり、だいこん、板こんにゃく、みかん缶、もも缶(白糖)、西洋なし缶、キウイフルーツ、パイン缶、のり佃煮、レモン果汁、ごま | しょうゆ、酢、食塩、和風だしの素 | ●スキムミルク フルーツポンチ | エネルギー 420 kcal たんぱく質 16.3 g 脂 質 19.3 g カルシウム 138 mg |
| 18 (木) | 肉どうふ (春雨サラダ ふりかけ キウイフルーツ) | さつまいもの味噌汁 ●米飯 ●ヨーグルト | さつまいも、はるさめ、砂糖、米 | 焼き豆腐、豚ひき肉、白みそ、ハム、◎いわし(煮干し)、ヨーグルト(加糖) | りんご果汁30%飲料、キウイフルーツ、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、ねぎ、きゅうり、ごぼう、しょうが、ひじき、ごま | 冷やし中華のたれ、しょうゆ、たまごふりかけ、みりん | ●スキムミルク ●スナック 風っ子飲料 和菓子 | エネルギー 325 kcal たんぱく質 13.5 g 脂 質 9.5 g カルシウム 158 mg |
| 19 (金) | ビーンズカレー (ひじき煮 洋梨 福神漬) | 牛乳 ●米飯 ●プッチンプリン | じゃがいも、砂糖、米 | 牛乳、乳酸菌飲料、ジョア、鶏ひき肉、ゆで大豆 | たまねぎ、にんじん、福神漬、系こんにゃく、しいたけ、ひじき、西洋なし缶 | カレールウ、しょうゆ、酒、みりん、和風だしの素 | ●スキムミルク ジョア 米菓子 | エネルギー 392 kcal たんぱく質 13.8 g 脂 質 17.6 g カルシウム 241 mg |
| 20 (土) | 鶏ごぼううどん (白菜とじゃこの塩昆布和え 麦茶 ミニゼリー) | ●米飯 | 干しうどん、米 | 鶏もも肉(皮付き)、しらす干し、なると、油揚げ | はくさい、かんてん(ゼリー状)、ごぼう、にんじん、ねぎ、塩こんぶ、干しいたけ、こんぶ(だし用) | しょうゆ、食塩 | ●スキムミルク 麦茶 せんべい | エネルギー 235 kcal たんぱく質 10.6 g 脂 質 4.4 g カルシウム 75 mg |
| 21 (日) | | | | | | | | エネルギー kcal たんぱく質 g 脂 質 g カルシウム mg |
| 22 (月) | 鶏の唐揚げ (もやしのごまサラダ 鮭フレーク オレンジ) | 麩のすまし汁(えのき) ●米飯 ●ヨーグルト | から揚げ粉、和風ドレッシング、油、焼ふ、米 | 鶏もも肉(皮付き)、絹ごし豆腐、脱脂粉乳、しらす(焼)、ハム、ヨーグルト(加糖) | オレンジ、もやし、トマト、きゅうり、えのきたけ、にんじん、ねぎ、すりごま | かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 | ●スキムミルク ●あられ スキムミルク ビスケット | エネルギー 432 kcal たんぱく質 28.4 g 脂 質 19.1 g カルシウム 376 mg |
| 23 (火) | 勤労感謝の日 | | | | | | | エネルギー kcal たんぱく質 g 脂 質 g カルシウム mg |
| 24 (水) | チーズオムレツ (★ジャーマンポテト(ベーコン) バナナ 白菜と生揚げの味噌汁) | ●米飯 ●ミニトマト | じゃがいも、バター、オリーブ油、米 | 牛乳、卵、ベーコン、生揚げ、白みそ、とろけるチーズ、◎いわし(煮干し) | バナナ、たまねぎ、はくさい、マッシュルーム缶、ねぎ、ピーマン、にんにく、ミニトマト | ケチャップ、食塩、パセリ粉、こしょう | ●スキムミルク 牛乳 米菓子 | エネルギー 593 kcal たんぱく質 25.3 g 脂 質 38.7 g カルシウム 328 mg |
| 25 (木) | 鮭のムニエル (スパゲティサラダ キウイフルーツ 豚汁) | ●米飯 ●塩ゆで枝豆 | じゃがいも、マヨネーズ、サラダ用スパゲティ、小麦粉、バター、油、和風ドレッシング、米 | 牛乳、さけ、豚肉(もも)、白みそ、ハム、◎いわし(煮干し) | キウイフルーツ、だいこん、にんじん、きゅうり、ねぎ、ごぼう(ゆで)、コーン(冷凍)、えだまめ | 食塩、こしょう | ●スキムミルク ●とんがりコーン 牛乳 和菓子 | エネルギー 460 kcal たんぱく質 25.8 g 脂 質 24.7 g カルシウム 215 mg |
| 26 (金) | ベーコンシチュー (切り干し大根の煮物 りんご 牛乳) | ●米飯 ●ミニゼリー | じゃがいも、砂糖、米 | 牛乳、ベーコン、脱脂粉乳、油揚げ | りんご、たまねぎ、にんじん、グリーンピース(冷凍)、切り干しだいこん、ごま、かんてん(ゼリー状) | しょうゆ、酒、みりん、和風だしの素 | ●スキムミルク プリン | エネルギー 451 kcal たんぱく質 16.8 g 脂 質 22.2 g カルシウム 295 mg |
| 27 (土) | チャンポンうどん (ほうれん草のごま和え バナナ 麦茶) | ●米飯 | 干しうどん、ごま油、砂糖、米 | 豚肉(ロース) | バナナ、ほうれんそう、キャベツ、もやし、にんじん、たけのこ(ゆで)、ねぎ、にら、すりごま、干しいたけ | しょうゆ、昆布だし汁(煮出し) | ●スキムミルク 麦茶 米菓子 | エネルギー 337 kcal たんぱく質 12.0 g 脂 質 8.8 g カルシウム 90 mg |
| 28 (日) | | | | | | | | エネルギー kcal たんぱく質 g 脂 質 g カルシウム mg |
| 29 (月) | エビフライ (織キャベツ 山菜と春雨炒め オレンジ) | 中華風スープ ●米飯 ●ヨーグルト | はるさめ、油、ごま油、片栗粉、米 | 脱脂粉乳、豚肉(もも)、ヨーグルト(加糖) | オレンジ、キャベツ、ほうれんそう、たけのこ(ゆで)、にんじん、しいたけ、生わらび(ゆで)、ねぎ | 濃厚ソース、しょうゆ、中華だしの素、酒、食塩、こしょう | ●スキムミルク ●かっぱえびせん スキムミルク 和菓子 | エネルギー 351 kcal たんぱく質 19.2 g 脂 質 10.0 g カルシウム 339 mg |
| 30 (火) | 五目たまご焼き (かむカムサラダ キウイフルーツ なめこ汁) | ●米飯 ●ミニトマト | ごま油、油、砂糖、米 | 牛乳、卵、絹ごし豆腐、鶏ひき肉、白みそ、さきいか、◎いわし(煮干し) | キウイフルーツ、にんじん、なめこ、もやし、きゅうり、しいたけ、ほうれんそう、ねぎ、切り干しだいこん、ひじき、ミニトマト | しょうゆ、酒、食塩、辛し(練り)、こしょう | ●スキムミルク 牛乳 せんべい | エネルギー 343 kcal たんぱく質 22.4 g 脂 質 17.9 g カルシウム 277 mg |

★…鯉ヶ沢町内認定こども園・保育所の共通メニューです。

●…3歳未満児追加分です。

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|--|---|--|--|--|--|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| | おかゆ(7倍) マーボー豆腐 ナゲット ふりかけ ヨーグルト キウイフルーツ わかたけ汁 離乳食用菓子 スキムミルク | おかゆ ポークカレー 切り昆布炒め 福神漬け ミニトマト バナナ 乳酸菌飲料 ホットケーキ 牛乳 | 文化の日 | おかゆ 肉団子のあんかけ ブロッコリーとカニカマのサラダ かぼちゃの甘煮 オレンジ たまごスープ ヨーグルト | おかゆ 雑煮 きな粉餅 たくあん漬け ミニゼリー みかん 麦茶 離乳食用菓子 ジョア | ナポリタン レタスサラダ チーズ 麦茶 離乳食用菓子 麦茶 |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| | おかゆ 目玉焼き ポイルウインナー きんぴらごぼう ミニトマト バナナ とうふ汁 離乳食用菓子 スキムミルク | おかゆ 鮭の塩焼き 大根のそぼろ煮 みかんのヨーグルト和え ミニゼリー キャベツのみそ汁 離乳食用菓子 牛乳 | おかゆ クリームシチュー ほうれん草とまいたけの中国風炒め ヨーグルト りんご 牛乳 離乳食用菓子 風っ子飲料 | おかゆ 筑前煮 シュウマイ 納豆 煮豆 キウイフルーツ じゅんさい汁 やきいも 牛乳 | おかゆ マカロニグラタン チップサラダ 鮭フレーク たまご豆腐 オレンジ ポトフ 離乳食用菓子 牛乳 | 焼きそば もやしのナムル風 プッチンプリン 麦茶 離乳食用菓子 麦茶 |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| | おかゆ 赤魚の塩焼き 炒り豆腐 ふりかけ みかん 大根汁 離乳食用菓子 スキムミルク | おかゆ 一口カツ 織キャベツ ポテトサラダ ミニトマト オレンジ たまごスープ ケーキ 牛乳 | おかゆ おでん 中華風たたききゅうり さつまいものレモン煮 のりの佃煮 バナナ フルーツポンチ | おかゆ 肉豆腐 春雨サラダ ふりかけ ヨーグルト キウイフルーツ さつま芋のみそ汁 離乳食用菓子 風っ子飲料 | おかゆ ビーンズカレー ひじき煮 福神漬け 洋梨缶 プッチンプリン 牛乳 離乳食用菓子 ジョア | 鶏ごぼううどん 白菜とじゃこの塩昆布和え ミニゼリー 麦茶 離乳食用菓子 麦茶 |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| | おかゆ 鶏の唐揚げ もやしのごまサラダ 鮭フレーク ヨーグルト オレンジ 麩のすまし汁 離乳食用菓子 スキムミルク | 勤労感謝の日 | おかゆ チーズオムレツ ★ジャーマンポテト ミニトマト バナナ 白菜と生揚げのみそ汁 離乳食用菓子 牛乳 | おかゆ 鮭のムニエル スパゲティサラダ 枝豆 キウイフルーツ 豚汁 離乳食用菓子 牛乳 | おかゆ ベーコンシチュー 切り干し大根の煮物 ミニゼリー りんご 牛乳 プリン | チャンポンうどん ほうれん草のごま和え バナナ 麦茶 離乳食用菓子 麦茶 |
| 28 | 29 | 30 | | | | |
| | おかゆ エビフライ 織キャベツ 春雨と山菜炒め ヨーグルト オレンジ 中国風スープ 離乳食用菓子 スキムミルク | おかゆ 五目卵焼き かむカムサラダ ミニトマト キウイフルーツ なめこ汁 離乳食用菓子 牛乳 | | | | |

※上段は昼食、下段はおやつです。

★…鯉ヶ沢町内認定こども園・保育所の共通メニューです。

※汁物・スープ類は上澄み、果物類はすりつぶし・うらごしになります。

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|--|--|--|--|---|--|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| | おかゆ(7倍) ササミと野菜の煮物 とうふの薄味煮 無糖ヨーグルト キウイフルーツ 味噌汁 | おかゆ ササミと野菜の煮物 切り昆布のやわらか煮 ミニトマト バナナ 野菜スープ | 文化の日 | おかゆ ササミと野菜の煮物 かぼちゃのやわらか煮 オレンジ 野菜スープ | 野菜あんかけ鯛ごはん 里芋と豚肉のうま煮 みかん 野菜スープ | おかゆ ササミと野菜の煮物 ブロッコリーのやわらか煮 バナナ 野菜スープ |
| | 離乳食用菓子 イオン水 | 離乳食用菓子 りんご果汁 | | 無糖ヨーグルト | 離乳食用菓子 野菜入りミックス果汁 | 離乳食用菓子 麦茶 |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| | おかゆ ササミと野菜の煮物 アスパラのやわらか煮 ミニトマト バナナ 味噌汁 | おかゆ 白身魚と野菜の煮物 大根のやわらか煮 みかん 味噌汁 | おかゆ ササミと野菜の煮物 ほうれん草のやわらか煮 無糖ヨーグルト りんご 野菜スープ | おかゆ 鶏肉と野菜の煮物 とうふの薄味煮 納豆 キウイフルーツ 味噌汁 | おかゆ ササミと野菜の煮物 じゃがいものやわらか煮 おぼろ豆腐 オレンジ 野菜スープ | おかゆ ササミと野菜の煮物 かぼちゃのやわらか煮 バナナ 野菜スープ |
| | 離乳食用菓子 ブルーベリー果汁 | 離乳食用菓子 イオン水 | 離乳食用菓子 りんご果汁 | やきいも 野菜入りミックス果汁 | 離乳食用菓子 ブルーベリー果汁 | 離乳食用菓子 麦茶 |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| | おかゆ 白身魚と野菜の煮物 炒り豆腐 みかん 味噌汁 | おかゆ ササミと野菜の煮物 ポテトサラダ ミニトマト オレンジ 野菜スープ | おかゆ ササミと野菜の煮物 さつまいものやわらか煮 バナナ 野菜スープ | おかゆ ササミと野菜の煮物 とうふのやわらか煮 無糖ヨーグルト キウイフルーツ 味噌汁 | おかゆ ササミと野菜の煮物 ひじきのやわらか煮 オレンジ 野菜スープ | おかゆ 鶏肉と野菜の煮物 白菜とじゃこのやわらか煮 バナナ 野菜スープ |
| | 離乳食用菓子 イオン水 | 離乳食用菓子 りんご果汁 | 離乳食用菓子 野菜入りミックス果汁 | 離乳食用菓子 ブルーベリー果汁 | 離乳食用菓子 イオン水 | 離乳食用菓子 麦茶 |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| | おかゆ 鶏肉と野菜の煮物 ブロッコリーのやわらか煮 無糖ヨーグルト 野菜スープ | 勤労感謝の日 | おかゆ ササミと野菜の煮物 じゃがいものやわらか煮 ミニトマト バナナ 味噌汁 | おかゆ 白身魚と野菜の煮物 大根のやわらか煮 枝豆 キウイフルーツ 味噌汁 | おかゆ ササミと野菜の煮物 切り干し大根の煮物 りんご 野菜スープ | おかゆ ササミと野菜の煮物 ほうれん草のごま和え バナナ 野菜スープ |
| | 離乳食用菓子 りんご果汁 | | 離乳食用菓子 野菜入りミックス果汁 | 離乳食用菓子 ブルーベリー果汁 | 無糖ヨーグルト | 離乳食用菓子 麦茶 |
| 28 | 29 | 30 | | | | |
| | おかゆ 白身魚と野菜の煮物 ほうれん草のやわらか煮 無糖ヨーグルト オレンジ 野菜スープ | おかゆ ササミと野菜の煮物 とうふのたまごとじ ミニトマト キウイフルーツ 味噌汁 | | | | |
| | 離乳食用菓子 イオン水 | 離乳食用菓子 りんご果汁 | | | | |

※上段は昼食、下段はおやつです。

※汁物・スープ類は上澄み、果物類はすりつぶし・うらごしになります。