2022年04月 献立表　舞戸保育所

日／曜	献立名		材料名（昼食・3時おやつ） 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	10時おやつ 3時おやつ	栄養価
01（金）	肉じゃが かむカムサラダ ふりかけ いちご	とうふ汁 ●米飯 ●塩ゆで枝豆	じゃがいも、ごま油、砂糖、米	絹ごし豆腐、豚肉（肩ロース）、牛乳、白みそ、さきいか、油揚げ、◎いわし(煮干し)	いちご、たまねぎ、にんじん、糸こんにゃく、えのきたけ、もやし、きゅうり、グリンピース（冷凍）、切り干しだいこん、えだまめ	めんつゆ・３倍濃縮、たまごふりかけ、しょうゆ、酒、食塩、辛し（練り）、こしょう	●スキムミルク 牛乳 和菓子	エネルギー 250 kcal たんぱく質 13.7 g 脂質 9.9 g カルシウム 139 mg
02（土）	山菜うどん たくあん漬け 白菜とじゃこの塩昆布和え バナナ	麦茶 ●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	バナナ、はくさい、生わらび（ゆで）、たけのこ（水煮缶）、にんじん、ねぎ、えのきたけ、なめこ、塩こんぶ、干ししいたけ、こんぶ（だし用）、だいこん（たくあん）	しょうゆ、食塩、和風だしの素	●スキムミルク 麦茶 揚げ菓子	エネルギー 303 kcal たんぱく質 11.7 g 脂質 6.1 g カルシウム 69 mg
03（日）								エネルギー kcal たんぱく質 g 脂質 g カルシウム mg
04（月）	目玉焼き ボイルウインナー ほうれん草のツナ和え オレンジ	わかたけ汁 ●米飯 ●ヨーグルト	米	卵、ウインナーソーセージ、脱脂粉乳、ツナ油漬缶、白みそ、◎いわし(煮干し)、ヨーグルト(加糖)	オレンジ、ほうれんそう、たけのこ（ゆで）、カットわかめ	しょうゆ	●ビスケット スキムミルク クッキー	エネルギー 348 kcal たんぱく質 23.7 g 脂質 17.5 g カルシウム 358 mg
05（火）	鮭のムニエル 元気サラダ キウイフルーツ 白菜と生揚げの味噌汁	●米飯 ●ミニトマト	小麦粉、バター、オリーブ油、油、砂糖、米	さけ、生揚げ、白みそ、ハム、◎いわし(煮干し)、かつお節、ヨーグルト(加糖)	キャベツ、キウイフルーツ、はくさい、きゅうり、にんじん、ねぎ、コーン（冷凍）、塩こんぶ、ミニトマト	酢、こしょう	●スキムミルク ヨーグルト	エネルギー 247 kcal たんぱく質 17.3 g 脂質 13.0 g カルシウム 119 mg
06（水）	おでん 中華風たたききゅうり いちご ふりかけ	●米飯 ●煮豆	ごま油、メープルシロップ、砂糖、米	牛乳、卵、ウインナーソーセージ、ちくわ、生揚げ、油揚げ、うずら豆（煮豆）	いちご、きゅうり、だいこん、板こんにゃく、ごま	しょうゆ、酢、たまごふりかけ、食塩、和風だしの素	●スキムミルク 牛乳 パンケーキ	エネルギー 466 kcal たんぱく質 23.2 g 脂質 27.5 g カルシウム 333 mg
07（木）	チーズオムレツ チップサラダ オレンジ なめこ汁	●米飯 ●さつまいものレモン煮	ごまドレッシング、スナック菓子（ポテト系）、オリーブ油、米、砂糖、さつまいも	牛乳、卵、絹ごし豆腐、ベーコン、白みそ、とろけるチーズ、◎いわし(煮干し)	オレンジ、トマト、レタス、たまねぎ、なめこ、きゅうり、マッシュルーム缶、コーン（冷凍）、レモン果汁	ケチャップ、食塩、こしょう	●スキムミルク ●かっぱえびせん 牛乳 米菓子	エネルギー 476 kcal たんぱく質 22.3 g 脂質 31.3 g カルシウム 318 mg
08（金）	ポークカレー 切り昆布炒め 福神漬け バナナ	牛乳 ●米飯 ●ミニゼリー	じゃがいも、油、米	牛乳、豚ひき肉、ツナ油漬缶、乳酸菌飲料ジョア	バナナ、たまねぎ、にんじん、こんぶ（煮物用）、福神漬、糸こんにゃく、しいたけ、かんてん（ゼリー状）	カレールウ、しょうゆ、みりん、食塩	●スキムミルク ジョア ビスケット	エネルギー 442 kcal たんぱく質 15.3 g 脂質 20.0 g カルシウム 255 mg
09（土）	焼きそば もやしのナムル風 ミニゼリー 麦茶	●米飯	ゆで中華めん、ごま油、油、米	豚肉(もも)	もやし、かんてん（ゼリー状）、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 175 kcal たんぱく質 8.3 g 脂質 6.3 g カルシウム 62 mg
10（日）								エネルギー kcal たんぱく質 g 脂質 g カルシウム mg
11（月）	肉団子のあんかけ ツナサラダ のりの佃煮 オレンジ	大根汁 ●米飯 ●ヨーグルト	和風ドレッシング、米	カルピス、白みそ、ツナ油漬缶、油揚げ、◎いわし(煮干し)、ヨーグルト(加糖)	オレンジ、もやし、だいこん、きゅうり、にんじん、のり佃煮、すりごま、なめこ		●スキムミルク ●あられ カルピス せんべい	エネルギー 214 kcal たんぱく質 7.2 g 脂質 5.5 g カルシウム 112 mg
12（火）	豚肉のすき煮風 ほうれん草のごま和え ごま昆布 いちご	たまごスープ ●米飯 ●枝豆	砂糖、片栗粉、米	牛乳、卵、豚肉（ロース）、焼き豆腐	はくさい、いちご、ほうれんそう、しらたき、ねぎ、こんぶ佃煮、えのきたけ、にんじん、すりごま、えだまめ	しょうゆ、洋風だしの素、みりん、和風だしの素、食塩、酒	●スキムミルク 牛乳 ビスケット	エネルギー 292 kcal たんぱく質 17.3 g 脂質 14.8 g カルシウム 297 mg
13（水）	筑前煮 小松菜のワンタンサラダ 納豆 バナナ	わかめ汁 ●米飯 ●ミニトマト	ワンタンの皮、砂糖、米	絹ごし豆腐、鶏もも肉（皮付き）、挽きわり納豆、白みそ、しらす干し、凍り豆腐、◎いわし(煮干し)	バナナ、こまつな、板こんにゃく、にんじん、たけのこ（水煮缶）、ごぼう、しいたけ、れんこん、グリンピース（冷凍）、カットわかめ、ごま、ミニトマト	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 312 kcal たんぱく質 19.5 g 脂質 11.5 g カルシウム 225 mg
14（木）	アジフライ 繊キャベツ シュウマイ（冷凍） オレンジ	じゅんさい汁 ●米飯 ●ミニゼリー	油、米	牛乳、絹ごし豆腐、白みそ、◎いわし(煮干し)	オレンジ、キャベツ、じゅんさい（水煮びん詰）、かんてん（ゼリー状）	しょうゆ、濃厚ソース	●スキムミルク ●とんがりコーン 牛乳 和菓子	エネルギー 291 kcal たんぱく質 17.3 g 脂質 10.0 g カルシウム 230 mg
15（金）	クリームシチュー ひじき煮 キウイフルーツ 乳酸菌飲料	●米飯 ●たまごどうふ	じゃがいも、ホットケーキ粉、砂糖、米	牛乳、乳酸菌飲料、鶏ひき肉、卵、脱脂粉乳、ゆで大豆、卵豆腐	キウイフルーツ、たまねぎ、にんじん、糸こんにゃく、しいたけ、グリンピース（冷凍）、ひじき	しょうゆ、酒、みりん、和風だしの素	●スキムミルク 牛乳 蒸しパン	エネルギー 459 kcal たんぱく質 17.9 g 脂質 13.5 g カルシウム 313 mg

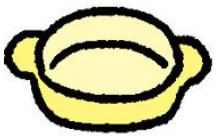
日／曜	献立名	材料名（昼食・3時おやつ） 熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料	10時おやつ / 3時おやつ	栄養価
16（土）	ナポリタン ●米飯 レタスサラダ バナナ 麦茶	スパゲティ、ごまドレッシング、オリーブ油、米	ベーコン、粉チーズ	バナナ、レタス、たまねぎ、みずな、にんじん、ピーマン、マッシュルーム缶、コーン（冷凍）	ケチャップ	●スキムミルク 麦茶 揚げ菓子	エネルギー 350 kcal たんぱく質 9.2 g 脂質 14.6 g カルシウム 80 mg
17（日）							エネルギー kcal たんぱく質 g 脂質 g カルシウム mg
18（月）	鮭の塩焼き ●米飯 炒りどうふ ●ヨーグルト オレンジ キャベツとわかめの味噌汁	米、ごま油、油	木綿豆腐、さけ（塩）、鶏ひき肉、白みそ、脱脂粉乳、ヨーグルト(加糖)、◎いわし(煮干し)	オレンジ、しいたけ、にんじん、ねぎ、ごま、キャベツ、カットわかめ	しょうゆ、みりん	●スキムミルク ●スナック スキムミルク ビスケット	エネルギー 353 kcal たんぱく質 15.8 g 脂質 11.0 g カルシウム 92 mg
19（火）	ハンバーグ さつま汁 水菜サラダ ●米飯 のりの佃煮 ●ミニトマト バナナ	米、さつまいも（皮付）、ごまドレッシング、油	豚ひき肉、白みそ、◎いわし(煮干し)、乳酸菌飲料ジョア	パナナ、ミニトマト、たまねぎ、レタス、だいこん、みずな、にんじん、ねぎ、のり佃煮、コーン（冷凍）、ごぼう	オールスパイス・粉、ケチャップ	●スキムミルク ジョア 米菓子	エネルギー 531 kcal たんぱく質 18.0 g 脂質 17.3 g カルシウム 151 mg
20（水）	一口カツ わかめスープ 繊キャベツ ●米飯 ブロッコリーサラダ ●枝豆 いちご	米、パン粉、小麦粉、油、マヨネーズ	牛乳、豚肉(ヒレ)、卵	いちご、キャベツ、ブロッコリー、えだまめ、きゅうり、にんじん、ねぎ、カットわかめ	中濃ソース、しょうゆ、洋風だしの素、食塩、こしょう	●スキムミルク 牛乳 ショートケーキ	エネルギー 759 kcal たんぱく質 35.8 g 脂質 31.2 g カルシウム 209 mg
21（木）	マーボーどうふ 大根汁 きんぴらごぼう ●米飯 ふりかけ ●かぼちゃの甘煮 キウイフルーツ	米、砂糖	牛乳、絹ごし豆腐、白みそ、油揚げ、◎いわし(煮干し)	キウイフルーツ、だいこん、ごぼう、糸こんにゃく、たけのこ（ゆで）、ねぎ、にんじん、れんこん、カットわかめ、ごま、かぼちゃ	しょうゆ、たまごふりかけ、酒、和風だしの素、食塩	●スキムミルク ●ビスケット 牛乳 和菓子	エネルギー 377 kcal たんぱく質 15.3 g 脂質 10.3 g カルシウム 268 mg
22（金）	ビーンズカレー ●米飯 切り干し大根の煮物 ●ミニゼリー バナナ 牛乳	じゃがいも、米	牛乳、鶏ひき肉、油揚げ、ゆで大豆	りんご果汁３０％飲料、バナナ、たまねぎ、にんじん、切り干しだいこん、ごま、かんてん（ゼリー状）	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 風っ子飲料 せんべい	エネルギー 447 kcal たんぱく質 13.7 g 脂質 17.0 g カルシウム 209 mg
23（土）	味噌ラーメン ●米飯 ギョーザ バナナ 麦茶	ゆで中華めん、米	豚ひき肉	バナナ、キャベツ、もやし、たまねぎ、にんじん、コーン（冷凍）	しょうゆ	●スキムミルク 麦茶 せんべい	エネルギー 457 kcal たんぱく質 14.0 g 脂質 8.3 g カルシウム 46 mg
24（日）							エネルギー kcal たんぱく質 g 脂質 g カルシウム mg
25（月）	鶏の唐揚げ ●米飯 ほうれん草のナムル風 ●ヨーグルト いちご とうふ汁	米、から揚げ粉、油、ごま油	鶏もも肉（皮付き）、絹ごし豆腐、脱脂粉乳、白みそ、◎いわし(煮干し)、ヨーグルト(加糖)	いちご、もやし、ほうれんそう、カットわかめ、ごま	食塩	●スキムミルク ●スナック スキムミルク ビスケット	エネルギー 527 kcal たんぱく質 27.2 g 脂質 18.3 g カルシウム 390 mg
26（火）	肉どうふ ●米飯 春雨サラダ ●ふりかけ バナナ 白菜汁	米、はるさめ、砂糖	牛乳、白みそ、ハム、◎いわし(煮干し)、豚ひき肉、焼き豆腐	バナナ、はくさい、にんじん、きゅうり、もやし、ねぎ、ひじき、ごま、たまねぎ、しょうが、えのきたけ	冷やし中華のたれ、みりん、しょうゆ	●スキムミルク 牛乳 和菓子	エネルギー 375 kcal たんぱく質 10.9 g 脂質 6.6 g カルシウム 195 mg
27（水）	エビのぽりレタス添え わかめスープ（キャベツ） ポテトサラダ ●米飯 オレンジ ●ミニトマト ふりかけ	米、じゃがいも、マヨネーズ、砂糖	牛乳、ハム、スライスチーズ	オレンジ、ミニトマト、グリーンアスパラガス、レタス、キャベツ、にんじん、きゅうり、たまねぎ、コーン（冷凍）、カットわかめ、焼きのり	濃厚ソース、たまごふりかけ、中華だしの素、食塩、酢、こしょう	●乳酸菌飲料 牛乳 ケーキ	エネルギー 659 kcal たんぱく質 21.9 g 脂質 25.2 g カルシウム 250 mg
28（木）	チキンシチュー ●米飯 山菜と春雨炒め ●ミニゼリー キウイフルーツ 乳酸菌飲料	じゃがいも、はるさめ、ごま油、米	牛乳、乳酸菌飲料、鶏ひき肉、脱脂粉乳	たまねぎ、キウイフルーツ、にんじん、たけのこ（ゆで）、しいたけ、生わらび（ゆで）、グリンピース（冷凍）、かんてん（ゼリー状）	しょうゆ、酒、和風だしの素	●スキムミルク ●あられ 牛乳 米菓子	エネルギー 402 kcal たんぱく質 15.7 g 脂質 13.3 g カルシウム 239 mg
29（月）	昭和の日						エネルギー kcal たんぱく質 g 脂質 g カルシウム mg
30（土）	焼きうどん ●米飯 ナゲット バナナ 麦茶	ゆでうどん、米、油	チキンナゲット、豚肉(ばら)	バナナ、キャベツ、たまねぎ、にんじん	ウスターソース、ケチャップ	●スキムミルク 麦茶 米菓子	エネルギー 504 kcal たんぱく質 15.8 g 脂質 15.5 g カルシウム 53 mg

●…3歳未満児追加分です。

2022年4月

離乳食献立表（完了期）

舞戸保育所

日	月	火	水	木	金	土
					1 おかゆ（2倍） 肉じゃが かむカムサラダ ふりかけ 枝豆 いちご とうふ汁 離乳食用菓子 牛乳	2 山菜うどん たくあん漬け 白菜とじゃこの塩昆布和え バナナ 麦茶 離乳食用菓子 麦茶
3	4 おかゆ 目玉焼き ボイルウインナー ほうれん草のごま和え ヨーグルト オレンジ わかたけ汁 離乳食用菓子 スキムミルク	5 おかゆ 鮭のムニエル 元気サラダ ミニトマト キウイフルーツ 白菜と生揚げのみそ汁 ヨーグルト	6 おかゆ おでん 中華風たたききゅうり 煮豆 いちご ふりかけ パンケーキ 牛乳	7 おかゆ チーズオムレツ チップサラダ さつまいものレモン煮 オレンジ なめこ汁 離乳食用菓子 牛乳	8 おかゆ ポークカレー 切り昆布炒め 福神漬け ミニゼリー バナナ 牛乳 離乳食用菓子 ジョア	9 焼きそば もやしのナムル風 ミニゼリー 麦茶 離乳食用菓子 麦茶
10	11 おかゆ 肉団子のあんかけ ツナサラダ のりの佃煮 ヨーグルト オレンジ 大根汁 離乳食用菓子 カルピス	12 おかゆ 豚肉のすき煮風 ほうれん草のツナ和え ごま昆布 枝豆 いちご たまごスープ 離乳食用菓子 牛乳	13 おかゆ 筑前煮 小松菜のワンタンサラダ 納豆 ミニトマト バナナ わかめ汁 プリン	14 おかゆ アジフライ 繊キャベツ シュウマイ ミニゼリー オレンジ じゅんさい汁 離乳食用菓子 牛乳	15 おかゆ クリームシチュー ひじき煮 たまごどうふ キウイフルーツ 乳酸菌飲料 蒸しパン 牛乳	16 ナポリタン レタスサラダ バナナ 麦茶 離乳食用菓子 麦茶
17	18 おかゆ 鮭の塩焼き 炒りどうふ ヨーグルト オレンジ キャベツとわかめのみそ汁 離乳食用菓子 スキムミルク	19 おかゆ ハンバーグ 水菜サラダ のりの佃煮 ミニトマト バナナ さつま汁 離乳食用菓子 ジョア	20 おかゆ 一口カツ 繊キャベツ ブロッコリーサラダ 枝豆 いちご わかめスープ ケーキ 牛乳	21 おかゆ マーボーどうふ きんぴらごぼう ふりかけ かぼちゃの甘煮 キウイフルーツ 大根汁 離乳食用菓子 牛乳	22 おかゆ ビーンズカレー 切り干し大根の煮物 ミニゼリー バナナ 牛乳 離乳食用菓子 風っ子飲料	23 味噌ラーメン ギョーザ バナナ 麦茶 離乳食用菓子 麦茶
24	25 おかゆ 鶏の唐揚げ ほうれん草のナムル風 ヨーグルト いちご とうふ汁 離乳食用菓子 スキムミルク	26 おかゆ 肉どうふ 春雨サラダ ふりかけ バナナ 白菜汁 離乳食用菓子 牛乳	27 おかゆ エビのぼりレタス添え ポテトサラダ ふりかけ ミニトマト オレンジ わかめスープ ケーキ 牛乳	28 おかゆ チキンシチュー 山菜と春雨炒め ミニゼリー キウイフルーツ 牛乳 離乳食用菓子 牛乳	29 昭和の日	30 焼きうどん ナゲット バナナ 麦茶 離乳食用菓子 麦茶

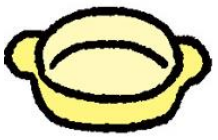
※上段は昼食、下段はおやつです。

※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。

2022年4月

離乳食献立表（後　期）

舞戸保育所

日	月	火	水	木	金	土
					1 おかゆ（5倍） 肉じゃが かむカムサラダ ふりかけ 枝豆 いちご とうふ汁 離乳食用菓子 牛乳	2 山菜うどん たくあん漬 白菜とじゃこの塩昆布和え バナナ 麦茶 離乳食用菓子 麦茶
3	4 おかゆ 目玉焼き ボイルウインナー ほうれん草のごま和え ヨーグルト オレンジ わかたけ汁 離乳食用菓子 スキムミルク	5 おかゆ 鮭のムニエル 元気サラダ ミニトマト キウイフルーツ 白菜と生揚げのみそ汁 ヨーグルト	6 おかゆ おでん 中華風たたききゅうり 煮豆 いちご ふりかけ パンケーキ 牛乳	7 おかゆ チーズオムレツ チップサラダ さつまいものレモン煮 オレンジ なめこ汁 離乳食用菓子 牛乳	8 おかゆ ポークカレー 切り昆布炒め 福神漬け ミニゼリー バナナ 牛乳 離乳食用菓子 ジョア	9 焼きそば もやしのナムル風 ミニゼリー 麦茶 離乳食用菓子 麦茶
10	11 おかゆ 肉団子のあんかけ ツナサラダ のりの佃煮 ヨーグルト オレンジ 大根汁 離乳食用菓子 カルピス	12 おかゆ 豚肉のすき煮風 ほうれん草のツナ和え ごま昆布 枝豆 いちご たまごスープ 離乳食用菓子 牛乳	13 おかゆ 筑前煮 小松菜のワンタンサラダ 納豆 ミニトマト バナナ わかめ汁 ヨーグルト	14 おかゆ アジフライ 繊キャベツ シュウマイ ミニゼリー オレンジ じゅんさい汁 離乳食用菓子 牛乳	15 おかゆ クリームシチュー ひじき煮 たまごどうふ キウイフルーツ 乳酸菌飲料 蒸しパン 牛乳	16 ナポリタン レタスサラダ バナナ 麦茶 離乳食用菓子 麦茶
17	18 おかゆ 鮭の塩焼き 炒りどうふ ヨーグルト オレンジ キャベツとわかめのみそ汁 離乳食用菓子 スキムミルク	19 おかゆ ハンバーグ 水菜サラダ のりの佃煮 ミニトマト バナナ さつま汁 離乳食用菓子 ジョア	20 おかゆ 一口カツ 繊キャベツ ブロッコリーサラダ 枝豆 いちご わかめスープ ケーキ 牛乳	21 おかゆ マーボーどうふ きんぴらごぼう ふりかけ かぼちゃの甘煮 キウイフルーツ 大根汁 離乳食用菓子 牛乳	22 おかゆ ビーンズカレー 切り干し大根の煮物 ミニゼリー バナナ 牛乳 離乳食用菓子 風っ子飲料	23 味噌ラーメン ギョーザ バナナ 麦茶 離乳食用菓子 麦茶
24	25 おかゆ 鶏の唐揚げ ほうれん草のナムル風 ヨーグルト いちご とうふ汁 離乳食用菓子 スキムミルク	26 おかゆ 肉どうふ 春雨サラダ ふりかけ バナナ 白菜汁 離乳食用菓子 牛乳	27 おかゆ エビのぼりレタス添え ポテトサラダ ふりかけ ミニトマト オレンジ わかめスープ ケーキ 牛乳	28 おかゆ チキンシチュー 山菜と春雨炒め ミニゼリー キウイフルーツ 牛乳 離乳食用菓子 牛乳	29 昭和の日	30 焼きうどん ナゲット バナナ 麦茶 離乳食用菓子 麦茶

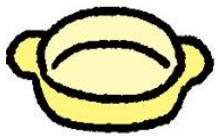
※上段は昼食、下段はおやつです。

※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。

2022年4月

離乳食献立表（初　期）

舞戸保育所

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
					おかゆ（10倍） 白身魚と野菜の煮物 りんご 野菜スープ	おかゆ 白身魚と野菜の煮物 バナナ 野菜スープ
					離乳食用菓子 野菜入りミックス果汁	離乳食用菓子 麦茶
3	4	5	6	7	8	9
	おかゆ 白身魚と野菜の煮物 無糖ヨーグルト りんご 野菜スープ	おかゆ 白身魚と野菜の煮物 バナナ 野菜スープ	おかゆ 白身魚と野菜の煮物 りんご 野菜スープ	おかゆ 白身魚と野菜の煮物 バナナ 野菜スープ	おかゆ しらす干しと野菜の煮物 バナナ 野菜スープ	おかゆ 白身魚と野菜の煮物 りんご 野菜スープ
	離乳食用菓子 プルーン果汁	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 プルーン果汁	離乳食用菓子 麦茶
10	11	12	13	14	15	16
	おかゆ 白身魚と野菜の煮物 無糖ヨーグルト りんご 野菜スープ	おかゆ 白身魚と野菜の煮物 バナナ 野菜スープ	おかゆ しらす干しと野菜の煮物 バナナ 野菜スープ	おかゆ 白身魚と野菜の煮物 りんご 野菜スープ	おかゆ 白身魚と野菜の煮物 バナナ 野菜スープ	おかゆ 白身魚と野菜の煮物 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 プルーン果汁	離乳食用菓子 イオン水	離乳食用菓子 麦茶
17	18	19	20	21	22	23
	おかゆ 白身魚と野菜の煮物 無糖ヨーグルト りんご 野菜スープ	おかゆ 白身魚と野菜の煮物 バナナ 野菜スープ	おかゆ 白身魚と野菜の煮物 りんご 野菜スープ	おかゆ 白身魚・とうふ・野菜の煮物 バナナ 野菜スープ	おかゆ 白身魚と野菜の煮物 バナナ 野菜スープ	おかゆ 白身魚と野菜の煮物 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 プルーン果汁	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 麦茶
24	25	26	27	28	29	30
	おかゆ 白身魚と野菜の煮物 無糖ヨーグルト りんご 野菜スープ	おかゆ 白身魚と野菜の煮物 バナナ 野菜スープ	おかゆ 白身魚と野菜の煮物 りんご 野菜スープ	おかゆ 白身魚と野菜の煮物 バナナ 野菜スープ	昭和の日	おかゆ 白身魚と野菜の煮物 バナナ 野菜スープ
	離乳食用菓子 野菜入りミックス果汁	離乳食用菓子 プルーン果汁	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 麦茶

※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。