



日 曜	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)				10時おやつ	栄養価	
		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	3時おやつ		
01 (火)	筑前煮 小松菜の揚げワントンサラダ のりの佃煮 柿	●米飯 ●えのきのしょうゆ煮	米、干しそうめん、ワントンの皮、焼ふ、砂糖	牛乳、鶏もも肉(皮付き)、しらす干し、凍り豆腐	かき、こまつな、にんじん、板こんにやく、たけのこ(水煮缶)、グリーンピース(冷凍)、ごぼう、しいたけ、れんこん、のり佃煮、刻みのり、ごま、えのきたけ	めんつゆ・3倍濃縮、しょうゆ、酒、みりん、和風だし	●スキムミルク 牛乳 ビスケット	エネルギー 573 kcal たんぱく質 22.2 g 脂質 11.8 g カルシウム 311 mg
02 (水)	エビフライ(付/ブロッコリー) ジャーマンポテト みかんヨーグルト コンソメスープ	●米飯 ●納豆	米、じゃがいも、さつまいも、油、砂糖	牛乳、ヨーグルト(無糖)、ベーコン、納豆	たまねぎ、みかん缶、キャベツ、ブロッコリー、にんじん、ピーマン	濃厚ソース、洋風だし、食塩、しょうゆ	●スキムミルク 牛乳 さつまいもスティックパイ(手作り)	エネルギー 574 kcal たんぱく質 18.0 g 脂質 21.0 g カルシウム 232 mg
03 (木)	れんこん入りつくねの煮込み ブロッコリーのツナ和え キウイフルーツ えのきとキャベツのスープ	●米飯 ●おぼろとうふ	米、片栗粉、はるさめ、パン粉	牛乳、鶏ひき肉、豚ひき肉、ツナ油漬缶、絹ごし豆腐	はくさい、キウイフルーツ、にんじん、キャベツ、ブロッコリー、えのきたけ、れんこん、ねぎ	めんつゆ・3倍濃縮、酒、洋風だし、中華だし	●スキムミルク ●かっぱえびせん 牛乳 揚げ煎餅	エネルギー 499 kcal たんぱく質 20.6 g 脂質 15.9 g カルシウム 199 mg
04 (金)	(秋の味覚を食べよう) 梨 きのこ入り炊き込みごはん さんまの塩焼き 切り干し大根の和え物	●米飯 ●煮豆	米、さつまいも(皮付)、ごま油、砂糖	牛乳、さんま、豚肉(ばら)、鶏もも肉、白みそ、さきいか、◎いわし(煮干し)、うずら豆(煮豆)	なし、にんじん、だいこん、もやし、きゅうり、ねぎ、しめじ、しいたけ、ごぼう、切り干しだいこん	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、酒、みりん、辛子(練り)、食塩	●スキムミルク 牛乳 せんべい	エネルギー 599 kcal たんぱく質 25.7 g 脂質 26.4 g カルシウム 211 mg
05 (土)	五目うどん ミニ唐揚げ バナナ 麦茶		干しうどん	鶏もも肉(皮付き)、油揚げ	バナナ、にんじん、ねぎ、ごぼう、干ししいたけ、こんぶ(だし用)	めんつゆ・3倍濃縮、食塩	●スキムミルク 麦茶 クッキー	エネルギー 411 kcal たんぱく質 15.2 g 脂質 11.1 g カルシウム 53 mg
06 (日)								エネルギー kcal たんぱく質 g 脂質 g カルシウム mg
07 (月)	ハムカツ(付/ブロッコリー) 春雨チャプチェ オレンジ わかめスープ	●米飯 ●たまごとうふ	米、パン粉、はるさめ、油、小麦粉、ごま油	脱脂粉乳、ハム、豚ひき肉、卵、卵豆腐	オレンジ、えのきたけ、たまねぎ、ブロッコリー、にんじん、ピーマン、しいたけ、ねぎ、カットわかめ	しょうゆ、中濃ソース、洋風だしの素、酒、和風だしの素	●スキムミルク ●かっぱえびせん スキムミルク 米菓子	エネルギー 595 kcal たんぱく質 27.7 g 脂質 16.2 g カルシウム 374 mg
08 (火)	おにぎりバイキング 厚焼き玉子 ボイルウインナー みかん缶	豆乳入り豚汁 ●煮豆	米、さつまいも、ホットケーキ粉、砂糖、油	牛乳、卵、調整豆乳、豚肉(ばら)、ウインナーソーセージ、白みそ、魚肉ハム、さけ、◎いわし(煮干し)、うずら豆(煮豆)	みかん缶、だいこん、糸こんにやく、にんじん、ねぎ、ごぼう(ゆで)、ごま	かつお・昆布だし汁、しょうゆ	●スキムミルク 牛乳 さつまいも入り蒸しパン(手作り)	エネルギー 599 kcal たんぱく質 22.1 g 脂質 26.4 g カルシウム 259 mg
09 (水)	肉団子(付/レタス) パスタサラダ のりの佃煮 バナナ	かきたま汁 ●米飯 ●ポークビッツ	米、マカロニ・スパゲティ、ごまドレッシング、片栗粉	乳酸菌飲料ジョア、卵、ハム、ウインナーソーセージ	バナナ、レタス、きゅうり、にら、ねぎ、のり佃煮、すりごま、ごま	しょうゆ、青じそドレッシング、和風だしの素	●スキムミルク ジョア せんべい	エネルギー 552 kcal たんぱく質 18.0 g 脂質 13.3 g カルシウム 91 mg
10 (木)	タンドリーチキン チップサラダ キウイフルーツ 白菜スープ	●米飯 ●かぼちゃの甘煮	米、ごまドレッシング、スナック菓子(ポテト系)、ごま油、片栗粉、砂糖	牛乳、鶏もも肉、豚肉(ばら)、ヨーグルト(無糖)	キウイフルーツ、はくさい、レタス、にんじん、トマト、きゅうり、コーン(冷凍)、こんぶ(だし用)、レモン果汁、にんにく、かぼちゃ	ケチャップ、しょうゆ、カレー粉、食塩	●スキムミルク ●ビスケット 牛乳 揚げ煎餅	エネルギー 523 kcal たんぱく質 25.2 g 脂質 19.8 g カルシウム 185 mg
11 (金)	鮭のもみじ焼き ポテトのカレー風味揚げ りんご 大根汁	●米飯 ●納豆	じゃがいも、米、マヨネーズ、片栗粉、油	牛乳、さけ、白みそ、油揚げ、◎いわし(煮干し)、納豆	りんご、なめこ、にんじん、だいこん	洋風だしの素、カレー粉、パセリ粉、しょうゆ	●スキムミルク フルーチェ	エネルギー 530 kcal たんぱく質 18.5 g 脂質 15.1 g カルシウム 141 mg
12 (土)	ミートソーススパゲティ ナゲット バナナ 麦茶		スパゲティ、小麦粉、バター、オリーブ油	チキンナゲット、豚ひき肉	バナナ、たまねぎ、にんじん、グリーンピース(冷凍)	中濃ソース、ケチャップ	●スキムミルク 麦茶 クッキー	エネルギー 449 kcal たんぱく質 18.2 g 脂質 16.0 g カルシウム 59 mg
13 (日)								エネルギー kcal たんぱく質 g 脂質 g カルシウム mg
14 (月)	スポーツの日							エネルギー kcal たんぱく質 g 脂質 g カルシウム mg
15 (火)	鶏かつ(付/トマト) マカロニサラダ オレンジ はんぺん汁	●米飯 ●ふりかけ	米、マヨネーズ、マカロニ、パン粉、油、小麦粉	鶏ささ身、卵、白みそ、ハム、はんぺん、油揚げ、◎いわし(煮干し)	オレンジ、トマト、きゅうり、にんじん、みかん缶	たまごふりかけ	●スキムミルク ぶどうゼリー	エネルギー 561 kcal たんぱく質 25.5 g 脂質 19.2 g カルシウム 82 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	3時おやつ		
16 (水)	キーマカレー 福神漬け コールスローサラダ キウイフルーツ	●乳酸菌飲料 ●米飯 ●ミニゼリー	米、フレンチドレッシング(白)	乳酸菌飲料ジョア、乳酸菌飲料、豚ひき肉、ハム	キャベツ、キウイフルーツ、にんじん、たまねぎ、かんてん(ゼリー状)、トマト、きゅうり、ピーマン、福神漬、コーン缶	カレールウ	●スキムミルク ジョア ウエハース	エネルギー 571 kcal たんぱく質 14.4 g 脂質 19.8 g カルシウム 121 mg
17 (木)	肉じゃが りんご 白菜汁	●米飯 ●たまごのしょうゆ煮	米、じゃがいも、マヨネーズ、砂糖	牛乳、豚肉(肩ロース)、ちくわ、白みそ、油揚げ、◎いわし(煮干し)、卵	りんご、たまねぎ、はくさい、ブロッコリー、にんじん、もやし、糸こんにゃく、グリーンピース(冷凍)	しょうゆ、酒、みりん、かつお・昆布だし汁	●スキムミルク ●ビスケット 牛乳 焼き菓子	エネルギー 575 kcal たんぱく質 20.5 g 脂質 20.8 g カルシウム 216 mg
18 (金)	鮭の塩焼き 切り干し大根の煮物 みかん缶 わかめ汁	●米飯 ●ポークピッツ	米	ヨーグルト(加糖)、さけ(塩)、絹ごし豆腐、白みそ、油揚げ、◎いわし(煮干し)、ウインナーソーセージ	みかん缶、にんじん、切り干しだいごん、カットわかめ	しょうゆ、酒、みりん、和風だしの素	●スキムミルク ヨーグルト	エネルギー 400 kcal たんぱく質 20.8 g 脂質 8.0 g カルシウム 202 mg
19 (土)	焼きうどん しゅうまい バナナ 麦茶		ゆでうどん、油	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、しょうゆ	●スキムミルク 麦茶 米菓子	エネルギー 349 kcal たんぱく質 9.6 g 脂質 13.5 g カルシウム 42 mg
20 (日)								エネルギー kcal たんぱく質 g 脂質 g カルシウム mg
21 (月)	赤魚の塩焼き ひじき煮 チーズ納豆 もも缶	とうふ汁 ●米飯 ●えのきのしょうゆ煮	米	絹ごし豆腐、あこうだい、脱脂粉乳、納豆、白みそ、ちくわ、ゆで大豆、スライスチーズ、油揚げ、◎いわし(煮干し)	もも缶(白桃)、糸こんにゃく、にんじん、ひじき、カットわかめ、えのきたけ	めんつゆ・3倍濃縮、しょうゆ、酒、みりん	●スキムミルク ●かっぱえびせん ミロ入りスキムミルク せんべい	エネルギー 513 kcal たんぱく質 27.9 g 脂質 8.5 g カルシウム 450 mg
22 (火)	チャーシュー麺 焼きぎょうざ 柿 麦茶		生中華めん、さつまいも、砂糖、無塩バター	牛乳、豚肉(肩ロース)、なると、卵、卵(黄)	かき、もやし、キャベツ、たまねぎ、にんじん		●スキムミルク 牛乳 スイートポテト(手作り)	エネルギー 597 kcal たんぱく質 23.4 g 脂質 22.0 g カルシウム 205 mg
23 (水)	マーボー豆腐 もやしのナムル バナナ ワントンスープ	●米飯 ●ヨーグルト	米、ごま油、ワントンの皮	牛乳、絹ごし豆腐、豚ひき肉、かにかまぼこ、ヨーグルト(加糖)	バナナ、もやし、キャベツ、にんじん、ねぎ、ごま	洋風だしの素、しょうゆ、食塩	●スキムミルク 牛乳 米菓子	エネルギー 518 kcal たんぱく質 19.1 g 脂質 16.7 g カルシウム 229 mg
24 (木)	お芋たっぷり秋シチュー ロールパン 野菜サラダ キウイフルーツ	●乳酸菌飲料 ●ミニゼリー	ロールパン、さつまいも、じゃがいも、ごまドレッシング、砂糖、油	牛乳、乳酸菌飲料、鶏もも肉、ハム	りんご、キウイフルーツ、たまねぎ、にんじん、レタス、しめじ、きゅうり、コーン(冷凍)、グリーンピース(冷凍)、かんてん(ゼリー状)		●スキムミルク ●とんがりコーン 牛乳 りんごのコンポート(手作り)	エネルギー 598 kcal たんぱく質 22.2 g 脂質 21.0 g カルシウム 308 mg
25 (金)	雑穀米入り栗ご飯 サーモンフライ 秋野菜の温サラダ オレンジ	きのこスープ ●厚焼きたまご	七分つき米、さつまいも、くりの甘露煮、ごまドレッシング、押麦、油、パン粉、小麦粉、砂糖	牛乳、ますのすけ、卵	オレンジ、にんじん、かぼちゃ、えのきたけ、たまねぎ、ブロッコリー、しめじ、黒ごま	濃厚ソース、洋風だしの素、しょうゆ、かつお・昆布だし汁	●スキムミルク 牛乳 ビスケット	エネルギー 583 kcal たんぱく質 20.0 g 脂質 19.2 g カルシウム 239 mg
26 (土)	鶏ごぼううどん ミニかき揚げ バナナ 麦茶		干しうどん、てんぷら粉、油	鶏もも肉(皮付き)、なると、油揚げ	ぶどう天然果汁、バナナ、にんじん、たまねぎ、ごぼう、ねぎ、干ししいたけ、こんぶ(だし用)	めんつゆ・3倍濃縮	●スキムミルク ぶどうジュース クッキー	エネルギー 432 kcal たんぱく質 11.8 g 脂質 11.1 g カルシウム 65 mg
27 (日)								エネルギー kcal たんぱく質 g 脂質 g カルシウム mg
28 (月)	赤魚の煮付け 炒り豆腐 五目納豆 オレンジ	キャベツのみそ汁 ●米飯 ●煮豆	米、ごま油、砂糖	あかうお、木綿豆腐、脱脂粉乳、鶏ひき肉、納豆、白みそ、油揚げ、スライスチーズ、魚肉ソーセージ、◎いわし(煮干し)、うずら豆(煮豆)	オレンジ、キャベツ、にんじん、ねぎ、ごま、しいたけ、きゅうり、しょうが、カットわかめ	しょうゆ、みりん、酒	●スキムミルク ●ビスケット ミロ入りスキムミルク せんべい	エネルギー 599 kcal たんぱく質 35.0 g 脂質 16.1 g カルシウム 529 mg
29 (火)	おでん 中華風たたききゅうり 鮭フレーク バナナ	●米飯 ●ヨーグルト	米、ホットケーキ粉、ごま油、砂糖	牛乳、卵、ウインナーソーセージ、ちくわ、油揚げ、生揚げ、加糖練乳、ヨーグルト(加糖)、しろさけ(焼)	バナナ、きゅうり、だいごん、板こんにゃく、りんご、ごま	めんつゆ・3倍濃縮、酢、しょうゆ	●スキムミルク 牛乳 りんごカップケーキ(手作り)	エネルギー 590 kcal たんぱく質 20.9 g 脂質 22.8 g カルシウム 257 mg
30 (水)	鶏の唐揚げ(付/トマト) 春雨の中華和え オレンジ とうふ汁	●米飯 ●さつまいものレモン煮	米、片栗粉、はるさめ、小麦粉、油、砂糖、さつまいも	鶏もも肉(皮付き)、絹ごし豆腐、カルピス、白みそ、ハム、◎いわし(煮干し)	オレンジ、トマト、なめこ、きゅうり、にんじん、ごま、にんにく、しょうが、レモン果汁	冷やし中華のたれ、しょうゆ、みりん	●スキムミルク カルピス 焼き菓子	エネルギー 589 kcal たんぱく質 20.7 g 脂質 16.7 g カルシウム 114 mg
31 (木)	(ハロウィーン行事食) かぼちゃ入りカレーライス ハロウィーンカップサラダ オニオンスープ	フルーツポンチ	米、じゃがいも、砂糖、小麦粉、ごまドレッシング、ぎょうざの皮	牛乳、豚肉(もも)、ハム、ベーコン、かまぼこ、スライスチーズ	たまねぎ、にんじん、かぼちゃ、レタス、バナナ、もも缶(白桃)、みかん缶、パイナップル、きゅうり、コーン(冷凍)、焼きのり、粉かんてん	カレールウ、ケチャップ、洋風だしの素、食塩	●乳酸菌飲料 ●スナック 牛乳 ハロウィーンクッキー	エネルギー 574 kcal たんぱく質 20.1 g 脂質 20.0 g カルシウム 198 mg

10 離乳食 こんだて 表

がつ

後期



令和6年度
社会福祉法人みちのく会
舞戸子の星こども園

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
		おかゆ (5倍) 白身魚と野菜の煮物 小松菜と人参の和え物 オレンジ そうめん汁	おかゆ ささみと野菜の煮物 お芋の甘煮あんかけ 納豆のふきこぼし みかん缶 野菜スープ	おかゆ 白菜のそぼろあんかけ ブロッコリーのツナ和え キウイフルーツ 野菜スープ	おかゆ 白身魚と野菜の煮物 切り干し大根のやわらか煮 梨のすりおろし みそ汁	野菜入りうどん ブロッコリーの青のり和え バナナ 麦茶
		離乳食用菓子 麦茶	さつまいものヨーグルトかけ 麦茶	離乳食用菓子 麦茶	離乳食用菓子 麦茶	離乳食用菓子 麦茶
6	7	8	9	10	11	12
	おかゆ 白身魚と野菜の煮物 春雨と豚ひき肉のスープ煮 オレンジ かき玉汁	おかゆ ささみとお芋の煮物 大根と人参のやわらか煮 りんご煮 みそ汁	おかゆ 白身魚と野菜の煮込み パスタととうふの卵とじ バナナ 野菜スープ	おかゆ 白菜とレタスのだし煮 人参のトマト煮 かぼちゃ煮 キウイフルーツ 野菜スープ	おかゆ 鮭と野菜のやわらか煮 お芋と大根のだし煮 りんご煮 みそ汁	野菜入りパスタ かぼちゃのやわらか煮 バナナ 麦茶
	離乳食用菓子 麦茶	離乳食用菓子 麦茶	離乳食用菓子 麦茶	離乳食用菓子 麦茶	離乳食用菓子 麦茶	離乳食用菓子 麦茶
13	14	15	16	17	18	19
	スポーツの日	おかゆ ささみと野菜の煮物 マカロニのスープ煮 (きゅうり添え) オレンジ 野菜スープ	おかゆ 白身魚と野菜の煮物 豚ひき肉のトマト煮込み キウイフルーツ 野菜スープ	おかゆ 肉じゃが風煮込み 白菜とブロッコリーの卵とじ りんごのすりおろし みそ汁	おかゆ 鮭の塩煮 ほうれん草ととうふの煮浸し みかん缶 みそ汁	野菜入りそうめん さつまいものやわらか煮 バナナ 麦茶
		離乳食用菓子 麦茶	離乳食用菓子 麦茶	離乳食用菓子 麦茶	無糖ヨーグルト (バナナ入 り)	離乳食用菓子 麦茶
20	21	22	23	24	25	26
	おかゆ 白身魚と野菜の煮物 ほうれん草ととうふの煮浸し 納豆のふきこぼし りんご煮 みそ汁	五目そうめん さつまいもの甘煮 バナナ 麦茶	おかゆ 野菜ととうふの煮込み ほうれん草のそぼろあんかけ 無糖ヨーグルト バナナ 野菜スープ	おかゆ 白身魚とお芋のやわらか煮 人参とレタスのあんかけ キウイフルーツ 野菜スープ	おかゆ 鮭のソテー 秋野菜の煮物 オレンジ かきたま汁	五目うどん ブロッコリーの青のり和え バナナ 麦茶
	離乳食用菓子 麦茶	離乳食用菓子 麦茶	離乳食用菓子 麦茶	りんご煮 (無糖ヨーグルトかけ)	離乳食用菓子 麦茶	離乳食用菓子 麦茶
27	28	29	30	31		
	おかゆ 白身魚と野菜の煮物 とうふのそぼろあんかけ 納豆のふきこぼし オレンジ みそ汁	おかゆ ささみと大根の煮物 人参の黄身かけ きゅうりのごま和え 無糖ヨーグルト バナナ 野菜スープ	おかゆ 白身魚と野菜の煮込み 春雨とトマトのスープ煮 さつまいも煮 オレンジ みそ汁	おかゆ お芋とかぼちゃの煮物 レタスときゅうりの和え物 バナナ 野菜スープ		
	離乳食用菓子 麦茶	りんご煮	離乳食用菓子 麦茶	離乳食用菓子 麦茶		

※上段は昼食、下段はおやつです。
※みそ汁は、上澄みです。

10 離乳食 こんだて 表

がつ

中期



令和6年度
社会福祉法人みちのく会
舞戸子の星こども園

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
		おかゆ (7倍) 白身魚と野菜の煮物 小松菜ととうふの煮浸し バナナ すまし汁	おかゆ ささみと野菜の煮物 お芋の煮あんかけ りんごのすりおろし 野菜スープ	おかゆ 白菜ととうふのだし煮 ブロッコリーのあんかけ バナナ 野菜スープ	おかゆ 白身魚と野菜の煮込み 大根のやわらか煮 バナナ みそ汁	おかゆ ささみと野菜のだし煮 ブロッコリーの煮物 バナナ 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 野菜入りミックス果汁	離乳食用菓子 りんご果汁	離乳食用菓子 麦茶
6	7	8	9	10	11	12
	おかゆ 白身魚と野菜の煮物 ブロッコリーの卵とじ バナナ 野菜スープ	おかゆ ささみとお芋の煮物 大根と人参のやわらか煮 りんごのすりおろし みそ汁	おかゆ 白身魚と野菜のやわらか煮 とうふの卵とじ バナナ 野菜スープ	おかゆ 白菜とかぼちゃのだし煮 人参のトマト煮 バナナ 野菜スープ	おかゆ 白身魚と野菜のやわらか煮 お芋のやわらか煮 りんごのすりおろし みそ汁	おかゆ ささみと野菜の煮物 かぼちゃのだし煮 バナナ 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 野菜入りミックス果汁	離乳食用菓子 りんご果汁	離乳食用菓子 プルーン果汁	離乳食用菓子 麦茶
13	14	15	16	17	18	19
	スポーツの日	おかゆ ささみと野菜の煮物 人参のだし煮 バナナ 野菜スープ	おかゆ 白身魚と野菜の煮物 玉ねぎとキャベツのあんかけ りんごのすりおろし 野菜スープ	おかゆ 野菜のやわらか煮込み 白菜の卵とじ りんごのすりおろし みそ汁	おかゆ 白身魚と野菜の煮物 ほうれん草ととうふの煮浸し バナナ みそ汁	おかゆ ささみと野菜のだし煮 玉ねぎのやわらか煮 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 プルーン果汁	離乳食用菓子 野菜入りミックス果汁	ヨーグルト	離乳食用菓子 麦茶
20	21	22	23	24	25	26
	おかゆ 白身魚と野菜の煮物 ほうれん草ととうふの煮浸し りんごのすりおろし みそ汁	おかゆ ささみと野菜の煮込み さつま芋のやわらか煮 バナナ みそ汁	おかゆ 野菜ととうふの煮込み ほうれん草の煮浸し ヨーグルト バナナ 野菜スープ	おかゆ 白身魚とお芋のやわらか煮 人参のやわらかあんかけ バナナ 野菜スープ	おかゆ 玉ねぎと人参の卵とじ ブロッコリーとお芋の煮物 バナナ 野菜スープ	おかゆ ささみと野菜の煮込み ブロッコリーのだし煮 バナナ 野菜スープ
	離乳食用菓子 イオン水	離乳食用菓子 野菜入りミックス果汁	離乳食用菓子 プルーン果汁	りんごのすりおろし	離乳食用菓子 りんご果汁	離乳食用菓子 麦茶
27	28	29	30	31		
	おかゆ 白身魚と野菜の煮物 とうふのそぼろあんかけ りんごのすりおろし みそ汁	おかゆ ささみと大根の煮物 人参の黄身がけ ヨーグルト バナナ 野菜スープ	おかゆ 白身魚と野菜の煮込み さつまいもととうふのあんかけ りんごのすりおろし みそ汁	おかゆ お芋とかぼちゃの煮物 人参のだし煮 バナナ 野菜スープ		
	離乳食用菓子 野菜入りミックス果汁	りんごのすりおろし	離乳食用菓子 プルーン果汁	離乳食用菓子 野菜入りミックス果汁		

※上段は昼食、下段はおやつです。
※みそ汁は、上澄みです。