



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			
01 (水)	元 日						エネルギー kcal たんぱく質 g 脂 質 g カルシウム mg	
02 (木)							エネルギー kcal たんぱく質 g 脂 質 g カルシウム mg	
03 (金)							エネルギー kcal たんぱく質 g 脂 質 g カルシウム mg	
04 (土)	ナポリタン ミニオムレツ バナナ 麦茶	スパゲティ、オリーブ油	牛乳チーズオムレツ用、ベーコン、粉チーズ	りんごジュース、バナナ、たまねぎ、ブロッコリー、にんじん、マッシュルーム(水煮)、ピーマン	ケチャップ	●スキムミルク りんごジュース クッキー	エネルギー 386 kcal たんぱく質 10.9 g 脂 質 14.4 g カルシウム 108 mg	
05 (日)							エネルギー kcal たんぱく質 g 脂 質 g カルシウム mg	
06 (月)	鮭の塩焼き ひじき煮 五目納豆 みかん缶	とうふ汁 ●米飯 ●かぼちゃの甘煮	米、砂糖	さけ(塩)、絹ごし豆腐、脱脂粉乳、納豆、白みそ、油揚げ、ゆで大豆、スライスチーズ、魚肉ソーセージ、◎いわし(煮干し)	みかん缶、なめこ、にんじん、系こんにゃく、しいたけ、きゅうり、ひじき、かぼちゃ	●スキムミルク ●かっぱえびせん ミロ入りスキムミルク ウエハース	エネルギー 579 kcal たんぱく質 32.0 g 脂 質 12.8 g カルシウム 474 mg	
07 (火)	七草がゆ 厚焼き玉子 ボイルウインナー バナナ	うどん汁	干しうどん、米、砂糖、油	牛乳、卵、ウインナーソーセージ、鶏もも肉(皮付き)、油揚げ	バナナ、にんじん、ねぎ、なばな、干しいたけ、こんぶ(だし用)	●スキムミルク 牛乳 せんべい	エネルギー 577 kcal たんぱく質 23.5 g 脂 質 23.5 g カルシウム 189 mg	
08 (水)	筑前煮 小松菜のワンタン揚げサラダ 鮭フレーク りんご	白菜汁 ●米飯 ●おぼろとうふ	米、焼ふ、バター、砂糖、ワンタンの皮	カルピス、鶏もも肉(皮付き)、しろさけ(焼)、白みそ、しらす干し、凍り豆腐、油揚げ、◎いわし(煮干し)、絹ごし豆腐	こまつな、りんご、はくさい、板こんにゃく、もやし、にんじん、たけのこ(水煮缶)、ごぼう、しいたけ、れんこん、グリーンピース(冷凍)、ごま	●スキムミルク カルピス お麩ラスク(手作り)	エネルギー 573 kcal たんぱく質 24.0 g 脂 質 14.5 g カルシウム 204 mg	
09 (木)	ハムカツ(付/ブロッコリー) 春雨サラダ オレンジ 冬野菜ポトフ	●米飯 ●納豆	米、パン粉、はるさめ、マヨネーズ、油、小麦粉、砂糖	牛乳、ハム、鶏もも肉、卵、納豆	オレンジ、かぶ、だいたいこん、にんじん、ブロッコリー、きゅうり、みかん缶、かぶ・葉、ごま	●スキムミルク ●とんがりコーン 牛乳 ビスケット	エネルギー 596 kcal たんぱく質 24.3 g 脂 質 22.4 g カルシウム 233 mg	
10 (金)	肉じゃが かむカムサラダ キウイフルーツ けの汁(あったか郷土料理)	●米飯 ●たまごとうふ	米、じゃがいも、ホットケーキ粉、無塩バター、ごま油、砂糖	牛乳、豚肉(肩ロース)、卵、焼き豆腐、生クリーム、さきいか、油揚げ、卵豆腐	キウイフルーツ、にんじん、たまねぎ、だいたいこん、系こんにゃく、もやし、きゅうり、もも缶(白桃)、ごぼう、グリーンピース(冷凍)、パイン缶、切り干しだいこん、ふき	●スキムミルク 牛乳 ミルクレープ(手作り)	エネルギー 595 kcal たんぱく質 21.8 g 脂 質 20.7 g カルシウム 280 mg	
11 (土)	焼きうどん 肉しゅうまい 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	●スキムミルク 麦茶 米菓子	エネルギー 326 kcal たんぱく質 9.3 g 脂 質 12.6 g カルシウム 42 mg	
12 (日)							エネルギー kcal たんぱく質 g 脂 質 g カルシウム mg	
13 (月)	成人の日						エネルギー kcal たんぱく質 g 脂 質 g カルシウム mg	
14 (火)	赤魚の塩焼き 切り干し大根の煮物 チーズ納豆 バナナ	とうふ汁 ●米飯 ●ポークビッツ	米	乳酸菌飲料ジョア、あこうだい、絹ごし豆腐、納豆、白みそ、スライスチーズ、油揚げ、◎いわし(煮干し)、ウインナーソーセージ	バナナ、にんじん、切り干しだいこん、カットわかめ	●スキムミルク ジョア クッキー	エネルギー 445 kcal たんぱく質 19.6 g 脂 質 8.1 g カルシウム 185 mg	
15 (水)	鶏肉のてりやき(付/トマト) ポテトのカレー風味揚げ オレンジ たまごスープ	●米飯 ●かぼちゃの甘煮	じゃがいも、米、片栗粉、油、砂糖	牛乳、鶏もも肉(皮付き)、卵、なると	オレンジ、トマト、ねぎ、かぼちゃ	●スキムミルク 牛乳 揚げ菓子	エネルギー 573 kcal たんぱく質 22.7 g 脂 質 21.1 g カルシウム 158 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 (木)	エッグキーマカレー 福神漬け レタスサラダ もも缶 ●乳酸菌飲料 ●米飯 ●ミニゼリー	米、ごまドレッシング	乳酸菌飲料、カルピス、豚ひき肉、卵	たまねぎ、もも缶(白桃)、にんじん、レタス、トマト、きゅうり、福神漬、ピーマン、コーン(冷凍)、かんてん(ゼリー状)	カレールウ	●スキムミルク ●とんがりコーン カルピス クッキー	エネルギー 595 kcal たんぱく質 15.5 g 脂質 18.0 g カルシウム 114 mg
17 (金)	エビフライ(付/ブロッコリー) 大根と厚揚げの炒め煮 キウイフルーツ なめこ汁 ●米飯 ●納豆	米、油、ごまドレッシング、ごま油	牛乳、絹ごし豆腐、豚肉(ばら)、白みそ、生揚げ、◎いわし(煮干し)、納豆	キウイフルーツ、だいたいこん、にんじん、ブロッコリー、なめこ、系こんにやく	かつお・昆布だし汁、濃厚ソース、みりん、しょうゆ	●スキムミルク 牛乳 せんべい	エネルギー 558 kcal たんぱく質 20.7 g 脂質 20.7 g カルシウム 254 mg
18 (土)	焼きそば ナゲット バナナ わかめスープ	ゆで中華めん、油	チキンナゲット、豚肉(もも)、卵	ぶどうジュース、バナナ、たまねぎ、キャベツ、にんじん、ねぎ、カットわかめ	中濃ソース、洋風だしの素、ケチャップ	●スキムミルク ぶどうジュース 焼き菓子	エネルギー 376 kcal たんぱく質 16.8 g 脂質 12.0 g カルシウム 74 mg
19 (日)							エネルギー kcal たんぱく質 g 脂質 g カルシウム mg
20 (月)	赤魚の煮付け ちくわとささみの磯辺揚げ キウイフルーツ 白菜汁 ●米飯 ●ゆでブロッコリー	米、てんぷら粉、油、砂糖	あかうお、鶏ささ身、脱脂粉乳、ちくわ、白みそ、油揚げ、◎いわし(煮干し)	キウイフルーツ、はくさい、もやし、しょうが、あおさ、ブロッコリー	しょうゆ、酒	●スキムミルク ●スナック ミロ入りスキムミルク せんべい	エネルギー 543 kcal たんぱく質 37.7 g 脂質 7.4 g カルシウム 410 mg
21 (火)	ハンバーグ(付/コーンソテー) パスタサラダ りんご コンソメスープ ●米飯 ●えのきのしょうゆ煮	米、マカロニ・スパゲティ、ごまドレッシング	牛乳、豚ひき肉、ハム	たまねぎ、りんご、キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン(冷凍)、すりごま、えのきたけ	ケチャップ、オールスパイス・粉、中濃ソース、青じそドレッシング、洋風だしの素、めんつゆ・3倍濃縮	●スキムミルク 牛乳 ビスケット	エネルギー 566 kcal たんぱく質 23.1 g 脂質 21.3 g カルシウム 242 mg
22 (水)	おでん 中華風たたききゅうり 鮭フレーク バナナ ●米飯 ●ミニゼリー	米、ごま油、砂糖	牛乳、卵、ウインナーソーセージ、ちくわ、生揚げ、しろさけ(焼)、油揚げ	バナナ、きゅうり、だいたいこん、板こんにやく、ごま、かんてん(ゼリー状)	しょうゆ、酢、和風だしの素	●スキムミルク 牛乳 米菓子	エネルギー 593 kcal たんぱく質 24.6 g 脂質 25.5 g カルシウム 248 mg
23 (木)	★誕生会ランチ★ オムハヤシライス ポテト焼き フルーツヨーグルト わかめスープ	米、フライドポテト、油、焼ふ	牛乳、ヨーグルト(無糖)、豚肉(もも)、卵	たまねぎ、しめじ、にんじん、ブロッコリー、もも缶(黄桃)、マッシュルーム(水煮)、みかん缶、ねぎ、カットわかめ	ハヤシルウ、洋風だしの素	●乳酸菌飲料 ●せんべい 牛乳 ケーキ	エネルギー 578 kcal たんぱく質 21.1 g 脂質 25.8 g カルシウム 236 mg
24 (金)	豚肉のすき煮風 カラフル塩ナムル オレンジ はんぺん汁 ●米飯 ●煮豆	米、砂糖、ごま油	牛乳、豚肉(ロース)、焼き豆腐、生クリーム、かにかまぼこ、白みそ、はんぺん、油揚げ、◎いわし(煮干し)、うずら豆(煮豆)	りんご、はくさい、オレンジ、もやし、にんじん、しらたき、えのきたけ、ほうれんそう、ねぎ、コーン缶	しょうゆ、みりん、和風だしの素、食塩、酒	●スキムミルク 牛乳 りんごのコンポート(手作り)	エネルギー 503 kcal たんぱく質 19.4 g 脂質 16.3 g カルシウム 271 mg
25 (土)	五目うどん 焼きぎょうざ バナナ 麦茶	干しうどん	カルピス、鶏もも肉(皮付き)、油揚げ	バナナ、にんじん、ねぎ、ごぼう、干しいたけ、こんぶ(だし用)	めんつゆ・3倍濃縮	●スキムミルク カルピス 揚げ菓子	エネルギー 459 kcal たんぱく質 12.9 g 脂質 10.2 g カルシウム 70 mg
26 (日)							エネルギー kcal たんぱく質 g 脂質 g カルシウム mg
27 (月)	さばのみそ煮 切り昆布炒め オレンジ たまご汁 ●米飯 ●煮豆	米、砂糖、小麦粉、無塩バター、油	牛乳、さば、卵(白)、卵、さつまいも、白みそ、生クリーム、米みそ(淡色辛みそ)、◎いわし(煮干し)、うずら豆(煮豆)	オレンジ、こんぶ(煮物用)、えのきたけ、系こんにやく、にんじん、しいたけ、ねぎ、もも缶(白桃)、パイン缶、しょうが	みりん、しょうゆ、酒、食塩	●スキムミルク ●かっぱえびせん 牛乳 ロールケーキ	エネルギー 593 kcal たんぱく質 26.4 g 脂質 19.1 g カルシウム 264 mg
28 (火)	ビビンバ丼 春雨の中華和え パインヨーグルト ワントンスープ ●さつまいものレモン煮	米、はるさめ、ワントンの皮、油、ごま油、砂糖、さつまいも	ヨーグルト(無糖)、豚ひき肉、脱脂粉乳、鶏ひき肉、卵、ハム	キャベツ、にんじん、もやし、ほうれんそう、パイン缶、きゅうり、ねぎ、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、酒、洋風だしの素	●スキムミルク ミロ入りスキムミルク ビスケット	エネルギー 595 kcal たんぱく質 30.5 g 脂質 17.3 g カルシウム 497 mg
29 (水)	クリームシチュー ロールパン ブロッコリーサラダ バナナ ●乳酸菌飲料 ●米飯 ●ポークピッツ	米、じゃがいも、ロールパン、ごまドレッシング、油	乳酸菌飲料ジョア、乳酸菌飲料、鶏もも肉、ウインナーソーセージ	バナナ、たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、きゅうり、グリーンピース(冷凍)、コーン(冷凍)		●スキムミルク ジョア ウエハース	エネルギー 599 kcal たんぱく質 16.9 g 脂質 10.9 g カルシウム 111 mg
30 (木)	鶏の唐揚げ マカロニサラダ キウイフルーツ たまごスープ ●米飯 ●納豆	米、マカロニ、マヨネーズ、片栗粉、油、砂糖	鶏肉(もも皮付・から揚げ)、卵、ハム、生クリーム、納豆	キウイフルーツ、きゅうり、みかん缶、カットわかめ、にんにく、しょうが	しょうゆ、洋風だしの素	●スキムミルク ●ビスケット プリンアラモード	エネルギー 587 kcal たんぱく質 24.3 g 脂質 25.5 g カルシウム 93 mg
31 (金)	マーボー豆腐 キャベツとウインナーの蒸し煮 バナナ 中華スープ(もやし) ●米飯 ●煮豆	米	牛乳、絹ごし豆腐、ウインナーソーセージ、豚ひき肉、うずら豆(煮豆)	バナナ、キャベツ、もやし、たまねぎ、にんじん、ねぎ、コーン缶、ごま、カットわかめ	中華だしの素、洋風だしの素	●スキムミルク 牛乳 米菓子	エネルギー 523 kcal たんぱく質 17.8 g 脂質 17.7 g カルシウム 234 mg

しがつ

# 離乳食 こんだて 表

完了期



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 元日	2	3	4 野菜パスタ ミニオムレツ バナナ 麦茶
						離乳食用菓子 麦茶
5	6	7	8	9	10	11 かやくうどん ブロッコリーの和え物 バナナ 麦茶
	軟飯 鮭と野菜の煮込み とうふとかぼちゃのあんかけ 納豆のふきこぼし みかん缶 さつまいも汁	五目うどん 玉子焼き バナナ 麦茶	軟飯 鶏肉と白菜のあんかけ煮 小松菜としらすの和え物 りんご煮 とうふ汁	軟飯 大根とかぶの煮物 春雨ときゅうりのサラダ 納豆のふきこぼし オレンジ 野菜スープ	軟飯 肉じゃが風煮込み きゅうりと人参のごま和え りんご煮 けの汁	離乳食用菓子 麦茶
	離乳食用菓子 麦茶	離乳食用菓子 麦茶	ヨーグルト	離乳食用菓子 麦茶	離乳食用菓子 麦茶	離乳食用菓子 麦茶
12	13 成人の日	14	15	16	17	18 野菜入りうどん かぼちゃの煮物 バナナ 麦茶
		軟飯 赤魚の塩焼き 大根の鶏そぼろ煮 納豆のふきこぼし バナナ とうふ汁	軟飯 鶏肉とトマトのやわらか煮 じゃが芋とかぼちゃの煮物 オレンジ たまごスープ	野菜のキーマあんかけ丼 レタスとトマトの玉子とじ バナナ 野菜スープ	軟飯 白身魚のソテー（ブロッコリー添え） ゆでブロッコリー 大根のやわらか煮 納豆のふきこぼし オレンジ とうふ汁	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
19	20	21	22	23	24	25 五目うどん ブロッコリーの和え物 バナナ 麦茶
	軟飯 赤魚の煮付け ささみとブロッコリーの煮物 オレンジ 白菜汁	軟飯 とうふハンバーグ パスタときゅうりのサラダ りんご煮 野菜スープ	軟飯 大根と鶏団子の煮物 ゆで卵ときゅうりのサラダ バナナ 野菜スープ	野菜入りオムライス じゃがいものおやき みかんヨーグルト 野菜スープ	軟飯 すき煮風煮込み ほうれん草の煮浸し オレンジ 人参汁	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	りんご煮 麦茶	離乳食用菓子 麦茶
26	27	28	29	30	31	
	軟飯 赤魚のみそ煮 大根の煮物 じゃがいものおやき オレンジ 人参汁	三色丼 (鶏そぼろ・ほうれん草・玉子) 春雨ときゅうりの和え物 さつまいもの甘煮 バナナヨーグルト 野菜スープ	軟飯 野菜のコロコロ煮 ブロッコリーの和え物 バナナ 野菜スープ	軟飯 鶏肉とさつま芋の煮物 マカロニと玉子のサラダ 納豆のふきこぼし オレンジ 野菜スープ	軟飯 とうふの鶏そぼろあんかけ 野菜の蒸し煮 バナナ 野菜スープ	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	バナナ	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。

し  
がっ

# 離乳食 こんだて 表

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 元日	2	3	4 野菜パスタの煮込み ミニオムレツ バナナ 麦茶
						離乳食用菓子 麦茶
5	6	7	8	9	10	11 かやくうどん ブロッコリーの和え物 バナナ 麦茶
	軟飯 白身魚と野菜の煮込み とうふとかぼちゃのあんかけ 納豆のふきこぼし りんごのすりおろし さつまいも汁	五目うどん 玉子焼き バナナ 麦茶	軟飯 鶏肉と白菜のあんかけ煮 小松菜と人参の和え物 りんごのすりおろし とうふ汁	軟飯 大根とかぶの煮物 春雨とブロッコリーの煮込み 納豆のふきこぼし オレンジ 野菜スープ	軟飯 肉じゃが風煮込み 人参のごま和え オレンジ りんごのすりおろし けの汁	離乳食用菓子 麦茶
	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	ヨーグルト	離乳食用菓子 プルーン果汁	離乳食用菓子 りんご果汁	離乳食用菓子 麦茶
12	13 成人の日	14	15	16	17	18 野菜入りうどん かぼちゃの煮物 バナナ 麦茶
		軟飯 白身魚の塩焼き 大根の鶏そぼろ煮 納豆のふきこぼし バナナ とうふ汁	軟飯 鶏肉とトマトのやわらか煮 じゃが芋とかぼちゃの煮物 オレンジ たまごスープ	野菜のキーマあんかけ丼 レタスとトマトの玉子とじ バナナ 野菜スープ	軟飯 白身魚のソテー (ブロッコリー添え) 大根のやわらか煮 納豆のふきこぼし オレンジ とうふ汁	離乳食用菓子 麦茶
		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	離乳食用菓子 イオン水	離乳食用菓子 麦茶
19	20	21	22	23	24	25 五目うどん ブロッコリーの和え物 バナナ 麦茶
	軟飯 白身魚の煮付け ささみとブロッコリーの煮物 オレンジ 白菜汁	軟飯 とうふハンバーグ パスタと人参の和え物 りんごのすりおろし 野菜スープ	軟飯 大根と鶏団子の煮物 ゆで玉子ときゅうりのサラダ バナナ 野菜スープ	野菜入りオムライス じゃがいものおやき バナナヨーグルト 野菜スープ	軟飯 すき煮風煮込み ほうれん草の煮浸し オレンジ 人参汁	離乳食用菓子 麦茶
	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	離乳食用菓子 イオン水	りんごのすりおろし	離乳食用菓子 麦茶
26	27	28	29	30	31	
	軟飯 白身魚のみそ煮 大根の煮物 じゃがいものおやき オレンジ 人参汁	三色丼 (鶏そぼろ・ほうれん草・玉子) 春雨ときゅうりの和え物 さつまいもの甘煮 バナナヨーグルト 野菜スープ	軟飯 野菜のコロコロ煮 ブロッコリーの和え物 バナナ 野菜スープ	軟飯 鶏肉とさつま芋の煮物 マカロニと玉子のサラダ 納豆のふきこぼし オレンジ 野菜スープ	軟飯 とうふの鶏そぼろあんかけ 野菜の蒸し煮 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 りんご果汁	離乳食用菓子 プルーン果汁	バナナ	離乳食用菓子 イオン水	

※上段は昼食、下段はおやつです。  
※汁物・スープ類は上澄みです。

しがつ

# 離乳食 こんだて 表

後期

※卵アレルギー対応版



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 元日	2	3	4 野菜パスタの煮込み 人参の甘煮 バナナ 麦茶
						離乳食用菓子 麦茶
5	6	7	8	9	10	11 かやくうどん ブロッコリーの和え物 バナナ 麦茶
	軟飯 白身魚と野菜の煮込み とうふとかぼちゃのあんかけ 納豆のふきこぼし りんごのすりおろし さつまいも汁	五目うどん 鶏バーグ バナナ 麦茶	軟飯 鶏肉と白菜のあんかけ煮 小松菜と人参の和え物 りんごのすりおろし とうふ汁	軟飯 大根とかぶの煮物 春雨とブロッコリーの煮込み 納豆のふきこぼし オレンジ 野菜スープ	軟飯 肉じゃが風煮込み 人参のごま和え オレンジ りんごのすりおろし けの汁	離乳食用菓子 麦茶
	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	ヨーグルト	離乳食用菓子 プルーン果汁	離乳食用菓子 りんご果汁	離乳食用菓子 麦茶
12	13 成人の日	14	15	16	17	18 野菜入りうどん かぼちゃの煮物 バナナ 麦茶
		軟飯 白身魚の塩焼き 大根の鶏そぼろ煮 納豆のふきこぼし バナナ とうふ汁	軟飯 鶏肉とトマトのやわらか煮 じゃが芋とかぼちゃの煮物 オレンジ たまごスープ	野菜のキーマあんかけ丼 レタスとトマトの煮込み バナナ 野菜スープ	軟飯 白身魚のソテー (ブロッコリー添え) 大根のやわらか煮 納豆のふきこぼし オレンジ とうふ汁	離乳食用菓子 麦茶
		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	離乳食用菓子 イオン水	離乳食用菓子 麦茶
19	20	21	22	23	24	25 五目うどん ブロッコリーの和え物 バナナ 麦茶
	軟飯 白身魚の煮付け ささみとブロッコリーの煮物 オレンジ 白菜汁	軟飯 とうふハンバーグ パスタと人参の和え物 りんごのすりおろし 野菜スープ	軟飯 大根と鶏団子の煮物 ほうれん草と人参のソテー バナナ 野菜スープ	野菜入りまぜごはん じゃがいものおやき バナナヨーグルト 野菜スープ	軟飯 すき煮風煮込み ほうれん草の煮浸し オレンジ 人参汁	離乳食用菓子 麦茶
	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	離乳食用菓子 イオン水	りんごのすりおろし	離乳食用菓子 麦茶
26	27	28	29	30	31	
	軟飯 白身魚のみそ煮 大根の煮物 じゃがいものおやき オレンジ 人参汁	三色丼 (鶏そぼろ・ほうれん草・人参そぼろ) 春雨ときゅうりの和え物 さつまいもの甘煮 バナナヨーグルト 野菜スープ	軟飯 野菜のコロコロ煮 ブロッコリーの和え物 バナナ 野菜スープ	軟飯 鶏肉とさつま芋の煮物 マカロニとかぼちゃのサラダ 納豆のふきこぼし オレンジ 野菜スープ	軟飯 とうふの鶏そぼろあんかけ 野菜の蒸し煮 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 りんご果汁	離乳食用菓子 プルーン果汁	バナナ	離乳食用菓子 イオン水	

※上段は昼食、下段はおやつです。  
※汁物・スープ類は上澄みです。