

りにゅうしょくこんだてひょう

日付	ひるごはん 完了期	後期	中期	初期	離乳食 材料名	材 料 名 (○は午後おやつ)			3時おやつ 完了期	行事
						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		
02 月	12~18ヶ月ごろ	10ヶ月ごろ~	7ヶ月ごろ~	6ヶ月ごろ~						
03 火	さわらのしおやき マカロニサラダ みそしる(さつまいも) ななつつきまい(なっとう)	さわらのしおやき きゃべつのもの みそしる(さつまいも) なんはん(なっとう)	豆腐のくず煮 きゃべつのもの みそ汁 7倍がゆ	豆腐のくず煮 きゃべつのもの 10倍がゆ	豆腐 きゃべつ(人参) 米	七分つき米、さつまいも、○牛乳、あじ、納豆、牛乳、米みそ、ロースハム、○卵、○アイスクリーム、油、○マーガリン、○ホットケーキシロップ	○牛乳、あじ、納豆、牛乳、米みそ、ロースハム、○卵、○アイスクリーム、油、カットわかめ、さわら	アヲヨリ(冷凍)、新きゃべつ、胡瓜、人参、青葱	ホットケーキ ぎゅうにゅう	5さいじ えんがいいっぽくほいく やったぞパーティー
04 水	やきそば かぼちゃのふくめに スープ(ワカメ)	やきそば かぼちゃのもの スープ(ワカメ)	白身魚のくず煮 かぼちゃのもの にこみうどん	白身魚のくず煮 かぼちゃのもの くたくたうどん	白身魚 (カリフラワー) うどん	焼きそばめん、油、砂糖、ゆでうどん	○ヨーグルト(無糖)、豚バラ肉(うすぎり)、いりごま、カットわかめ	葉かぼちや、きゃべつ、○みかん缶、玉葱、人参、ビーマン	フルーツのヨーグルトかけ おかし むぎちや	
05 木	にくとうふのもの きゅうりのナムル みそしる(じゃがいも) ななつつきまい(なっとう)	にくとうふのもの オクラのもの みそしる(じゃがいも) なんはん(なっとう)	ささみのくず煮 オクラのもの みそ汁 7倍がゆ	ささみのくず煮 オクラのもの 10倍がゆ	ささみ オクラ(人参) 米	七分つき米、じゃが芋、○小麦粉、糸こんにゃく、○砂糖、ゴマ油	○牛乳、焼き豆腐、牛肉(うすぎり)、納豆、米みそ(淡色辛みそ)、○どろけるチーズ、いりごま、カットわかめ	人参、胡瓜、しろ葱、いんげん(冷)、青葱	むしパン ぎゅうにゅう	
06 金	さけのしおやき こうやどうふのゆうせんだけ みそしる(ほれんそう) ななつつきまい(なっとう)	さけのしおやき プロッコリーのもの みそしる(ほれんそう) なんはん(なっとう)	豆腐のくず煮 プロッコリーのもの みそ汁 7倍がゆ	豆腐のくず煮 プロッコリーのもの 10倍がゆ	豆腐 プロッコリー(人参) 米	七分つき米、○食パン(8枚切り)、○砂糖、○マーマガリッズ、砂糖	○牛乳、冷凍骨なし塩鮭、納豆、米みそ(淡色辛みそ)、高野豆腐、うす揚、こんぶ巻き、冷凍骨なし塩鮭(大)	ほうれん草、人参、えのき茸、いんげん(冷)、干し椎茸	かわりトースト ぎゅうにゅう	
07 土	ぎゅうちゃんごはん だいこんさつぱりサラダ みそしる(はくさい)	ぎゅうちゃんごはん(なんはん) だいこんのもの みそしる(はくさい)	ささみのくず煮 だいこんのもの みそ汁 7倍がゆ	ささみのくず煮 だいこんのもの 10倍がゆ	ささみ 大根(カリフラワー) 米	七分つき米、糸こんにゃく、砂糖	○牛乳、豚モモ肉、納豆、厚揚げ、○ピザ用チーズ、竹輪、米みそ、○ベーコン、白みそ、わかめ	きゃべつ、人参、れんこん、玉葱、いんげん(冷)、干し椎茸、青葱	ピザホテト ぎゅうにゅう	
09 月	かやくごはん きゅうりもみ みそしる(とうふ)	かやくごはん(なんはん) かぼちゃのもの みそしる(とうふ)	豆腐のくず煮 かぼちゃのもの みそ汁 7倍がゆ	豆腐のくず煮 かぼちゃのもの 10倍がゆ	豆腐 かぼちゃ(人参) 米	七分つき米、○小麦粉、糸こんにゃく、○砂糖、油、砂糖、○マーガリン	○牛乳、ソフト木綿、○ヨーグルト(無糖)、豚モモ肉、米みそ、うす揚、錦糸卵、ちりめんじゃこ、カットわかめ	大根、はくさい、ササミ(前)、人参、みつば、水菜、青葱	リッツ せんべい ぎゅうにゅう	
10 火	とりにくのなんばんづけ プロッコリーのこままあえ みそしる(かぼちゃ) ななつつきまい(なっとう)	とりにくのもの プロッコリーのもの みそしる(かぼちゃ) なんはん(なっとう)	白身魚のくず煮 プロッコリーのもの みそ汁 7倍がゆ	白身魚のくず煮 プロッコリーのもの 10倍がゆ	白身魚 プロッコリー(人参) 米	七分つき米、砂糖、油、片栗粉	○牛乳、鶏モモ肉(そぎ切り)、納豆、米みそ(淡色辛みそ)、うす揚、いりごま	アヲヨリ(冷凍)、かぼちゃ、玉葱、いのちごジャム、人参、セリロ、青葱	シャムリッツ ぎゅうにゅう	
11 水	ぎゅうにくのロールに コロコロマリネ みそしる(たまねぎ) ななつつきまい(なっとう) ゼリー	ぎゅうにくのロールに じゃがいものもの みそしる(たまねぎ) なんはん(なっとう)	ささみのくず煮 じゃがいものもの みそ汁 7倍がゆ	ささみのくず煮 じゃがいものもの 10倍がゆ	ささみ じゃがいも(トマト) 米	七分つき米、チルドドテト、○砂糖、○小麦粉、○マーガリン、砂糖、フレンチドレッシング(分離型)	○牛乳、牛肉(巻きやすい)、納豆、米みそ(淡色辛みそ)、さいの目8mmチーズ、カットわかめ	玉葱、トマト*、人参、いんげん(冷)、胡瓜、スイートポーレ缶、サニーレタス、青葱	ココアケーキ ぎゅうにゅう	たんじょうびかい
12 木	なすのミートソーガティー ^{かぶ} かぶのもの スープ(ペギタブル)	なすのミートソーガティー ^{かぶ} かぶのもの スープ(ペギタブル)	豆腐のくず煮 かぶのもの にこみうどん	豆腐のくず煮 かぶのもの くたくたうどん	豆腐 かぶ(りんご) うどん	スパゲティー、○砂糖、フレンチドレッシング(分離型)、油、オリーブ油	○牛乳、合挽肉、○あたりめ、ベーコン、○かんてん(粉)	なす、かぶ、玉葱、○みかん缶、○パイント缶、えのき茸、ミックスベジパトル、りんご、人参、マッシュルーム缶、ビーマン、セロリ	しんれんとうふ おかし むぎちや	2さいじ しょくいくかつどう かぶのしょうかい
13 金	さわらのしょうがに ほうれんそうとコーンのソテー ^{どんじる} ななつつきまい(なっとう)	さわらのしょうがに ほうれんそうのもの みそしる(なっとう)	白身魚のくず煮 ほうれんそうのもの みそ汁 7倍がゆ	白身魚のくず煮 ほうれんそうのもの 10倍がゆ	白身魚 ほうれんそう(人参) 米	七分つき米、○小麦粉、さつまいも、○マーガリン、○砂糖、砂糖、マーガリン	○牛乳、冷凍骨なしわら(大)、納豆、豚モモ肉(うすぎり)、米みそ(淡色辛みそ)、こんぶ巻き、○卵、冷凍骨なしわら(大)	ほうれん草、はくさい、大根、スイートポーレ缶、人参、青葱、土生姜	ロックビスケット (チョコフレークなし) ぎゅうにゅう	
14 土	ぎゅうどん ちやうどんこます みそしる(キャベツ)	ぎゅうどん(なんはん) オクラのもの みそしる(キャベツ)	ささみのくず煮 オクラのもの みそ汁 7倍がゆ	ささみのくず煮 オクラのもの 10倍がゆ	ささみ オクラ(人参) 米	七分つき米、糸こんにゃく、砂糖	○牛乳、牛肉(うすぎり)、米みそ(淡色辛みそ)、カニガまぼこ、○返りりめん、うす揚、いりこま	玉葱、もやし、きゃべつ、胡瓜、みつば、人参、青葱	リッツ せんべい ぎゅうにゅう	

☆初期食は、食材をかつお・こんぶだしで炊いて作っています。

調味料での味付けはしていません。(ろみは片栗粉使用)

ミキサーでペースト状にしています。

パンがゆ・中期のひたしパンには、粉ミルクを使用しています。

☆中期食も初期食同様だしで炊いています。

中期食の味付けに使用している調味料

(さとう・しょうゆ・塩・みそなど)は、上記の材料名には載せていません。

☆材料の○は午後おやつに使用している食材です。

☆材料名の()は中期食と後期食のみの提供となります。材料は変更する場合があります。

☆後期食はすべて加熱しています。後期食の副菜は、中期食の副菜と同じ食材を使用しています。

<10時・15時市販品のおやつについて>

☆完了期は、ハイハイ、マンナウエファー、たべっこベイビー、ぱりんこの提供になります。

おやつは変更する場合があります。

<材料名について>

☆0歳児に提供しない食材が含まれている場合や月齢に応じたものに変更されている場合があります。ご了承ください。

りにゅうしょくこんだてひょう

日付	ひるごはん 完了期	後期	中期	初期	離乳食 材料名	材 料 名			3時おやつ 完了期	行事
						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		
16 月	かしわのてりやき ボテーサラダ みそしる(たまねぎ) ななぶつきまい(なっとう)	かしわのてりやき じゃがいものにもの みそしる(たまねぎ) ななぶつきまい(なっとう)	豆腐のくず煮 じゃがいものにもの みそ汁 7倍がゆ	豆腐のくず煮 じゃがいものにもの 10倍がゆ	豆腐 じゃがいも(トマト) 米	七分つき米、チルドボテ ト、○カバンパン、マヨネ ズ、砂糖	○牛乳、鶏モモ肉(そぎ切 り)、納豆、米みそ(淡色 辛みそ)、カットわかめ	○メロpus、玉葱、トマト *、胡瓜、人参、サニーレ タス、青葱、土生姜	かんばん くだもの ぎゅうにゅう	ひなんくんれん
17 火	さんしょくごはん ごもくきんぴら みそしる(キャベツ)	さんしょくごはん(なんはん) カリフラワーのにもの みそ汁 7倍がゆ	白身魚のくず煮 カリフラワーのにもの みそ汁 7倍がゆ	白身魚 カリフラワー(人參) 米	七分つき米、油、糸こん にゃく、砂糖、○砂糖	合挽肉、鶏、○カルビス、 米みそ(淡色辛みそ)、○ 返り切りめん、○アガー、 カットわかめ	きやべつ、○黄桃缶、ビ ーマン、サカ オドボリ (冷)、れんこん、人参、 セロリ、青葱	カルビッシュレ おかし むぎちや		
18 水	あつあげのちゅうかいため プロッコリーのおかあえ みそしる(えのき) ななぶつきまい(なっとう)	あつあげのちゅうかいため プロッコリーのにもの みそ汁 7倍がゆ	ささみのくず煮 プロッコリーのにもの みそ汁 7倍がゆ	ささみのくず煮 プロッコリー(人參) 米	ささみ プロッコリー(人參) 米	七分つき米、片栗粉、コマ 油、砂糖、○NEGロール (小)	○牛乳、豚肩ロース(うす ぎり)、厚揚げ(四角)、 葱、えのき茸、人参、に ら、干し椎茸、青葱、○い ちごジャム	アチャコリー(冷凍)、玉 葱、えのき茸、人参、に ら、干し椎茸、青葱、○い ちごジャム	バナナカステラ ぎゅうにゅう	
19 木	サーモンムニエル はるさめサラダ(マヨ) みそしる(はくさい) ななぶつきまい(なっとう)	サーモンムニエル かぼちゃのにもの みそしる(はくさい) ななぶつきまい(なっとう)	豆腐のくず煮 かぼちゃのにもの みそ汁 7倍がゆ	豆腐のくず煮 かぼちゃのにもの 10倍がゆ	豆腐 かぼちゃ(カリフラワー) 米	七分つき米、○じゅが芋、 ○NEGロール(小)、マ ヨネース、はるさめ、小麦 粉、マーガリン、○油	○牛乳、冷凍骨なし鮭、納 豆、○牛肉(うすぎり)、 米みそ(淡色辛みそ)、カ ツ二かほご、うす揚、カッ トわかめ、冷凍骨なし鮭	○玉葱、はくさい、○人 参、胡瓜、青葱、○土生 姜、○にんにく	たいやき ぎゅうにゅう	3~5さいじ しょくいくかつどう あじみクッキング
20 金	ブルコギはん なっとうのてんぶら ちゅうかスープ	ブルコギはん(なんはん) オクラのにもの ちゅうかスープ	白身魚のくず煮 オクラのにもの みそ汁 7倍がゆ	白身魚のくず煮 オクラ(トマト) 米	白身魚 オクラ(トマト) 米	七分つき米、○小麦粉、○ 砂糖、油、○油、小麦粉	○牛乳、牛肉(うすぎ り)、納豆、ソフト木絲、 竹輪、鶏、もみのり	トマト*、舞茸、人参、も やし、にら、サカ オドボリ (冷)、竹の子(ゆで)、 干し椎茸、みつば	ブアマンケーキ ぎゅうにゅう	
21 土	かしわのこうみやき とうふザラダ みそしる(じゃがいも) ななぶつきまい(なっとう)	かしわのこうみやき プロッコリーのにもの みそしる(じゃがいも) ななぶつきまい(なっとう)	ささみのくず煮 プロッコリーのにもの みそ汁 7倍がゆ	ささみのくず煮 プロッコリー(人參) 米	ささみ プロッコリー(人參) 米	七分つき米、○じゅが芋、コ マ油	○牛乳、鶏モモ肉(そぎ切 り)、木綿豆腐、納豆、米 みそ(淡色辛みそ)、○あ だりめ、うす揚、カットわ かめ	アチャコリー(冷凍)、ト マト*、舞茸、人參、も やし、にら、サカ オドボリ (冷)、竹の子(ゆで)、 干し椎茸、みつば	リット せんべい ぎゅうにゅう	○さいじ ひよひよひろば
23 月	もずくどんぶり にんじんリシリ みそしる(じゃがいも)	もずくどんぶり(なんはん) にんじんのにもの みそしる(じゃがいも)	豆腐のくず煮 にんじんのにもの みそ汁 7倍がゆ	豆腐のくず煮 にんじんのにもの 10倍がゆ	豆腐 人參(カリフラワー) 米	七分つき米、○小麦粉、○ 油、砂糖、片栗粉	○牛乳、豚ひき肉、も ずく、米みそ(淡色辛み そ)、ツナ缶、うす揚	人参、レタス、青葱、土生 姜	ちんすこう ぎゅうにゅう	おきなわデー
24 火	ホワイトシチュー グリーンサラダ ロールパン くだもの	ホワイトシチュー プロッコリーのにもの ロールパン	白身魚のくず煮 プロッコリーのにもの みそ汁 ひたしパン	白身魚のくず煮 プロッコリー(人參) パン	白身魚 プロッコリー(人參) パン	○七分つき米、NEGロー ル、チルドボテ、マカロ ニ、フレンチドレッシング (分離型)、小麦粉、マ ーガリン、麦ロール	鶏モモ肉(そぎ切 り)、牛乳、ベーコン、○塩こん ぶ、○かつお節	オレンジ、玉葱、人参、レ タス、胡瓜、セロリ	おにぎり むぎちや	
25 水	さかなのサクサクやき ピーマンじゅこのいためもの みそしる(しめじ) ななぶつきまい(なっとう)	さかなのサクサクやき カリフラワーのにもの みそしる(しめじ) ななぶつきまい(なっとう)	ささみのくず煮 カリフラワーのにもの みそ汁 7倍がゆ	ささみのくず煮 カリフラワー(トマト) 米	ささみ カリフラワー(トマト) 米	七分つき米、マヨネーズ、 パン粉、油	○牛乳、冷凍骨なしメル ルーザ、納豆、米みそ(淡 色辛みそ)、ちりめんじ や、うす揚	しめし、ピーマン、トマト *、青葱	もみじまんじゅう ぎゅうにゅう	
26 木	ちくせんに きゅべつのままで みそしる(オクラ) ななぶつきまい(なっとう)	ちくせんに きゅべつのにもの みそしる(オクラ) ななぶつきまい(なっとう)	豆腐のくず煮 きゅべつのにもの みそ汁 7倍がゆ	豆腐のくず煮 きゅべつのにもの 10倍がゆ	豆腐 きゅべつ(人參) 米	七分つき米、○コーンフロ スティ、里芋(スライ ス)、糸こんにゃく、砂糖 粉	○牛乳、鶏モモ肉(そぎ切 り)、納豆、米みそ(淡 色辛みそ)、カニかまぼこ、 いりごま、カットわかめ	きやべつ、人参、刻みオク ラ、れんこん、ごぼう、胡 瓜、いんげん(冷)、干 し椎茸、青葱	コーンフレークのぎゅうにゅうがけ むぎちや	
27 金	ジャージャーメン プロッコリーのこまあえ	ジャージャーメン プロッコリーのにもの	白身魚のくず煮 プロッコリー(人參) にこみうどん	白身魚のくず煮 プロッコリー(人參) うどん	白身魚 プロッコリー(人參) うどん	ゆで中華めん、砂糖、コマ 油、ゆでうどん	合挽肉、米みそ、錦糸卵、い りごま、○牛乳	アチャコリー(冷凍)、玉 葱、胡瓜、人参、青葱	カッブゼリー おかし ぎゅうにゅう	3~5さいじ えんない いっぽく
28 土	ぶたにくのしょうがやき もやしのナムル みそしる(ぶ) ななぶつきまい(なっとう)	ぶたにくのしょうがやき かぼちゃのにもの みそしる(ぶ) ななぶつきまい(なっとう)	ささみのくず煮 かぼちゃのにもの みそ汁 7倍がゆ	ささみのくず煮 かぼちゃ(カリフラワー) 米	ささみ かぼちゃ(カリフラワー) 米	七分つき米、砂糖、油、お つゆ麺、ゴマ油	○牛乳、豚モモ肉(うすぎ り)、納豆、米みそ(淡 色辛みそ)、○返り切りめ ん、いりごま、カットわか め	もやし、玉葱、人参、青 葱、土生姜	リット せんべい ぎゅうにゅう	3~5さいじ えんない いっぽく
30 月	かしわのなんばんづけ いんげんのこまあえ みそしる(あつあげ) ななぶつきまい(なっとう)	かしわのにもの オクラのにもの みそしる(あつあげ) ななぶつきまい(なっとう)	豆腐のくず煮 オクラ(トマト) 米	豆腐のくず煮 オクラ(人參) 米	豆腐 オクラ(人參) 米	七分つき米、○NEGロー ル(小)、砂糖、油、○グラニュー 糖、片栗粉	○牛乳、鶏モモ肉(そぎ切 り)、納豆、厚揚げ(四 角)、米みそ(淡色辛み そ)、○アイスクリーム、 いりごま	玉葱、トマト*、いんげん (冷)、人参、セロリ、土 生姜、青葱	あけパン ぎゅうにゅう	3~5さいじ えんない いっぽく やったぞパーティー

☆初期食は、食材をかつお・こんぶだしで炊いて作っています。

調味料での味付けはしていません。(とろみは片栗粉使用)

ミキサーでペースト状にしています。

パンがゆ・中期のひたしパンには、粉ミルクを使用しています。

☆中期食も初期食同様だしで炊いています。

中期食の味付けに使用している調味料

(さとう・しょうゆ・塩・みそなど)は、上記の材料名には載せていません。

☆材料の〇は午後おやつに使用している食材です。

☆材料名の()は中期食と後期食のみの提供となります。材料は変更する場合があります。

☆後期食はすべて加熱しています。後期食の副菜は、中期食の副菜と同じ食材を使用しています。

<10時・15時市販品のおやつについて>

☆完了期はハイハイ、マンナウエファー、たべっこベイビー、ぱりんこの提供になります。

おやつは変更する場合があります。

<材料名について>

☆0歳児に提供しない食材が含まれている場合や月齢に応じたものに変更されている場合があります。
ご了承ください。