

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 (〇は午後おやつ)			3時おやつ 完了期	行事
	12~18ヶ月ごろ	10ヶ月ごろ~	7ヶ月ごろ~	6ヶ月ごろ~		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		
01 火	ふたとたいこんのたきあわせ きゅうりのすのもの みぞしる(ふ) なんぶつきまい(なつとう)	ふたとたいこんのたきあわせ プロッコリーのもの みぞしる(ふ) なんばん(なつとう)	白鳥魚のくず煮 プロッコリーのもの みぞ汁 7倍がゆ	白鳥魚のくず煮 プロッコリーのもの みぞ汁 10倍がゆ	白鳥魚 プロッコリー(人参) 米	七分つき米、〇小麦粉、 糸こんにゃく、〇マーク リン、〇砂糖、砂糖、お つけ麺	〇牛乳、豚モモ肉(う ずきり)、納豆、一口がん も、米みそ(淡色辛み そ)、カニかまぼこ、〇 卵、カットわかめ	大根、人参、胡瓜、いん げん(冷)、青葱	ロックビスケット (チョコフレークなし) ぎゅうにゅう	
02 水	かやくごはん おさかなカツ みぞしる(とうふ)	かやくごはん(なんばん) かぼちゃのもの みぞしる(とうふ)	ささみのくず煮 かぼちゃのもの みぞ汁 7倍がゆ	ささみのくず煮 かぼちゃのもの 10倍がゆ	ささみ かぼちゃ(人参) 米	七分つき米、糸こんにゃ く、〇砂糖、油、パン 粉、砂糖、小麦粉	〇牛乳、かき氷、ソフト 木綿、鶏モモ肉(細か く)、米みそ(淡色辛み そ)、うす揚、〇返りじ りめん、〇アガー、卵、 〇牛乳、納豆、豚モモ 肉、〇ろろけのチーズ、 米みそ(淡色辛みそ)、 赤みそ、ひじき、カット わかめ	〇ハイナップル(天然果 汁)、〇パイイン缶、人 參、ごぼう、なめこ、サ ニーレタス、青葱、干し 椎茸	フルーツゼリー ぱりんこ ぎゅうにゅう	
03 木	ぶたにくとこんにゃくのみぞいため ひじきのすのもの みぞしる(たまねぎ) なんぶつきまい(なつとう)	ぶたにくとこんにゃくのみぞいため オクラのもの みぞしる(たまねぎ) なんばん(なつとう)	豆腐のくず煮 オクラのもの みぞ汁 7倍がゆ	豆腐のくず煮 オクラのもの 10倍がゆ	豆腐 オクラ(プロッコリー) 米	七分つき米、〇食パン(8 枚切り)、糸こんにゃ く、砂糖、油、〇マーク リン	〇牛乳、納豆、豚モモ 肉、〇ろろけのチーズ、 米みそ(淡色辛みそ)、 赤みそ、ひじき、カット わかめ	しら葱、胡瓜、〇玉葱、 豆、チゲンサンイ、し めじ、人參、竹の子(ゆ で)、青葱	トローリビザ ぎゅうにゅう	1さいじ しょくいくかつどう たまねぎのかわむき
04 金	チキンとやさい ちやしのこままで みぞしる(かぼちゃ) なんぶつきまい(なつとう)	チキンとやさい カリフラワーのもの みぞしる(かぼちゃ) なんばん(なつとう)	白鳥魚のくず煮 カリフラワーのもの みぞ汁 7倍がゆ	白鳥魚のくず煮 カリフラワーのもの 10倍がゆ	白鳥魚 カリフラワー(人参) 米	七分つき米、砂糖	鶏モモ肉(そぎ切り)、 〇ヨーグルト(無糖)、納 豆、米みそ(淡色辛み そ)、カニかまぼこ、う す揚、ひじき	かぼちゃ、もやし、き やべつ、〇みかん缶、ほ うれん草、胡瓜、人參、青 葱	フルーツのヨーグルトかけ おかし むぎちや	
05 土	ブルコギごはん きりぼしだいこんのナムル スープ(ワカメ)	ブルコギごはん(なんばん) プロッコリーのもの スープ(ワカメ)	ささみのくず煮 プロッコリーのもの みぞ汁 7倍がゆ	ささみのくず煮 プロッコリーのもの 10倍がゆ	ささみ プロッコリー(人参) 米	半つき米、コマ油、砂糖	〇牛乳、牛肉(うすぎ り)、〇返りじりめん、 ロースハム、もみのり、 いりこま、カットわかめ	胡瓜、舞茸、人參、もや し、にら、サバ オホウ (冷)、切り干し大いに ん	リツ せんべい ぎゅうにゅう	
07 月	たなばたにくそうめん てんぶら	たなばたにくそうめん さつまいものもの	豆腐のくず煮 さつまいものもの にゅうめん	豆腐のくず煮 さつまいものもの にゅうめん	豆腐 さつまいも(カリフラワー) そうめん	そうめん(干)、さつま いも、油、小麦粉、砂糖	牛肉(うすぎり)、えび (天ぷら用)、錦糸卵、 卵	玉葱、ほうれん草、刻 みオクラ	たなばたゼリー おかし むぎちや	たなばたしゅうかい
08 火	チャンブル きゅうりのゆかりあえ みぞしる(きやべつ) なんぶつきまい(なつとう)	チャンブル カリフラワーのもの みぞしる(きやべつ) なんばん(なつとう)	白鳥魚のくず煮 カリフラワーのもの みぞ汁 7倍がゆ	白鳥魚のくず煮 カリフラワーのもの 10倍がゆ	白鳥魚 カリフラワー(人参) 米	七分つき米、コマ油	〇牛乳、木綿豆腐、納 豆、豚ハラ肉(うすぎ り)、米みそ(淡色辛み そ)、うす揚、カットわ かめ	〇とうもろこし、胡瓜、 きやべつ、もやし、に ら、竹の子(ゆで)、人 參、青葱、〇りんご	ゼリー ぱりんこ ぎゅうにゅう	4さいじ しょくいくかつどう とうもろこしのかわむき
09 水	ミンチカツ マカロニサラダ スープ(パ'ダ'ケル) ロールパン ゼリー	ハンバーグ きやべつのもの スープ(パ'ダ'ケル) ロールパン	ささみのくず煮 きやべつのもの みぞ汁 ひたしパン	ささみのくず煮 きやべつのもの パンがゆ	ささみ きやべつ(人参) パン	NEGロール、パン粉、 〇砂糖、マカロニ、〇小 麦粉、油、マヨネーズ、 小麦粉、〇マーガリン	〇牛乳、合挽肉、〇卵、 卵、牛乳、ロースハム、 ベーコン	玉葱、ミックスベジタブル (冷凍)、人參、胡 瓜、きやべつ、サニーレ タス	まっしゃケーキ (チョコなし) ぎゅうにゅう	たんじょうびかい
10 木	ジャージャーめん こうやどうふのゆうせんだけ スープ(オクラ)	ジャージャーめん オクラのもの スープ(オクラ)	豆腐のくず煮 オクラのもの にこみうどん	豆腐のくず煮 オクラのもの くたくたうどん	豆腐 オクラ(プロッコリー) うどん	ゆで中華めん、〇チルド ホテト、砂糖、コマ油、 ゆでうどん	〇牛乳、合挽肉、〇ピザ 用チーズ、みそ、錦糸卵、 高野豆腐、〇ベーコ ン、うす揚	人參、玉葱、刻みオクラ 胡瓜、きやべつ、〇みか ん缶、玉葱、人參、〇バ イン缶、ビーマン、竹の 子(ゆで)、青葱	ピザボテト ぎゅうにゅう	
11 金	やきにくふういためもの きゅうりのナムル みぞしる(さつまいも) なんぶつきまい(なつとう)	やきにくふういためもの かぼちゃのもの みぞしる(さつまいも) なんばん(なつとう)	白鳥魚のくず煮 かぼちゃのもの みぞ汁 7倍がゆ	白鳥魚のくず煮 かぼちゃのもの 10倍がゆ	白鳥魚 かぼちゃ(カリフラワー) 米	七分つき米、さつまい も、〇砂糖、油、コマ 油、砂糖	〇牛乳、牛肉(うすぎ り)、納豆、米みそ(淡 色辛みそ)、いりこま、 かんてん(粉)、カッ トわかめ、返りじりめ ん	胡瓜、きやべつ、〇みか ん缶、玉葱、人參、〇バ イン缶、ビーマン、竹の 子(ゆで)、青葱	しんれんとうふ カムカム むぎちや	
12 土	さけのしおやき オクラのわかあえ とんじる なんぶつきまい(なつとう)	さけのしおやき オクラのもの とんじる なんばん(なつとう)	ささみのくず煮 オクラのもの みぞ汁 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、さつまいも	〇牛乳、冷凍骨なし塩 鮭、納豆、豚モモ肉(う すぎり)、米みそ(淡 色辛みそ)、〇あだりめ、 かつお節、冷凍骨なし塩	刻みオクラ、大根、人 參、青葱	リツ せんべい ぎゅうにゅう	
14 月	れいめん ほうれんそうのナムル	れいめん ほうれんそうのもの	豆腐のくず煮 ほうれんそうのもの にこみうどん	豆腐のくず煮 ほうれんそうのもの くたくたうどん	豆腐 ほうれんそう(人参) うどん	ゆで中華めん、〇小麦 粉、砂糖、〇マヨネー ズ、コマ油、〇油、〇長 芋、ゆでうどん	〇牛乳、〇卵、合挽 肉、焼き豚、錦糸卵、 いりこま、〇天かす、〇か つお節、〇あおのり	〇きやべつ、ほうれん 草、もやし、トマト*、 胡瓜、人參、〇青葱、干 し椎茸、〇紅しょうが	おこのみやき ぎゅうにゅう	
15 火	れいしゃぶ ふたとすのみぞしき みぞしる(しめじ) なんぶつきまい(なつとう)	れいしゃぶ かぼちゃのもの みぞしる(しめじ) なんばん(なつとう)	白鳥魚のくず煮 かぼちゃのもの みぞ汁 7倍がゆ	白鳥魚のくず煮 かぼちゃのもの 10倍がゆ	白鳥魚 かぼちゃ(トマト) 米	七分つき米、コマ油、砂 糖	〇牛乳、豚肩ロース(う すぎり)、納豆、豚モモ 肉(うすぎり)、米みそ (淡色辛みそ)、うす揚	なす、トマト*、大根お ろし、しめじ、〇いちご ジャム、ビーマン、サ ニーレタス、青葱	ジャムリツ ぎゅうにゅう	

☆初期食は、食材をかつお・こんぶだけ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。(ところは片栗粉使用)

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にして炊いています。

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。

☆材料の〇()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>

☆〇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 水	12~18ヶ月ごろ	10ヶ月ごろ~	7ヶ月ごろ~	6ヶ月ごろ~	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	○牛乳、牛肉 (うすぎり)、納豆、米みそ (淡色辛みそ)、カニカマ、いりごま、カットわかめ	もやし、ビーマン、玉葱、トマト*、人参、胡瓜、竹の子 (ゆで)、青葱、土生姜、Oいちごシャバ	バナナカステラ ぎゅうにゅう
17 木	さわらのムニエル みそしる (かぼちゃ) ななぶつきまい (なっとう)	さわらのムニエル だいこんのもの みそしる (かぼちゃ) なんはん (なっとう)	豆腐のくず煮 だいこんのもの みそ汁 7倍がゆ	豆腐のくず煮 だいこんのもの 10倍がゆ	豆腐 大根 (トマト) 米	七分つき米、小麦粉、マーガリン、砂糖	○牛乳、冷凍骨なしわら、納豆、米みそ (淡色辛みそ)、ちりめんじゅう、うす揚、いりごま、冷凍骨なしわら (大)	○チラウエア、かぼちゃ、トマト*、大根、れんこん、水菜、青葱	ぱりんこ くだもの ぎゅうにゅう	
18 金	かしわのケチャップあえ さけじゅがグラタン スープ (はくさい) ロールパン	かしわのケチャップあえ じゃがいものもの スープ (はくさい) ロールパン	白身魚のくず煮 じゃがいものもの みそ汁 ひたしパン	白身魚のくず煮 じゃがいものもの パンがゆ	白身魚 じゃがいも (ブロッコリー) パン	NE Gロール、チルドボテト、マヨネーズ、片栗粉、砂糖、油	○牛乳、鶏モモ肉 (さき切り)、ビザ用チーズ、鮭フレーク、卵 (黄)、ベーコン	トマト*、玉葱、はくさい、サニーレタス、人参	コーンフレークの ぎゅうにゅうにゅう むぎちゅ	
19 土	キッズビビンバ きゅべつのこなぶあえ スープ (ワカメ)	キッズビビンバ (なんはん) きゅべつのもの スープ (ワカメ)	ささみのくず煮 きゅべつのもの みそ汁 7倍がゆ	ささみのくず煮 きゅべつのもの 10倍がゆ	ささみ きゅべつ (人参) 米	七分つき米、砂糖、ゴマ油	○牛乳、合挽肉、錦糸卵、O返りりめん、いりごま、塩こんぶ、カットわかめ	きゅべつ、もやし、人参、にら	リップ せんべい ぎゅうにゅう	
22 火	さわらのしおやき ブロッコリーのごまあえ ごもくにまめ みそしる (ふ) ななぶつきまい (なっとう)	さわらのしおやき かぼちゃのもの みそしる (ふ) なんはん (なっとう)	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 (カリフラワー) 米	七分つき米、糸こんにゃく、おつゆ麺、砂糖	○牛乳、冷凍骨なしわら、納豆、大豆 (ゆで)、米みそ (淡色辛みそ)、刻みこんぶ、いりごま、カットわかめ	アチャコリー (冷凍)、ごぼう、人参、青葱	カッペゼリー おかし ぎゅうにゅう	
23 水	なつハヤシライス あまなつサラダ	なつハヤシライス (なんはん) カリフラワーのもの	白身魚のくず煮 カリフラワーのもの みそ汁 7倍がゆ	白身魚のくず煮 カリフラワーのもの 10倍がゆ	白身魚 カリフラワー (人参) 米	七分つき米、チルドボテト、○牛乳パン、フレンチドレッシング (分離型)、油、ONE Gロール (ゆ)	○牛乳、牛肉 (うすぎり)	玉葱、なす、人参、なつみかん缶、レタス、胡瓜、刻みオクラ、土生姜、にんにく、Oいちごシャバ	かしパン ぎゅうにゅう	
24 木	からあげ スパゲティーサラダ みそしる (なす) ななぶつきまい (なっとう)	とりのしおやき トマトのもの みそしる (なす) なんはん (なっとう)	ささみのくず煮 トマトのもの みそ汁 7倍がゆ	ささみのくず煮 トマトのもの 10倍がゆ	ささみ トマト (オクラ) 米	七分つき米、チルドボティ、マヨネーズ、油、片栗粉	鶏モモ肉 (25gカット)、納豆、ツナ缶、米みそ (淡色辛みそ)、うす揚	玉葱、なす、トマト*、玉葱、トマト、胡瓜、きゅべつ、サニーレタス、青葱、土生姜、にんにく	くだもの むぎちゅ	5さいじ しょくいくかつどう すいかわり
25 金	ポトフ バインサラダ ロールパン	ポトフ きゅべつのもの ロールパン	豆腐のくず煮 きゅべつのもの みそ汁 ひたしパン	豆腐のくず煮 きゅべつのもの パンがゆ	豆腐 きゅべつ (人参) パン	○七分つき米、NE Gロール、チルドボテト、フレンチドレッシング (分離型)、油	アルトバイエルン、Oちりめんじゅう	きゅべつ、玉葱、人参、かぶ、しめじ、バイン缶、胡瓜、セロリ、O菜めしの素	おにぎり むぎちゅ	
26 土	かしわのこみやき きりぼしだいこんのナムル みそしる (たまねぎ) ななぶつきまい (なっとう)	かしわのこみやき オクラのもの みそしる (たまねぎ) なんはん (なっとう)	白身魚のくず煮 オクラのもの みそ汁 7倍がゆ	白身魚のくず煮 オクラのもの 10倍がゆ	白身魚 オクラ (カリフラワー) 米	七分つき米、ゴマ油、砂糖	○牛乳、鶏モモ肉 (さき切り)、納豆、米みそ (淡色辛みそ)、ロースハム、Oあたりめ、うす揚	トマト*、玉葱、胡瓜、切り干したいこん、サニーレタス、青葱	リップ せんべい ぎゅうにゅう	
28 月	ケチャップライス ブロッコリーのツナマヨ スープ (やさい)	ケチャップライス (なんはん) ブロッコリーのもの スープ (やさい)	ささみのくず煮 ブロッコリーのもの みそ汁 7倍がゆ	ささみのくず煮 ブロッコリーのもの 10倍がゆ	ささみ ブロッコリー (人参) 米	半つき米、○砂糖、マヨネーズ、油、Oねりごま	○牛乳、合挽肉、ツナ缶、ベーコン、Oアガー	アチャコリー (冷凍)、玉葱、ズイトコーギル缶、人参、えのき茸、ビーマン、レーズン	ごまミルクプリン おかし むぎちゅ	
29 火	たらのてりやき かぼちゃサラダ みそしる (こまつな) ななぶつきまい (なっとう)	たらのてりやき かぼちゃのもの みそしる (こまつな) なんはん (なっとう)	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、○マーガリン、○砂糖、マヨネーズ、砂糖	○牛乳、冷凍骨なしわら、納豆、O卵、米みそ (淡色辛みそ)、Oきな粉、うす揚	葉かぼちゃ、小松菜 (カット)、胡瓜、玉葱、レーズン	きなこクッキー ぎゅうにゅう	
30 水	じゃがぶー やさいとじゅこいいたもの みそしる (はくさい) ななぶつきまい (なっとう)	じゃがぶー カリフラワーのもの みそしる (はくさい) なんはん (なっとう)	白身魚のくず煮 カリフラワーのもの みそ汁 7倍がゆ	白身魚のくず煮 カリフラワーのもの 10倍がゆ	白身魚 カリフラワー (オクラ) 米	七分つき米、チルドボテト、糸こんにゃく、油、砂糖	○牛乳、納豆、豚モモ肉 (うすぎり)、米みそ (淡色辛みそ)、ちりめんじゅう	玉葱、人参、はくさい、ビーマン、れんこん、いんげん (冷)、青葱	たいやき ぎゅうにゅう	
31 木	さわらのあんかけ かみかみサラダ みそしる (さつまいも) ななぶつきまい (なっとう)	さわらのあんかけ だいこんのもの みそしる (さつまいも) なんはん (なっとう)	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 (ブロッコリー) 米	七分つき米、ONE Gロール (ゆ)、さつまいも、O油、油、Oグラニュー糖、砂糖、片栗粉	○牛乳、冷凍骨なしわら、納豆、米みそ (淡色辛みそ)、うす揚、ちりめんじゅう、いりごま、冷凍骨なしわら (大)	はくさい、大根、しろ葱、れんこん、人参、水菜、みづば	あげパン 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。(ところみは片栗粉使用)

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・塩・みそなど)は、上記の材料名には載せていません。

☆材料のO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。