

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
01 金	ひじきごはん あつあけとさといものもの みそしる(ふ)	ひじきごはん(なんはん) にんじんのもの みそ汁 7倍がゆ	豆腐のくず煮 にんじんのもの みそ汁 7倍がゆ	豆腐のくず煮 にんじんのもの 10倍がゆ	豆腐 人参(オクラ) 米	七分つき米、里芋(スライス)、○砂糖、糸こんにゃく、砂糖、おつゆ 麺、油	○牛乳、厚揚げ(四角)、豚モモ肉(うすぎり)、糸みそ(淡色辛みそ)、錦糸卵、○アガー、ひじき、カットわこま	○パイナップル(天然果汁)、○パイン缶、小松菜(カット)、人参、いんげん(冷)、青葱	フルーツゼリー おかしがゅうにゅう
02 土	やさしいため ブロッコリーのこまえ みそしる(ふ) ななぶつきまい(なつとう)	やさしいため ブロッコリーのもの みそ汁 7倍がゆ なんはん(なつとう)	白鳥魚のくず煮 ブロッコリーのもの みそ汁 7倍がゆ	白鳥魚のくず煮 ブロッコリーのもの 10倍がゆ	白鳥魚 ブロッコリー(人参) 米	七分つき米、コマ油、おつゆ麺、砂糖	○牛乳、豚モモ肉(うすぎり)、糸みそ(淡色辛みそ)、○返りちりめん、うす揚、いりこま	○ブロッコリー(冷凍)、きやべつ、玉葱、人参、ビーマン、竹の子(ゆで)、生じいだけ、青葱	リッツ せんべい ぎゅうにゅう
04 月	にくうどん かぼちゃのふくめに	にくうどん かぼちゃのもの	ささみのくず煮 かぼちゃのもの こみうどん	ささみのくず煮 かぼちゃのもの くたくたうどん	ささみ かぼちゃ(カリフラワー) うどん	ゆでうどん、○いちごミルクパン、砂糖、○ONE Gロール(小)	○牛乳、牛肉(うすぎり)、かまぼこ赤身、いわし(煮干し)、カットわかめ	栗かぼちゃ、玉葱、ほうれん草、青葱、○いちごジャム	かしパン ぎゅうにゅう
05 火	キッズピビンバ きゅべつのこまえ みそしる(たまねぎ)	キッズピビンバ(なんはん) きゅべつのもの みそしる(たまねぎ)	豆腐のくず煮 きゅべつのもの みそ汁 7倍がゆ	豆腐のくず煮 きゅべつのもの 10倍がゆ	豆腐 きゅべつ(人参) 米	七分つき米、砂糖、コマ油	○牛乳、合挽肉、糸みそ(淡色辛みそ)、錦糸卵、いりこま、塩こんぶ、カットわかめ	きやべつ、玉葱、もやし、人参、にら、青葱	コーンフレーク ぎゅうにゅうがけ むぎちや
06 水	ポークチャップ マカロニサラダ スープ(オクラ) ロールパン ゼリー	ポークチャップ ブロッコリーのもの スープ(オクラ) ロールパン	白鳥魚のくず煮 ブロッコリーのもの みそ汁 ひたしパン	白鳥魚のくず煮 ブロッコリーのもの パンがゆ	白鳥魚 ブロッコリー(きゅべつ) パン	NEGロール、チルドボデト、○ホットケーキ粉、マカロニ、フレンチドレッシング(分離型)、○砂糖、○マーガリン、マーガリン	○牛乳、豚モモ肉(うすぎり)、○卵、ロースハム	玉葱、刻みオクラ、人参、胡瓜、マッシュルーム缶、きやべつ、○いちごジャム、グリンピース(冷凍)	ジャムカップケーキ ぎゅうにゅう
07 木	なすミートパグティー ¹ フルーツサラダ スープ(やさしい)	なすミートパグティー ¹ オクラのもの スープ(やさしい)	ささみのくず煮 オクラのもの こみうどん	ささみのくず煮 オクラのもの くたくたうどん	ささみ オクラ(人参) うどん	スパゲティー、油、オリーブ油	○牛乳、合挽肉、ヨーグルト(無糖)、ベーコン	○とうもろこし、なす、玉葱、きやべつ、みかん缶、ミックスベジタブル(冷凍)、人参、胡瓜、マッシュルーム缶、ビーマン、	ゼリー おかしがゅうにゅう
08 金	ギョーザのあんかけ ツナのすのもの みそしる(ふ) ななぶつきまい(なつとう)	ギョーザのあんかけ カリフラワーのもの みそ汁(ふ) なんはん(なつとう)	豆腐のくず煮 カリフラワーのもの みそ汁 7倍がゆ	豆腐のくず煮 カリフラワーのもの 10倍がゆ	豆腐 カリフラワー(オクラ) 米	七分つき米、○小麦粉、油、○マーガリン、○砂糖、おつゆ麺、砂糖、片栗粉	○牛乳、納豆、糸みそ(淡色辛みそ)、ツナ缶、○卵、カットわかめ	胡瓜、玉葱、はくさい、人参、竹の子(ゆで)、生じいだけ、ビーマン、青葱	ロックピクニック (チョコフレークなし) ぎゅうにゅう
09 土	ぎゅうちゅんごはん きりほしだいこんのナムル みそしる(ワカメ)	ぎゅうちゅんごはん(なんはん) ブロッコリーのもの みそ汁(ワカメ)	白鳥魚のくず煮 ブロッコリーのもの みそ汁 7倍がゆ	白鳥魚のくず煮 ブロッコリーのもの 10倍がゆ	白鳥魚 ブロッコリー(人参) 米	半つき米、板こんにゃく、砂糖、油、コマ油	○牛乳、牛肉(うすぎり)、糸みそ(淡色辛みそ)、ロースハム、あだりめ、うす揚、カットわかめ	せか打ち(冷)、胡瓜、人参、切り干しだいこん、みづば、青葱	リッツ せんべい ぎゅうにゅう
12 火	さけごはん さといものそぼろに みそしる(こまつな)	さけごはん(なんはん) オクラのもの みそしる(こまつな)	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	半つき米、里芋(スライス)、砂糖	○牛乳、鮭フレーク、鶏ミンチ、うす揚、糸みそ(淡色辛みそ)、いりこま	小松菜(カット)、人参、玉葱、みづば、いんげん(冷)	たいやき 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・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〉

☆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
						熟と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
16 土	なめだけごはん ピーマンとじやこのいためもの みそしる(はくさい)	なめだけごはん(なんはん) かぼちゃのにもの みそしる(はくさい)	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(人参) 米	七分つき米、油	○牛乳、ツナ缶、米みそ (淡色辛みぞ)、ちりめんじやこ、○あたりめ、うす揚	なめ茸(味付)、はくさい、れんこん、ピーマン、人参、みつば、青葱	リップ せんべい ぎゅうにゅう	
18 月	さけのしおやき ごぼうサラダ みそしる(はくさい) ななぶつきまい(なつとう)	さけのしおやき プロッコリーのにもの みそしる(はくさい) なんはん(なつとう)	白身魚のくず煮 プロッコリーのにもの みそ汁 7倍がゆ	白身魚のくず煮 プロッコリーのにもの 10倍がゆ	白身魚 プロッコリー(人参) 米	七分つき米、マヨネーズ	冷凍骨なし塩鮭、納豆、米みそ (淡色辛みぞ)、○返りめん、いりごま、カットわかめ、冷凍骨なし塩鮭(大)	○すいか、はくさい、サガリ打(ホリ)(冷)、人参、しめじ、青葱	くだもの カムカム むぎちや	ひなんくんれん
19 火	さんしょくごはん ごもくきんぴら みそしる(こまつな)	さんしょくごはん(なんはん) かぼちゃのにもの みそしる(こまつな)	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 かぼちゃのにもの 10倍がゆ	ささみ かぼちゃ(カリフラワー) 米	七分つき米、○マカロニ 二、油、糸こんにゃく、 ○砂糖、砂糖	○牛乳、鶏モモ肉(さぎ 切り)、納豆、米みそ (淡色辛みぞ)、うす揚 かづお節、カットわ かめ	玉葱、ピーマン、小松葉 (カット)、れんこん、サガリ打(ホリ)(冷)、人参、セロリ、青葱	マカロニのあべかわ ぎゅうにゅう	
20 水	かしわのなんばんづけ オクラのいにくあえ みそしる(はくさい) ななぶつきまい(なつとう)	かしわのにもの オクラのにもの みそしる(はくさい) なんはん(なつとう)	豆腐のくず煮 オクラのにもの みそ汁 7倍がゆ	豆腐のくず煮 オクラのにもの 10倍がゆ	豆腐 オクラ(人参) 米	七分つき米、油、砂糖、 片栗粉、ONE Gロール (小)	○牛乳、鶏モモ肉(さぎ 切り)、納豆、米みそ (淡色辛みぞ)、うす揚 かづお節、カットわ かめ	刻みオクラ、玉葱、人参、セロリ、土生姜、青葱、梅ペースト、ト、いろいろジャム	バナナステラ ぎゅうにゅう	
21 木	けいはん いりどうふ	けいはん(なんはん) カリフラワーのにもの	白身魚のくず煮 カリフラワーのにもの みそ汁 7倍がゆ	白身魚のくず煮 カリフラワーのにもの 10倍がゆ	白身魚 カリフラワー(オクラ) 米	七分つき米、糸こんにゃ く、油、砂糖	○牛乳、ソフト木綿、鶏 ささ身、鶏ミンチ、錦糸 卵、○あたりめ、いりご ま、きざみのり	人参、○みかん缶、○4 色かんてん、干し椎茸、 青葱、にら	フルーツみつまめ カムカム ぎゅうにゅう	
22 金	はっぽうさい いんげんのツナあえ みそしる(ふ) ななぶつきまい(なつとう)	はっぽうさい プロッコリーのにもの みそしる(ふ) なんばん(なつとう)	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 プロッコリーのにもの 10倍がゆ	ささみ プロッコリー(人参) 米	七分つき米、○小麦粉、 ○砂糖、○さつまいも、 マヨネーズ、おつゆ、油、 片栗粉	○牛乳、豚モモ肉(うす ぎり)、納豆、冷凍うき えび、米みそ(淡色辛み ぞ)、ツナ缶、カットわ かめ	はくさい、玉葱、いんげ ん(冷)、人参、竹の子(ゆで)、生いり け、ヤングコン、青葱	さつまいもむしパン ぎゅうにゅう	
23 土	ブルコギごはん プロッコリーのごまあえ スープ(ワカメ)	ブルコギごはん(なんはん) オクラのにもの スープ(ワカメ)	豆腐のくず煮 オクラのにもの みそ汁 7倍がゆ	豆腐のくず煮 オクラのにもの 10倍がゆ	豆腐 オクラ(プロッコリー) 米	半つき米、砂糖	○牛乳、牛肉(うすぎ り)、○あたりめ、いり ごま、みのり、カットわ かめ	アチャオリー(冷凍)、舞 茸、人参、もやし、に ら、サガリ打(ホリ)(冷)	リップ せんべい ぎゅうにゅう	
25 月	さわらのしおやき きりぼしだいこんのにつけ みそしる(あつあけ) ななぶつきまい(なつとう)	さわらのしおやき カリフラワーのにもの みそしる(あつあけ) なんはん(なつとう)	白身魚のくず煮 カリフラワーのにもの みそ汁 7倍がゆ	白身魚のくず煮 カリフラワーのにもの 10倍がゆ	白身魚 カリフラワー(トマト) 米	七分つき米、小麦粉、 ○砂糖、油、砂糖	冷凍骨なししあじ、○牛 乳、納豆、厚揚げ(四 角)、牛乳、米みそ(淡 色辛みぞ)、卵、○あた りめ、うす揚、○かんて ん	トマト*、アチャオリー (冷凍)、○みかん缶、 ○パイイン、人参、しろ いり、切り干し干いこん、 いんげん(冷)	しんれんどうふ カムカム むぎちや	
26 火	チンジャオロース トマトサラダ みそしる(たまねぎ) ななぶつきまい(なつとう)	チンジャオロース トマトのにもの みそしる(たまねぎ) なんはん(なつとう)	ささみのくず煮 トマトのにもの みそ汁 7倍がゆ	ささみのくず煮 トマトのにもの 10倍がゆ	ささみ トマト(人参) 米	七分つき米、砂糖、油、 片栗粉	○ヨーグルト、牛肉(う すぎり)、納豆、米みそ (淡色辛みぞ)、うす揚	トマト、ピーマン、玉 葱、人参、胡瓜、竹の子 (ゆで)、青葱、土生姜	ヨーグルト おかし むぎちや	
27 水	れいめん からあげ	れいめん プロッコリーのにもの	豆腐のくず煮 プロッコリーのにもの にこみうどん	豆腐のくず煮 プロッコリーのにもの くたくたうどん	豆腐 プロッコリー(オクラ) うどん	ゆで中華めん、砂糖、 油、片栗粉、ゴマ油、ゆ でうどん	○牛乳、鶏モモ肉(25 gカット)、焼き豚、錦 糸卵	アチャオリー(冷凍)、ト マト、胡瓜、干し椎 茸、土生姜、にんにく	もみじまんじゅう ぎゅうにゅう	
28 木	なつハヤシライス パイソンサラダ	なつハヤシライス(なんはん) きゅべつのにもの	白身魚のくず煮 きゅべつのにもの みそ汁 7倍がゆ	白身魚のくず煮 きゅべつのにもの 10倍がゆ	白身魚 きゅべつ(人参) 米	七分つき米、○食パン(8 枚切り)、チルドボテ ト、フレンチドレッシング (分離型)、○砂糖、 ○マーガリン、油	○牛乳、牛肉(うすぎ り)	玉葱、なす、人参、きゅ べつ、パン生地、刻みオ クラ、胡瓜、干し椎 茸、土生姜、にんにく	かわりトースト ぎゅうにゅう	
29 金	じゃがぶー きゅうりのすのもの(カニカマ) みそしる(とうふ) ななぶつきまい(なつとう)	じゃがぶー カリフラワーのにもの みそしる(とうふ) なんはん(なつとう)	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 カリフラワーのにもの 10倍がゆ	ささみ カリフラワー(人参) 米	七分つき米、じゃが芋、 糸こんにゃく、○はった い粉、○砂糖、砂糖、油	○牛乳、納豆、豚モモ肉 (うすぎり)、ソフト木 綿、米みそ(淡色辛み ぞ)、カニカマほっこ、う す揚、カットわかめ	玉葱、人参、胡瓜、いん げん(冷)、青葱	はったいこ ぎゅうにゅう	
30 土	ひたにくのしおがゆき もやしとんじんのナムル みそしる(ふ) ななぶつきまい(なつとう)	ひたにくのしおがゆき かぼちゃのにもの みそしる(ふ) なんはん(なつとう)	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(トマト) 米	七分つき米、砂糖、油、 おつゆ、ゴマ油	○牛乳、豚モモ肉(うす ぎり)、納豆、米みそ (淡色辛みぞ)、○返り ちりめん、カットわか め、いりごま	もやし、トマト*、玉 葱、人参、青葱、土生姜	リップ せんべい ぎゅうにゅう	

<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。

☆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。(ところは片栗粉使用)

ミキサーでベ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。