

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月	ケチャップライス きゃべつのみそマヨネーズ スープ (きのこ)	ケチャップライス (なんはん) きゃべつにもの スープ (きのこ)	白身魚のくす煮 きゃべつにもの みそ汁 7倍がゆ	白身魚のくす煮 きゃべつにもの 10倍がゆ	白身魚 きゃべつ (人参) 米	七分つき米、〇砂糖、 油、マヨネーズ、〇ねり ごま	〇牛乳、合挽肉、竹輪、 白みそ、ベーコン、〇ア ガー、カットわかめ	玉葱、きゃべつ、スイート ポテト、人参、舞茸、しめ じ、ピーマン、えのき 茸、レーズン	ごまミルクプリン おかし むぎちゃ	
02火	かしわとやさいのスープに スイートマト ロールパン	かしわとやさいのスープに トマトにもの ロールパン	ささみのくす煮 トマトにもの みそ汁 ひたしパン	ささみのくす煮 トマトにもの パンがゆ	ささみ トマト (オクラ) パン	〇七分つき米、NEG ロール、チルドポテト、 砂糖、油	鶏もも肉 (そぎ切り)、 ベーコン、〇塩こんぶ、 〇かつお節	玉葱、トマト、きゃべ つ、人参、セロリ	おにぎり むぎちゃ	
03水	さわらのしょうがに ブロッコリーのおかかあえ しらあえ (ほうれんそう) みそしる (はくさい) ななぶつきまい (なっとう)	さわらのしょうがに ブロッコリーのおかかあえ ほうれんそうにもの みそしる (はくさい) なんはん (なっとう)	豆腐のくす煮 ほうれんそうにもの みそ汁 7倍がゆ	豆腐のくす煮 ほうれんそうにもの 10倍がゆ	豆腐 ほうれん草 (人参) 米	七分つき米、糸こんにゃ く、〇砂糖、砂糖	〇牛乳、冷凍骨なしさわ ら、納豆、ソフト木綿、 白みそ (淡色辛みそ)、 白みそ、うす揚げ、〇ア ガー、いりごま、かつお 節、冷凍骨なしさわら	〇オレンジ天然果汁、は くさい、ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ (冷 凍)、ほうれん草、〇み かん、人参、土生菜、青 葱	フルーツゼリー おかし ぎゅうにゅう	
04木	あつあげのちゅうかいだめ きゅうりのナムル みそしる (さといも) ななぶつきまい (なっとう)	あつあげのちゅうかいだめ かぼちゃのにも みそしる (さといも) なんはん (なっとう)	白身魚のくす煮 かぼちゃのにも みそ汁 7倍がゆ	白身魚のくす煮 かぼちゃのにも 10倍がゆ	白身魚 かぼちゃ (人参) 米	七分つき米、里芋 (スラ イス)、ゴマ油、片栗 粉、砂糖	〇牛乳、納豆、豚肩ロ ース (うすぎり)、厚揚げ (四角)、米みそ (淡色 辛みそ)、うす揚げ、いり ごま	胡瓜、玉葱、人参、に ら、干し椎茸、青葱	まんじゅう ぎゅうにゅう	
05金	れいしゅぶ にんじんのゆうぜんいり みそしる (なす) ななぶつきまい (なっとう)	れいしゅぶ にんじんのにも みそしる (なす) なんはん (なっとう)	ささみのくす煮 にんじんのにも みそ汁 7倍がゆ	ささみのくす煮 にんじんのにも 10倍がゆ	ささみ 人参 (トマト) 米	七分つき米、〇NEG ロール (小)、〇油、〇 グラニュー糖、油	〇牛乳、豚肩ロース (う すぎり)、納豆、米みそ (淡色辛みそ)、たら こ、〇きな粉、うす揚げ	人参、なす、トマト＊、 大根おろし、玉葱、ピー マン、サニーレタス、青 葱、〇いちごジャム	あげパン ぎゅうにゅう	
06土	ぎゅうどん オクラのおかかあえ みそしる (はくさい)	ぎゅうどん (なんはん) オクラにもの みそしる (はくさい)	豆腐のくす煮 オクラにもの みそ汁 7倍がゆ	豆腐のくす煮 オクラにもの 10倍がゆ	豆腐 オクラ (ブロッコリー) 米	半つき米、糸こんにゃ く、砂糖	〇牛乳、牛肉 (うすぎ り)、米みそ (淡色辛み そ)、〇あたりめ、うす 揚げ、かつお節	玉葱、刻みオクラ、はく さい、みつば、青葱	リッツ せんべい ぎゅうにゅう	
08月	キッズピビンパ きゃべつのごまず みそしる (とうふ)	キッズピビンパ (なんはん) きゃべつにもの みそしる (とうふ)	白身魚のくす煮 きゃべつにもの みそ汁 7倍がゆ	白身魚のくす煮 きゃべつにもの 10倍がゆ	白身魚 きゃべつ (人参) 米	七分つき米、〇小麦粉、 〇砂糖、砂糖、〇マーガ リン、ゴマ油	〇牛乳、合挽肉、ソフト 木綿、〇ヨーグルト (無 糖)、米みそ (淡色辛み そ)、錦糸卵、カニかま ぼこ、いりごま、カット オクラ	きゃべつ、人参、もや し、胡瓜、にら、青葱	ヨーグルトパン ぎゅうにゅう	
09火	ぶたにだいこんのにも ブロッコリーのおかかあえ みそしる (あつあげ) ななぶつきまい (なっとう)	ぶたにだいこんのにも ブロッコリーにもの みそしる (あつあげ) なんはん (なっとう)	ささみのくす煮 ブロッコリーにもの みそ汁 7倍がゆ	ささみのくす煮 ブロッコリーにもの 10倍がゆ	ささみ ブロッコリー (オクラ) 米	七分つき米、糸こんにゃ く、砂糖、〇砂糖	豚バラ肉 (うすぎり)、 納豆、〇カルピス、厚揚げ (四角)、一口がん も、米みそ (淡色辛み そ)、〇あたりめ、〇ア ガー、いりごま	大根、ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ (冷 凍)、〇黄桃缶、人参、 小松菜 (カット)、青葱	カルピスジュレ おかし むぎちゃ	
10水	パンポンコロッケ ひじきサラダ スープ (オクラ) ロールパン ゼリー	かぼちゃのおやき にんじんのにも スープ (オクラ) ロールパン	豆腐のくす煮 にんじんのにも みそ汁 ひたしパン	豆腐のくす煮 にんじんのにも パンがゆ	豆腐 人参 (トマト) パン	NEGロール、チルドポ テト、〇砂糖、パン粉、 〇小麦粉、油、小麦粉、 〇マーガリン、マヨネ ーズ、砂糖、〇粉糖	〇牛乳、〇卵、合挽肉、 卵、ひじき、いりごま	栗かぼちゃ、トマト＊、 刻みオクラ、玉葱、人 参、ｽｲｰﾄﾍﾟｰﾚｰﾄ缶、いん げん (冷)	ココアケーキ ぎゅうにゅう	たんじょうびかい
11木	チャーハン もやしとわかめのナムル ちゅうかスープ	チャーハン (なんはん) カリフラワーにもの ちゅうかスープ	白身魚のくす煮 カリフラワーにもの みそ汁 7倍がゆ	白身魚のくす煮 カリフラワーにもの 10倍がゆ	白身魚 カリフラワー (人参) 米	七分つき米、〇マカロ ニ、油、〇砂糖、ゴマ油	〇牛乳、ソフト木綿、 卵、焼き豚、〇きな粉、 いりごま、カットわかめ	もやし、人参、玉葱、竹 の子 (ゆで)、青葱、干 し椎茸、みつば	マカロニのあべかわ ぎゅうにゅう	うたコンサート
12金	ぶたにくのうまに (しいたけ) わふうコールスロー みそしる (はくさい) ななぶつきまい (なっとう)	ぶたにくのうまに (しいたけ) オクラにもの みそしる (はくさい) なんはん (なっとう)	ささみのくす煮 オクラにもの みそ汁 7倍がゆ	ささみのくす煮 オクラにもの 10倍がゆ	ささみ オクラ (きゃべつ) 米	七分つき米、〇小麦粉、 〇小麦粉、油、砂糖、〇 砂糖、油、砂糖	〇牛乳、豚もも肉 (うす ぎり)、納豆、米みそ (淡色辛みそ)、〇卵、 ちりめんじゃこ、カット わかめ	きゃべつ、はくさい、人 参、れんこん、いんげん (冷)、干し椎茸、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	
13土	パンバイキング りんごジュース	ベビーフード	ベビーフード	ベビーフード	ベビーフード	メロンパン、牛乳パン、 クリームツイスト、ツナ サラダパン、フルコギマ ヨ、焼きそばパン	〇牛乳、〇返りちりめん	りんご天然果汁	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。(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、ハイライン、マンナウエファア、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 (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		
16 火	さげごはん きゅうりもみ みそしる(とうろ)	さげごはん(なんはん) かぼちゃのにも みそしる(とうろ)	豆腐のくす煮 かぼちゃのにも みそ汁 7倍がゆ	豆腐のくす煮 かぼちゃのにも 10倍がゆ	豆腐 かぼちゃ(カリフラワー) 米	半つき米、〇さつまい も、〇砂糖、〇マーガ リン、砂糖	〇牛乳、ソフト木綿、鮭 フレーク、〇卵、うす 揚げ、米みそ(淡色辛み そ)、鰯系卵、ちりめん じゃこ、いりごま、〇卵	胡瓜、みつば、なめこ、 青葱	スイートポテト ぎゅうにゅう	たいそうしゅうかい ①
17 水	かしのてりやき こうやとうろのゆうせんだき みそしる(たまねぎ) ななぶつきまい(なっとう)	かしのてりやき ブロッコリーのにも みそしる(たまねぎ) なんはん(なっとう)	白身魚のくす煮 ブロッコリーのにも みそ汁 7倍がゆ	白身魚のくす煮 ブロッコリーのにも 10倍がゆ	白身魚 ブロッコリー(人参) 米	七分つき米、〇カンバ ン、砂糖	〇牛乳、鶏もも肉(そぎ 切り)、納豆、米みそ (淡色辛みそ)、高野豆 腐、うす揚げ、カットわか め	〇りんご、玉葱、トマト *、人参、サニーレタ ス、いんげん(冷)、 干し椎茸、青葱、土生 姜	かんぱん りんご ぎゅうにゅう	ひなんくんれん
18 木	さかなのサクサクやき はるさめサラダ みそしる(きのこ) 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 みそしる(きのこ) なんはん(なっとう)	ささみのくす煮 カリフラワーのにも みそ汁 7倍がゆ	ささみのくす煮 カリフラワーのにも 10倍がゆ	ささみ カリフラワー(オクラ) 米	七分つき米、マヨネー ズ、パン粉、はるさめ、 砂糖、ゴマ油	冷凍骨なしメルルーサ、 〇ヨーグルト(無糖)、納 豆、米みそ(淡色辛み そ)、ロースハム	トマト*、〇みかん缶、 胡瓜、しめじ、えのき 茸、エリンギ	フルーツのヨーグルトかけ おかし むぎぢゃ	1さいじ しょくいくかつどう きのこちぎり
19 金	ナポリタン グリーンサラダ スープ(もやし)	ナポリタン オクラのにも スープ(もやし)	豆腐のくす煮 オクラのにも にこみうどん	豆腐のくす煮 オクラのにも くたくたうどん	豆腐 オクラ(人参) うどん	スパゲティー、〇七分 つき米、〇砂糖、〇もち 米、フレンチドレッシン グ(分離型)、オリーブ 油、油	〇牛乳、〇あすき (乾)、ベーコン、粉 チーズ、カットわかめ	玉葱、レタス、もやし、 人参、胡瓜、マッシュ ルーム缶、ピーマン	おはぎ ぎゅうにゅう	
20 土	はるさめいため いんげんのツナあえ みそしる(たまねぎ) ななぶつきまい(なっとう)	はるさめいため ブロッコリーのにも みそしる(たまねぎ) なんはん(なっとう)	白身魚のくす煮 ブロッコリーのにも みそ汁 7倍がゆ	白身魚のくす煮 ブロッコリーのにも 10倍がゆ	白身魚 ブロッコリー(カリフラワー) 米	七分つき米、はるさめ、 マヨネーズ、ゴマ油	〇牛乳、納豆、豚バラ肉 (うすぎり)、米みそ (淡色辛みそ)、ツナ 缶、〇あたりめ、カット わかめ	ぎゃべつ、玉葱、いんげ ん(冷)、人参、ピー マン、竹の子(ゆで)、 干し椎茸、青葱	リッツ せんべい ぎゅうにゅう	
22 月	ぎゅうちゃんごはん オクラのごまあえ みそしる(たまねぎ)	ぎゅうちゃんごはん(なんはん) オクラのにも みそしる(たまねぎ)	ささみのくす煮 オクラのにも みそ汁 7倍がゆ	ささみのくす煮 オクラのにも 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、油	〇牛乳、牛肉(うすぎ り)、米みそ(淡色辛み そ)、いりごま、カット わかめ	刻みオクラ、玉葱、ツナ 缶、人参、みつ ば、青葱	おつきみゼリー ぎゅうにゅう	
24 水	ジャージャーめん ブロッコリーのおかかあえ スープ(バジル)	ジャージャーめん ブロッコリーのにも スープ(バジル)	豆腐のくす煮 ブロッコリーのにも にこみうどん	豆腐のくす煮 ブロッコリーのにも くたくたうどん	豆腐 ブロッコリー(人参) うどん	ゆで中華めん、〇いち ごミルクパン、砂糖、ゴマ 油、ゆでうどん、ONE Gロール(小)	〇牛乳、合挽肉、みそ、 鰯系卵、かつお節	アヲロリ(冷凍)、玉 葱、胡瓜、えのき茸、 ミックスベジタブル(冷 凍)、人参、青葱、〇い ちごジャム	かしパン ぎゅうにゅう	たいそうしゅうかい ②
25 木	ぶたにくのケチャップあえ スパゲティーサラダ みそしる(オクラ) ななぶつきまい(なっとう)	ぶたにくのケチャップあえ きゅうりにも みそしる(オクラ) なんはん(なっとう)	白身魚のくす煮 きゅうりにも みそ汁 7倍がゆ	白身魚のくす煮 きゅうりにも 10倍がゆ	白身魚 きゅうり(トマト) 米	七分つき米、スパゲ ティー、マヨネーズ、 油、片栗粉、砂糖	〇牛乳、豚もも肉(うす ぎり)、納豆、ツナ缶、 米みそ(淡色辛みそ)、 卵(黄)、カットわかめ	トマト*、刻みオクラ、 トマト、胡瓜、きゃべ つ、サニーレタス、青葱	コーンフレークぎゅうにゅうかけ むぎぢゃ	
26 金	さけのしおやき チンゲンサイのいためもの みそしる(たまねぎ) ななぶつきまい(なっとう)	さけのしおやき カリフラワーのにも みそしる(たまねぎ) なんはん(なっとう)	ささみのくす煮 カリフラワーのにも みそ汁 7倍がゆ	ささみのくす煮 カリフラワーのにも 10倍がゆ	ささみ カリフラワー(人参) 米	七分つき米、〇ホット ケーキ粉、油、〇マーガ リン、〇ホットケーキシ ロップ	〇牛乳、冷凍骨なし塩 鮭、納豆、米みそ(淡色 辛みそ)、ベーコン、〇 卵、カットわかめ、冷凍 骨なし塩鮭(大)	チンゲンサイ、アヲロリ (冷凍)、玉葱、エリ ンギ、人参、ステーキ 缶、青葱	ホットケーキ ぎゅうにゅう	
27 土	ぶたにくのしょうがやき きりぼしだいごんのにつけ みそしる(ふ) ななぶつきまい(なっとう)	ぶたにくのしょうがやき オクラのにも みそしる(ふ) なんはん(なっとう)	豆腐のくす煮 オクラのにも みそ汁 7倍がゆ	豆腐のくす煮 オクラのにも 10倍がゆ	豆腐 オクラ(トマト) 米	七分つき米、糸こんにゃ く、砂糖、油、おつゆ鮭	〇牛乳、豚もも肉(うす ぎり)、納豆、米みそ (淡色辛みそ)、〇返り ちりめん、うす揚げ、カッ トわかめ	トマト*、玉葱、人参、 切り干しだいごん、サ ニーレタス、青葱、土生 姜	リッツ せんべい ぎゅうにゅう	
29 月	ブルコギごはん トマトサラダ スープ(オクラ)	ブルコギごはん(なんはん) トマトのにも スープ(オクラ)	白身魚のくす煮 トマトのにも みそ汁 7倍がゆ	白身魚のくす煮 トマトのにも 10倍がゆ	白身魚 トマト(ブロッコリー) 米	半つき米、〇小麦粉、〇 砂糖、砂糖	〇牛乳、牛肉(うすぎ り)、もみのり	トマト、刻みオクラ、胡 瓜、舞茸、人参、もや し、にら、ツナ缶(冷)、 〇ステーキ缶缶	コーンむしパン ぎゅうにゅう	たいそうしゅうかい ③
30 火	にくじゃがに もやしのごまず みそしる(しいたけ) ななぶつきまい(なっとう)	にくじゃがに かぼちゃのにも みそしる(しいたけ) なんはん(なっとう)	ささみのくす煮 かぼちゃのにも みそ汁 7倍がゆ	ささみのくす煮 かぼちゃのにも 10倍がゆ	ささみ かぼちゃ(人参) 米	七分つき米、〇チルドポ テト、チルドポテト、糸 こんにゃく、砂糖、油	〇牛乳、納豆、牛肉(う すぎり)、〇ビザ用チー ズ、米みそ、カニかまぼ こ、〇ベーコン、うす 揚げ、いりごま	玉葱、もやし、人参、胡 瓜、生しいたけ、いんげ ん(冷)、〇ピーマ ン、青葱	ビザポテト 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。(とうろみは片栗粉使用)
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、マンナウエファア、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。