

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 水	ぶたのだいこんのにも きゃべつのこんぶあえ みそしる (S) ななぶつきまい	ぶたのだいこんのにも きゃべつのにも みそしる (S) なんはん	豆腐のくす煮 きゃべつのにも みそ汁 7倍がゆ	豆腐のくす煮 きゃべつのにも 10倍がゆ	豆腐 きゃべつ (人参) 米	七分つき米、糸こんにゃく、おつゆ懸、砂糖	〇牛乳、豚バラ肉 (うすぎり)、納豆、一口がんも、米みそ (淡色辛みそ)、塩こんぶ、カットわかめ	大根、きゃべつ、人参、小松菜 (カット)、青葱	もみじまんじゅう ぎゅうにゅう	
02 木	にくうどん かぼちゃのそぼろに	にくうどん かぼちゃのにも	白身魚のくす煮 かぼちゃのにも にくみうどん	白身魚のくす煮 かぼちゃのにも くだくだうどん	かぼちゃ 白身魚 (カリフラワー) うどん	ゆでうどん、〇砂糖、砂糖、〇ねりこま	〇牛乳、牛肉 (うすぎり)、鶏ミンチ、かまぼこ赤奴、いわし(煮干し)、〇アガー、カットわかめ	栗かぼちゃ、玉葱、ほうれん草、青葱、土生姜	ごまミルクプリン おかし むぎぢゃ	うどんとかい リハーサル①
03 金	キッズビビンバ パインサラダ スープ (オクラ)	キッズビビンバ (なんはん) ブロッコリーのにも スープ (オクラ)	ささみのくす煮 ブロッコリーのにも みそ汁 7倍がゆ	ささみのくす煮 ブロッコリーのにも 10倍がゆ	ささみ ブロッコリー (きゃべつ) 米	七分つき米、ONEGロール (小)、フレンチドレッシング (分離型)、〇油、〇グラニュー糖、砂糖、ゴマ油	〇牛乳、合挽肉、鶏菜卵、〇きな粉、いりこま	刻みオクラ、もやし、きゃべつ、パイン缶、人参、胡瓜、にら、〇いちごジャム	あげパン ぎゅうにゅう	うどんとかい リハーサル②
04 土	やさしいため ブロッコリーのごまあえ みそしる (とうふ) ななぶつきまい (なっとう)	やさしいため カリフラワーのにも みそしる (とうふ) なんはん (なっとう)	豆腐のくす煮 カリフラワーのにも みそ汁 7倍がゆ	豆腐のくす煮 カリフラワーのにも 10倍がゆ	豆腐 カリフラワー (人参) 米	七分つき米、ゴマ油、砂糖	〇牛乳、豚モモ肉 (うすぎり)、納豆、ソフト木綿、米みそ (淡色辛みそ)、〇あたりめ、うす揚げ、いりこま	ﾌﾞﾁﾝ ﾀﾐﾘｰ (冷凍)、きゃべつ、玉葱、人参、ピーマン、竹の子 (ゆで)、生しいたけ、青葱	リッツ せんべい ぎゅうにゅう	
06 月	レタスのチャーハン きゅうりちみ スープ (もやし)	レタスのチャーハン (なんはん) オクラのにも スープ (もやし)	白身魚のくす煮 オクラのにも みそ汁 7倍がゆ	白身魚のくす煮 オクラのにも 10倍がゆ	白身魚 オクラ (人参) 米	半つき米、〇小麦粉、〇マーガリン、〇砂糖、油、砂糖	〇牛乳、卵、鮭フレーク、〇卵、〇きな粉、ちりめんじゃこ、カットわかめ	玉葱、胡瓜、もやし、レタス、人参	きなこクッキー ぎゅうにゅう	たいそうしゅうかい④
07 火	やきそば トマトサラダ スープ (ワカメ)	やきそば トマトのにも スープ (ワカメ)	ささみのくす煮 トマトのにも にくみうどん	ささみのくす煮 トマトのにも くだくだうどん	ささみ トマト (カリフラワー) うどん	焼きそばめん、〇チルドポテト、油、砂糖、ゆでうどん	〇牛乳、豚バラ肉 (うすぎり)、〇ビザ用チーズ、〇ベーコン、いりこま、カットわかめ	きゃべつ、トマト、胡瓜、玉葱、人参、ピーマン、〇ピーマン	ピザポテト ぎゅうにゅう	うどんとかい リハーサルよびび
08 水	オムライス ブロッコリーのチーズやき スープ (はくさい) ゼリー	オムライス (なんはん) ブロッコリーのにも スープ (はくさい)	豆腐のくす煮 ブロッコリーのにも みそ汁 7倍がゆ	豆腐のくす煮 ブロッコリーのにも 10倍がゆ	豆腐 ブロッコリー (人参) 米	七分つき米、〇砂糖、〇小麦粉、〇マーガリン、油	〇牛乳、鶏モモ肉 (細かく)、オムシート、〇卵、ピザ用チーズ、ベーコン	ﾌﾞﾁﾝ ﾀﾐﾘｰ (冷凍)、はくさい、玉葱、〇りんご、人参、ｽﾏｰﾄﾎｰﾑﾙﾋﾞｳ、ｸﾘﾝﾋﾞｰｽ (冷凍)	りんごケーキ ぎゅうにゅう	おたんじょうびかい
09 木	さわらのしょうがに いりとうふ みそしる (たまねぎ) ななぶつきまい (なっとう)	さわらのしょうがに かぼちゃのにも みそしる (たまねぎ) なんはん (なっとう)	白身魚のくす煮 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 (カリフラワー) 米	七分つき米、糸こんにゃく、砂糖、油	〇牛乳、冷凍骨なしさわら、ソフト木綿、納豆、鶏ミンチ、米みそ (淡色辛みそ)、こんぶ巻き、つす揚げ、冷凍骨なしさわ	玉葱、人参、干し椎茸、にら、青葱、土生姜	コーンフ레이크 ぎゅうにゅうがけ むぎぢゃ	
10 金	かしわのケチャップあえ やさしいじゃこのいためもの みそしる (だいこん) ななぶつきまい (なっとう)	かしわのケチャップあえ にんじんのにも みそしる (だいこん) 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、片栗粉、油、砂糖	〇牛乳、鶏モモ肉 (そぎ切り)、納豆、米みそ (淡色辛みそ)、ちりめんじゃこ、卵 (黄)、カットわかめ	人参、大根、トマト*、ピーマン、れんこん、〇いちごジャム、サニーレタス、青葱	ジャムリッツ ぎゅうにゅう	
11 土	ぎゅうちゃんごはん きりぼしだいこんのナムル みそしる (S)	ぎゅうちゃんごはん (なんはん) オクラのにも みそしる (S)	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 (人参) 米	半つき米、糸こんにゃく、おつゆ懸、砂糖、油、ゴマ油	〇牛乳、牛肉 (うすぎり)、米みそ (淡色辛みそ)、〇返りちりめん、ロースハム、カットわかめ	ﾅﾅﾅ ｳﾀﾞﾐﾘ (冷)、胡瓜、人参、切り干しだいこん、みつば、青葱	リッツ せんべい ぎゅうにゅう	
14 火	かしわのこうみやりき あまなつサラダ みそしる (さといも) ななぶつきまい (なっとう)	かしわのこうみやりき きゃべつのにも みそしる (さといも) なんはん (なっとう)	白身魚のくす煮 きゃべつのにも みそ汁 7倍がゆ	白身魚のくす煮 きゃべつのにも 10倍がゆ	白身魚 きゃべつ (トマト) 米	七分つき米、〇牛乳パン、里芋 (スライス)、フレンチドレッシング (分離型)、ゴマ油、〇NEGロール (小)	〇牛乳、鶏モモ肉 (そぎ切り)、納豆、米みそ (淡色辛みそ)、うす揚げ	トマト*、なつみかん缶、きゃべつ、胡瓜、サニーレタス、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⑤
15 水	あきあじごはん だらのてりやき けんちんじる	あきあじごはん (なんはん) かぼちゃのにも けんちんじる	ささみのくす煮 かぼちゃのにも すまし汁 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、片栗粉、砂糖	〇牛乳、さんま3枚おろし1/2カット、むき栗、ソフト木綿、うす揚げ、冷凍骨なしたら	はくさい、人参、大根、しめじ、青葱	かぼちゃプリン 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、たべっこベイベー、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 (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 木	きのこたっぷりスープ グリーンサラダ ロールパン	きのこたっぷりスープ オクラのにも ロールパン	豆腐のくす煮 オクラのにも みそ汁 ひたしパン	豆腐のくす煮 オクラのにも パンがゆ	豆腐 オクラ(人参) パン	NE Gロール、チルドポ テト、フレンチドレッシ ング(分離型)、Oグラ ニュー糖、油	O牛乳、アルトバイエル ン	Oりんこ、玉葱、人参、 レタス、胡瓜、しめじ、 えのき茸、エリンギ、セ ロリ	やきりんこ ぎゅうにゅう	1さいじ しょくいくかつどう きのこちぎり
17 金	からあげ とうふサラダ みそしる(なす) ななぶつきまい(なっとう)	とりのしおやき ブロッコリーのにも みそしる(なす) 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(トマト) 米	七分つき米、油、片栗 粉、ONE Gロール (小)	O牛乳、鶏もも肉(25 gカット)、木綿豆腐、 納豆、米みそ(淡色辛み そ)、うす揚げ、カットわ かめ	なす、アヲ 09ｸﾘｰﾌ(冷 凍)、トマト*、玉葱、 胡瓜、ｽｲｰﾄﾎﾟｰﾅｰﾙ缶、サ ﾆｰﾚﾀｽ、青葱、土生 姜、にんにく、Oｲﾁｺﾞｼﾔﾑ	バナナカステラ ぎゅうにゅう	うんどうかい がんばるぞ メニュー
18 土	なめたけごはん やさいのフランクいため みそしる(ワカメ)	なめたけごはん(なんはん) きゅうべつのにも みそしる(ワカメ)	ささみのくす煮 きゅうべつのにも みそ汁 7倍がゆ	ささみのくす煮 きゅうべつのにも 10倍がゆ	ささみ きゅうべつ(人参) 米	七分つき米、油	O牛乳、ツナ缶、米みそ (淡色辛みそ)、アルト バイエルン、Oあたり め、うす揚げ、カットわか め	きゅうべつ、なめ茸(味付 け)、人参、玉葱、ピー マン、みつば、青葱	リッツ せんべい ぎゅうにゅう	
19 日	うんどうかい									
20 月	にくじゃがに おからのあえもの 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 オクラのにも みそしる(しいたけ) 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(人参) 米	七分つき米、チルドボテ ト、糸こんにゃく、O ホットケーキ粉、O砂 糖、Oマーガリン、油、 砂糖	O牛乳、Oアイスクリー ム、納豆、牛肉(うすぎ り)、O卵、米みそ(淡 色辛みそ)、うす揚げ	玉葱、刻みオクラ、人 参、生しいたけ、なめ茸 (味付け)、いんげん (冷)、青葱	オレオカップケーキ ぎゅうにゅう	うんどうかい やったぞパーティー
21 火	さけのクリームコーンやき ほうれんそうのおかかあえ スープ(はくさい) ロールパン	さけのクリームコーンやき ほうれんそうのにも スープ(はくさい) ロールパン	白身魚のくす煮 ほうれんそうのにも みそ汁 ひたしパン	白身魚のくす煮 ほうれんそうのにも パンがゆ	白身魚 ほうれんそう(人参) パン	O七分つき米、NE G ロール、マヨネーズ、小 麦粉、砂糖	冷凍骨なし鮭、Oちりめ んじゃこ、ベーコン、か つお節、冷凍骨なし鮭 (大)	ほうれん草、人参、はく さい、トマト*、クリー ムコーン缶	おにぎり むぎぢゃ	うんどうかいよびび
22 水	ポテトとおこめのささみカツ きゅうべつのごます みそしる(だいこん) ななぶつきまい(なっとう)	ハンバーグ きゅうべつのにも みそしる(だいこん) なんはん(なっとう)	ささみのくす煮 きゅうべつのにも みそ汁 7倍がゆ	ささみのくす煮 きゅうべつのにも 10倍がゆ	ささみ きゅうべつ(トマト) 米	七分つき米、油、砂糖	O牛乳、ポテトとおこめ のささみかつ、納豆、米 みそ(淡色辛みそ)、カ ニかまぼこ、いりこま、 カットわかめ	きゅうべつ、大根、トマト *、胡瓜、人参、青葱	たいやき ぎゅうにゅう	
23 木	チンジャオロースー トマトサラダ みそしる(とうふ) ななぶつきまい(なっとう)	チンジャオロースー トマトのにも みそしる(とうふ) なんはん(なっとう)	豆腐のくす煮 トマトのにも みそ汁 7倍がゆ	豆腐のくす煮 トマトのにも 10倍がゆ	豆腐 トマト(ブロッコリー) 米	七分つき米、Oホット ケーキ粉、砂糖、片栗 粉、油、Oマーガリン、 Oホットケーキシロップ	O牛乳、牛肉(うすぎ り)、納豆、ソフト木 綿、米みそ(淡色辛み そ)、O卵	トマト、ピーマン、人 参、胡瓜、竹の子(ゆ で)、なめこ、青葱、土 生姜	ホットケーキ ぎゅうにゅう	
24 金	ブルコギごはん きゅうべつのごんぶあえ スープ(ワカメ)	ブルコギごはん(なんはん) きゅうべつのにも スープ(ワカメ)	白身魚のくす煮 きゅうべつのにも みそ汁 7倍がゆ	白身魚のくす煮 きゅうべつのにも 10倍がゆ	白身魚 きゅうべつ(カリフラワー) 米	半つき米	O牛乳、牛肉(うすぎ り)、塩こんぶ、もみの り、いりこま、カットわ かめ	きゅうべつ、Oなし、舞 茸、人参、もやし、に ら、ｶﾅｶﾞﾅﾐ(冷)	くだもの おかし ぎゅうにゅう	ひなんくくれん
25 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	ミルク	ベビーフード	牛乳パン、メロンパン、 ドックパン	O牛乳、O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	
27 月	ぶたにくのしょうがやき かみかみサラダ みそしる(さつままい) ななぶつきまい(なっとう)	ぶたにくのしょうがやき だいこんのにも みそしる(さつままい) なんはん(なっとう)	ささみのくす煮 だいこんのにも みそ汁 7倍がゆ	ささみのくす煮 だいこんのにも 10倍がゆ	ささみ 大根(トマト) 米	七分つき米、さつままい も、砂糖、油	O牛乳、豚もも肉(うす ぎり)、納豆、米みそ (淡色辛みそ)、ちりめ んじゃこ、いりこま	玉葱、トマト*、大根、 しろ葱、れんこん、サ ニｰﾚﾀｽ、水菜、土生 姜	カップゼリー おかし ぎゅうにゅう	
28 火	ひじきごはん きゅうりのすのもの(カニかま) みそしる(たまねぎ)	ひじきごはん(なんはん) ブロッコリーのにも みそしる(たまねぎ)	豆腐のくす煮 ブロッコリーのにも みそ汁 7倍がゆ	豆腐のくす煮 ブロッコリーのにも 10倍がゆ	豆腐 ブロッコリー(人参) 米	七分つき米、ONE G ロール(小)、糸こんに ゃく、砂糖、油	O牛乳、豚もも肉(うす ぎり)、米みそ(淡色辛 みそ)、錦糸卵、カニか まぼこ、うす揚げ、ひじ き、カットわかめ	玉葱、胡瓜、人参、いん げん (冷)、青葱、O いちごジャム	ジャムドック ぎゅうにゅう	
29 水	さけのしおやき ブロッコリーのごまあえ しらあえ(ほうれんそう) とんじり ななぶつきまい(なっとう)	さけのしおやき ブロッコリーのごまあえ ほうれんそうのにも とんじり なんはん(なっとう)	白身魚のくす煮 ほうれんそうのにも みそ汁 7倍がゆ	白身魚のくす煮 ほうれんそうのにも 10倍がゆ	白身魚 ほうれんそう(人参) 米	Oさつままいも、七分つき 米、糸こんにゃく、砂糖	O牛乳、冷凍骨なし塩 鮭、納豆、ソフト木綿、 豚もも肉(うすぎり)、 米みそ(淡色辛みそ)、 白みそ、いりこま、冷凍 骨なし塩鮭(大)	アヲ 09ｸﾘｰﾌ(冷凍)、人 参、はくさい、ほうれん 草、大根、しろ葱	むしもち ぎゅうにゅう	
30 木	あつあげのちゅうがいため いんげんのこまあえ みそしる(豆) ななぶつきまい(なっとう)	あつあげのちゅうがいため かぼちゃのにも みそしる(豆) 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(カリフラワー) 米	七分つき米、おつゆ鮓、 片栗粉、ゴマ油、砂糖	Oヨーグルト、納豆、豚 肩ロース(うすぎり)、 厚揚げ(四角)、米みそ (淡色辛みそ)、いりこ ま、カットわかめ	玉葱、いんげん (冷)、人参、にら、干 し椎茸、青葱	ヨーグルト おかし むぎぢゃ	3〜5さいじ あきのえんそく べんとうび
31 金	ケチャップライス きゅうべつのみそマヨネーズ スープ(やさしい)	ケチャップライス(なんはん) きゅうべつのにも スープ(やさしい)	豆腐のくす煮 きゅうべつのにも みそ汁 7倍がゆ	豆腐のくす煮 きゅうべつのにも 10倍がゆ	豆腐 きゅうべつ(人参) 米	半つき米、油、マヨネー ズ	O牛乳、合挽肉、竹輪、 白みそ、ベーコン、カッ トわかめ	玉葱、きゅうべつ、ｽｲｰﾄﾎﾟ ｰﾅｰﾙ缶、人参、えのき茸、 ピーマン、レーズン	ロールケーキ ぎゅうにゅう	

☆初期食は、食材をかつお・こんぶ^①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^②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^③、マンナウエ^④ファ^⑤、たべっこ^⑥ベビー^⑦、ぱりん^⑧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。