

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
	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	ふたとだいこんのもの きゅべつのこながえ みそしる(ふ) ななぶつきまい	ふたとだいこんのもの きゅべつのもの みそしる(ふ) ななぶん	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、糸こんにゃく、おつゆ麺、砂糖	○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、きゅべつ、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 かぼちゃのもの	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 かぼちゃ(カリフラワー) うどん	ゆでうどん、○砂糖、砂糖、○ねりごま	○牛乳、牛肉(うすぎり)、鶏ミンチ、かまぼこ赤奴、いわし煮干し、○アガー、カットわかめ	葉かぼちや、玉葱、ほうれん草、青葱、土生姜	ごまミルクプリン おかしむぎちや	うんどうかい リハーサル①
03 金	キッズビンバ パインサラダ スープ(オクラ)	キッズビンバ(なんはん) プロッコリーのもの スープ(オクラ)	ささみのくず煮 プロッコリーのもの みそ汁 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(きゅべつ) 米	七分つき米、ONE Gロール(小)、フレンチドレッシング(分離型)、○油、○グラニュー糖、砂糖、ゴマ油	○牛乳、合挽肉、錦糸卵、○きな粉、いりごま	刻みオクラ、もやし、きゅべつ、パイン缶、人参、胡瓜、にら、いちごジャム	あけパン ぎゅうにゅう	うんどうかい リハーサル②
04 土	やさいいため プ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)	やさいいため カリフラワーのもの みそしる(とうふ) なんはん(なっとう)	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(人参) 米	七分つき米、ゴマ油、砂糖	○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)、○あたりめ、うす揚、いりごま	チヂミヨコリー(冷凍)、きゅべつ、玉葱、人参、ピーマン、竹の子(ゆで)、生しいじり、青葱	リツツ せんべい ぎゅうにゅう	
06 月	レタスのチャーハン きゅうりのみ スープ(もやし)	レタスのチャーハン(なんはん) オクラのもの スープ(もやし)	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(人参) 米	半つき米、○小麦粉、○マーガリン、○砂糖、油、砂糖	○牛乳、卵、鮭フレーク、○卵、○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 トマトのもの スープ(ワカメ)	ささみのくず煮 トマトのもの にこみうどん	ささみのくず煮 トマトのもの くたくたうどん	ささみ トマト(カリフラワー) うどん	焼きそばめん、○チルドホテト、油、砂糖、ゆでうどん	○牛乳、豚バラ肉(うすぎり)、○ビザ用チーズ、○ベーコン、カットわかめ	きゅべつ、トマト、胡瓜、玉葱、人参、ピーマン、○ビーマン	ビザホテト ぎゅうにゅう	うんどうかい リハーサルよびひ
08 水	オムライス プ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) プロッコリーのもの スープ(はくさい)	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、○砂糖、○小麦粉、○マーガリン、油	○牛乳、鶏モモ肉(細かく)、○ムシート、○卵、ビザ用チーズ、ベーコン	チヂミヨコリー(冷凍)、はくさい、玉葱、○りんご、人参、メートホーネル缶、グリンピース(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 いりどうふ 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 かぼちゃのもの みそ汁 7倍がゆ	白身魚のくず煮 かぼちゃのもの 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	○牛乳、冷凍骨なしわら、ソフト木綿、納豆、鶏ミンチ、米みそ(淡色辛みそ)、こんぶ巻き、うす揚、冷凍骨なしわら	玉葱、人参、干し椎茸、にら、青葱、土生姜	コーンフレーク ぎゅうにゅうにゅうがけ むぎちや	
10 金	かしわのケチャップあえ やさいといじのいためもの 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 にんじんのもの みそしる(だいこん) なんはん(なっとう)	ささみのくず煮 にんじんのもの みそ汁 7倍がゆ	ささみのくず煮 にんじんのもの 10倍がゆ	ささみ 人参(トマト) 米	七分つき米、片栗粉、油、砂糖	○牛乳、鶏モモ肉(ぞぎ切り)、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、○いちごジャム、サニーレタス、青葱	ジャムリツツ ぎゅうにゅう	
11 土	ぎゅうちゃんごはん きりばしりいこんのナムル みそしる(ふ)	ぎゅうちゃんごはん(なんはん) オクラのもの みそしる(ふ)	豆腐のくず煮 オクラのもの みそ汁 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(人参) 米	半つき米、糸こんにゃく、おつゆ麺、砂糖、ゴマ油	○牛乳、牛肉(うすぎり)、米みそ(淡色辛みそ)、○返り立ちめん、ロースハム、カットわかめ	サガリホリ(冷)、胡瓜、人参、切り干し大根、みつば、青葱	リツツ せんべい ぎゅうにゅう	
14 火	かしわのこうみやき 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)	かしわのこうみやき きゅべつのもの みそしる(さといも) なんはん(なっとう)	白身魚のくず煮 きゅべつのもの みそ汁 7倍がゆ	白身魚のくず煮 きゅべつのもの 10倍がゆ	白身魚 きゅべつ(トマト) 米	七分つき米、○牛乳パウンド、里芋(スライス)、フレンチドレッシング(分離型)、ゴマ油、○NEGロール(小)	○牛乳、鶏モモ肉(ぞぎ切り)、納豆、米みそ(淡色辛みそ)、うす揚	トマト*、なつみかん缶、きゅべつ、胡瓜、サニーレタス、青葱、○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 たらのてりやき けんちんじる	あきあじごはん(なんはん) かぼちゃのもの けんちんじる	ささみのくず煮 かぼちゃのもの すまし汁 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、片栗粉、砂糖	○牛乳、さんま3枚おろし1/2カット、むき玉、ソフト木綿、うす揚、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○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 (○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		
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 オクラのもの ロールパン	豆腐のくず煮 オクラのもの みそ汁 ひたしパン	豆腐のくず煮 オクラのもの パンがゆ	豆腐 オクラ(人参) パン	NEGロール、チルドホ テト、フレンチドレッシ ング(分離型)、○グラ ニュー糖、油	○牛乳、アルトイエル ン	○りんご、玉葱、人 参、レタス、胡瓜、しめじ、 えのき茸、エリンギ、セ ロリ	やきりんご ぎゅうにゅう	1さいじ しょくいくかつどう きのちぎり
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 プロッコリーのもの みそ汁(なす) なんばん(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(トマト) 米	七分つき米、油、片栗 粉、ONEGロール(小) 米	○牛乳、鶏モモ肉(25 gカット)、木綿豆腐、 納豆、米みそ(淡色辛み そ)、うす揚、カットわ かめ	なす、ブリアッコリー(冷 凍)、トマト*、玉葱、 胡瓜、ズイートベーフ缶、サ ニーレタス、青葱、土生 姜、にんにく、○いちこ 姜、にんにく、○いちこ 姜	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(なんばん) きゃべつのもの みそ汁 7倍がゆ	ささみのくず煮 きゃべつのもの みそ汁 7倍がゆ	ささみのくず煮 きゃべつのもの 10倍がゆ	ささみ きゃべつ(人参) 米	七分つき米、油	○牛乳、ツナ缶、米みそ (淡色辛みそ)、アルトイ エルン、○あたり め、うす揚、カットわか め	きゃべつ、なめ茸(味付 け)、人参、玉葱、ビー マン、みつば、青葱	リット せんべい ぎゅうにゅう	
19 日	うんどうかい									
20 月	にくじやがに おくらのあえもの みそしる(しいたけ) ななぶつきまい(なっとう)	にくじやがに オクラのもの みそしる(しいたけ) なんばん(なっとう)	豆腐のくず煮 オクラのもの みそ汁 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(人参) 米	七分つき米、チルドホ テト、糸こんにゃく、○ ホットケーキ粉、○砂 糖、○マーガリン、油、 砂糖	○牛乳、○アイスクリー ム、納豆、牛肉(うすぎ り)、○卵、米みそ(淡 色辛みそ)、うす揚	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	オレオカッピーケーキ 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 ほうれんそうのあかえ スープ(はくさい) ロールパン	さけのクリームコーンやき ほうれんそうのもの スープ(はくさい) ロールパン	白身魚のくず煮 ほうれんそうのもの みそ汁 ひたしパン	白身魚のくず煮 ほうれんそうのもの パンがゆ	白身魚 ほうれんそう(人参) パン	○七分つき米、NEG ロール、マヨネーズ、小 麦粉、砂糖	冷凍骨なし鮭、○ちりめ んじやこ、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 むぎちや	うんどうかいよび
22 水	ポテトとおこめのささみカツ きゃべつのこまごま みそしる(だいこん) ななぶつきまい(なっとう)	ハンバーグ きゃべつのもの みそ汁(だいこん) なんばん(なっとう)	ささみのくず煮 きゃべつのもの みそ汁 7倍がゆ	ささみのくず煮 きゃべつのもの 10倍がゆ	ささみ きゃべつ(トマト) 米	七分つき米、油、砂糖	○牛乳、ホテトとおこめ のささみかつ、納豆、米 みそ(淡色辛みそ)、カ ニカマほこ、いりごま、 カットわかめ	きゃべつ、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 トマトのもの みそ汁(とうふ) なんばん(なっとう)	豆腐のくず煮 トマトのもの みそ汁 7倍がゆ	豆腐のくず煮 トマトのもの 10倍がゆ	豆腐 トマト(プロッコリー) 米	七分つき米、○ホット ケーキ粉、砂糖、片栗 粉、油、○マーガリン、 ○ホットケーキシロップ	○牛乳、牛肉(うすぎ り)、納豆、○ソフト 木綿、米みそ(淡色辛み そ)、○卵	トマト、ビーマン、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	ブルゴギごはん きゅべつのこまごまえ スープ(ワカメ)	ブルゴギごはん(なんばん) きゅべつのもの スープ(ワカメ)	白身魚のくず煮 きゅべつのもの みそ汁 7倍がゆ	白身魚のくず煮 きゅべつのもの 10倍がゆ	白身魚 きゅべつ(カリフラワー) 米	半つき米	○牛乳、牛肉(うすぎ り)、塩こんぶ、もみの り、いりごま、カットわ かめ	きゅべつ、○なし、舞 茸、人参、もやし、に ら、サルサエス(冷)	くだもの おかし ぎゅうにゅう	ひなんくんれん
25 土	パンハイキング 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	○牛乳、○返りちりめん	りんご天然果汁		リット せんべい ぎゅうにゅう
27 月	ふたにくのしょうがやき 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)	ふたにくのしょうがやき だいこんのもの みそ汁(さつまいも) なんばん(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(トマト) 米	七分つき米、さつまい も、砂糖、油	○牛乳、豚モモ肉(うす ぎり)、納豆、米みそ (淡色辛みそ)、ちりめ んじやこ、いりごま	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(カニカマ) みそしる(たまねぎ)	ひじきごはん(なんばん) プロッコリーのもの みそ汁(たまねぎ)	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、ONEG ロール(小)、糸こんに ゃく、砂糖、油	○牛乳、豚モモ肉(うす ぎり)、米みそ(淡色辛 みそ)、錦糸卵、カニカ マほこ、うす揚、ひじ き、カットわかめ	玉葱、胡瓜、人参、いん げん(冷)、青葱、○ 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 プロッコリーのこまあえ しらあえ(ほうれんそう) どんじる ななぶつきまい(なっとう)	さけのしおやき プロッコリーのこまあえ ほうれんそうのもの みそ汁(どんじる) なんばん(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	○さつまいも、七分つき 米、糸こんにゃく、砂糖	○牛乳、冷凍骨なし塩 鮭、納豆、ソフト木綿、 豚モモ肉(うすぎり)、 米みそ(淡色辛みそ)、 白みそ、いりごま、冷凍 骨なし塩鮭(大)	ブリアッコリー(冷凍)、人 参、はくさい、ほうれん 草、大根、しろ葱		むしいも ぎゅうにゅう
30 木	あつあけのちゅうかいため いんげん(ほうれんそう) みそしる(ひ)	あつあけのちゅうかいため かぼちゃのもの みそしる(ひ) なんばん(なっとう)	ささみのくず煮 かぼちゃのもの みそ汁 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(カリフラワー) 米	七分つき米、おつゆ麺、 片栗粉、コマ油、砂糖	○ヨーグルト、納豆、ソ フト木綿、豚モモ肉(う すぎり)、厚揚げ(四角)、 米みそ(淡色辛みそ)、 白みそ、いりごま、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 むぎちや	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 きゅべつのみぞマヨネーズ スープ(やさい)	ケチャップライス(なんばん) きゅべつのもの スープ(やさい)	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	半つき米、油、マヨネ ーズ	○牛乳、合挽肉、竹輪、 白みそ、ベーコン、カッ トトイカ	玉葱、きゅべつ、スイート ポテト缶、人参、えのき 茸、ビーマン、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。