

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
	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	キsspビンパ きゃべつのこんぶあえ スープ（ワカメ）	キsspビンパ(なんはん) きゃべつのにも スープ（ワカメ）	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(にんじん) 米	七分つき米、○チルドポ デト、砂糖、ゴマ油	○牛乳、合挽肉、○ビザ 用チーズ、鶏糸卵、○ ベーコン、いりこま、塩 こんぶ、カットわかめ	きゃべつ、もやし、人 参、にら、○ピーマン	ピザポテト ぎゅうにゅう	
02火	さかなのサクサクやき チンゲンサイとコーンのソテー みそしる（たまねぎ） ななぶつきまい（なっとう）	さかなのサクサクやき 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(カリフラワー) 米	七分つき米、マヨネー ズ、パン粉、マーガリン	○牛乳、冷凍骨なしメル ルーサ、納豆、米みそ （淡色辛みそ）	チンゲンサイ、トマト ＊、玉葱、ｽｲｰﾄﾎﾟﾂﾅﾙ 缶、しろう葱、人参	コーンフ레이크ぎゅうにゅうがけ むぎちゃ	
03水	じゃがぶー わふうコールスロー みそしる（ふ） ななぶつきまい（なっとう）	じゃがぶー にんじんのにも みそしる（ふ） 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 にんじん(オクラ) 米	七分つき米、チルドポテ ト、○いちごミルクパ ン、糸こんにゃく、砂 糖、おつゆ駄、油、ON EGロール（小）	○牛乳、納豆、豚モモ肉 （うすぎり）、米みそ （淡色辛みそ）、ちりめ んじゃこ、カットわかめ	玉葱、きゃべつ、人参 いんげん、（冷）、青 葱、○いちごジャム	いちごミルクパン ぎゅうにゅう	
04木	さけのしおやき はくさいとほうれんそうのおかかあえ こもくじる ななぶつきまい（なっとう）	さけのしおやき はくさいのにも こもくじる なんはん（なっとう）	豆腐のくす煮 はくさいのにも みそ汁 7倍がゆ	豆腐のくす煮 はくさいのにも 10倍がゆ	豆腐 はくさい(ほうれんそう) 米	七分つき米、○マカロ ニ、○砂糖、砂糖	○牛乳、冷凍骨なし塩 鮭、納豆、米みそ（淡色 辛みそ）、○きな粉、う す揚げ、かつお節、冷凍骨 なし塩鮭（大）	ほうれん草、はくさい、 大根、ごぼう、人参、青 葱	マカロニのあべかわ ぎゅうにゅう	
05金	にくうどん かぼちゃのそばろに	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 にくうどん	白身魚のくす煮 かぼちゃのにも くたくうどん	白身魚 かぼちゃ(カリフラワー) うどん	ゆでうどん、砂糖	○牛乳、牛肉（うすぎ り）、鶏ミンチ、かまぼ こ赤奴、いわし(煮干し)	葉かぼちゃ、玉葱、ほう れん草、青葱	もみじまんじゅう ぎゅうにゅう	せいかつはっぴょうかい リハースル
06土	ぎゅうどん もやしのこます みそしる（キャベツ）	ぎゅうどん(なんはん) オクラのにも みそしる（キャベツ）	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(ブロッコリー) 米	七分つき米、糸こんにゃ く、砂糖	○牛乳、牛肉（うすぎ り）、米みそ（淡色辛み そ）、カニかまぼこ、○ 返りちりめん、うす揚げ、 いりこま	玉葱、もやし、きゃべ つ、胡瓜、みつば、人 参、青葱	リッツ せんべい ぎゅうにゅう	
08月	たらのてりやき うのはないり みそしる（なす） ななぶつきまい（なっとう）	たらのてりやき にんじんのにも みそしる（なす） なんはん（なっとう）	豆腐のくす煮 にんじんのにも みそ汁 7倍がゆ	豆腐のくす煮 にんじんのにも 10倍がゆ	豆腐 にんじん(オクラ) 米	七分つき米、○砂糖、糸 こんにゃく、砂糖、油	○牛乳、冷凍骨なした ら、納豆、おから、米み そ（淡色辛みそ）、合挽 肉、うす揚げ、○アガー、 干しえび(煮干)	○パイナップル（天然果 汁）、○パイナップル、な す、玉葱、人参、青葱	フルーツゼリー おかし ぎゅうにゅう	
09火	チキンとやさしい あげシュウマイ みそしる（とうふ） ななぶつきまい（なっとう）	チキンとやさしい ブロッコリーのにも みそしる（とうふ） 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(きゃべつ) 米	七分つき米、○小麦粉、 ○砂糖、油、砂糖	○牛乳、鶏モモ肉（そぎ 切り）、1t 入りシューマ イ（冷）、納豆、ソフト 木綿、米みそ（淡色辛み そ）、いりこま、カット	トマト＊、きゃべつ、ほ うれん草、人参、○レー ズン、青葱	むしパン ぎゅうにゅう	せいかつはっぴょうかい がんぼろそメニュー
10水	てんぷら ひじきサラダ すましじる ゆかりごはん ゼリー	むしえびとおんやさしい にんじんのにも すましじる ゆかりごはん(なんはん)	ささみのくす煮 にんじんのにも すまし汁 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 にんじん(カリフラワー) 米	七分つき米、さつまい ち、○ホットケーキ粉、 小麦粉、○砂糖、○マー ガリン、油、マヨネー ズ、おつゆ駄、砂糖	○牛乳、えび（天ぷら 用）、○卵、卵、ひじ き、いりこま、カットわ かめ	ｽｲｰﾄﾎﾟﾂﾅﾙ缶、いんげん （冷）、人参、みつば	オレオカップケーキ ぎゅうにゅう	
11木	かしわのさっぱりやき ブロッコリーのこまあえ みそしる（たまねぎ） ななぶつきまい（なっとう）	かしわのさっぱりやき 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）	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(オクラ) 米	七分つき米、砂糖、ON EGロール（小）	○牛乳、鶏モモ肉（そぎ 切り）、納豆、米みそ （淡色辛みそ）、いりこ ま、カットわかめ	ﾌﾞﾅﾅﾞﾂﾅﾙ（冷凍）、玉 葱、トマト＊、大根おろ し、サニーレタス、青 葱、土生姜、○いちご ジャム	バナナカステラ ぎゅうにゅう	
12金	せいかつはっぴょうかい									
13土	ぎゅうちゃんごはん かぼちゃのふくめに みそしる（だいこん）	ぎゅうちゃんごはん(なんはん) かぼちゃのにも みそしる（だいこん）	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(にんじん) 米	七分つき米、糸こんにゃ く、砂糖、油	○牛乳、牛肉（うすぎ り）、米みそ（淡色辛み そ）、○あたりめ、カッ トわかめ	葉かぼちゃ、大根、人 参、羽衣 打 ぶ り（冷）、 みつば、青葱	リッツ せんべい ぎゅうにゅう	
15月	さわらのしおやき スパゲティサラダ みそしる（はくさい） ななぶつきまい（なっとう）	さわらのしおやき カリフラワーのにも みそしる（はくさい） 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、スパゲ ティ、小麦粉、マヨ ネーズ、油	冷凍骨なしあじ、○アイ スクリーム、納豆、牛 乳、ツナ缶、米みそ（淡 色辛みそ）、卵、冷凍骨 なしさわら	ﾌﾞﾅﾅﾞﾂﾅﾙ（冷凍）、は くさい、トマト、しめ じ、胡瓜、きゃべつ、人 参、青葱	コーンフ레이크のぎゅうにゅうがけ むぎちゃ	せいかつはっぴょうかい やったそパーティー

☆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○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、ハイハイン、マンナウエファ、たべっこベイビー、は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			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	ぶたとだいこんのにも きゅうりもみ みそしる (ふ) ななぶつきまい (なっとう)	ぶたとだいこんのにも ブロッコリーのにも みそしる (ふ) なんはん (なっとう)	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(にんじん) 米	七分つき米、O食パン (8枚切り)、糸こんにゃく、砂糖、O砂糖、Oマーガリン、おつゆ麩	O牛乳、豚モモ肉(うすぎり)、納豆、一口がんも、米みそ(淡色辛みそ)、ちりめんじゃこ、カットわかめ	大根、胡瓜、人参、小松菜(カット)、青葱	かわりトースト ぎゅうにゅう	
17 水	かしわのこうみやき こもくきんぴら みそしる (とうふ) ななぶつきまい (なっとう)	かしわのこうみやき かぼちゃのにも みそしる (ふ) 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、ゴマ油、油、砂糖	O牛乳、鶏モモ肉(そぎ切り)、納豆、ソフト木綿、米みそ(淡色辛みそ)	トマト*、卵 打 ぶ り (冷)、れんこん、なめこ、サニーレタス、人参、セロリ、青葱	たいやき ぎゅうにゅう	ひなんくんれん
18 木	チンジャオロースー ポテトサラダ みそしる (オクラ) ななぶつきまい (なっとう)	チンジャオロースー じゃがいものにも みそしる (オクラ) なんはん (なっとう)	ささみのくす煮 じゃがいものにも みそ汁 7倍がゆ	ささみのくす煮 じゃがいものにも 10倍がゆ	ささみ じゃがいも(にんじん) 米	七分つき米、チルドポテト、マヨネーズ、油、片栗粉、砂糖	O牛乳、牛肉(うすぎり)、納豆、米みそ(淡色辛みそ)	ピーマン、人参、刻みオクラ、竹の子(ゆで)、胡瓜、Oいちごジャム、えのき茸、玉葱、土生姜	ジャムリッツ ぎゅうにゅう	
19 金	かしわのまるやき てつくりナゲット スマイルポテト パインサラダ コンスープ ななぶつきまい	かしわのまるやき てつくりやきナゲット きゃべつのにも コンスープ 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(カリフラワー) 米	七分つき米、スマイルポテト、O砂糖、ミニ山シュガー、クロワッサン、O小麦粉、油、小麦粉、Oマーガリン、フレンチドレッシング(分離型)、マヨネーズ、O粉類	O牛乳、調製豆乳、鶏モモ肉(そぎ切り)、鶏ミンチ、O卵、Oホイップクリーム、本綿豆腐、卵	クリームコーン缶、きゃべつ、玉葱、ﾌﾞﾚｯﾄﾞﾘｰ(冷凍)、パイン缶、胡瓜、ミニトマト、サニーレタス、人参、土生姜	ココアケーキ ぎゅうにゅう	クリスマスかい
20 土	ハヤシライス あまなつサラダ	ハヤシライス(なんはん) にんじんのにも	白身魚のくす煮 にんじんのにも みそ汁 7倍がゆ	白身魚のくす煮 にんじんのにも 10倍がゆ	白身魚 にんじん(きゃべつ) 米	七分つき米、チルドポテト、フレンチドレッシング(分離型)、油	O牛乳、牛肉(うすぎり)、O返りちりめん	玉葱、人参、なつみかん缶、きゃべつ、胡瓜、土生姜、にんにく	リッツ せんべい ぎゅうにゅう	つくしフェスタ
22 月	ひじきごはん オクラのこまあえ みそしる (きゃべつ)	ひじきごはん(なんはん) オクラのにも みそしる (きゃべつ)	豆腐のくす煮 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(にんじん) 米	七分つき米、糸こんにゃく、砂糖、油	Oヨーグルト(無糖)、豚モモ肉(うすぎり)、米みそ(淡色辛みそ)、鶏糸卵、ひじき、いりごま、カットわかめ	刻みオクラ、きゃべつ、Oみかん缶、人参、いんげん (冷)、青葱	フルーツのヨーグルトかけ おかし むぎぢゃ	
23 火	さわらのしおやき こもくにまめ とんじる ななぶつきまい (なっとう)	さわらのしおやき にんじんのにも とんじる ななぶつきまい (なっとう)	白身魚のくす煮 にんじんのにも みそ汁 7倍がゆ	豆腐のくす煮 にんじんのにも 10倍がゆ	豆腐 にんじん(ブロッコリー) 米	七分つき米、さつまいも、O砂糖、糸こんにゃく、砂糖	冷凍骨なし塩鯖、O調製豆乳、納豆、大豆(ゆで)、Oあずき(乾)、豚バラ肉(うすぎり)、米みそ(淡色辛みそ)	はくさい、人参、玉葱、ごぼう、青葱	とうにゅうぜんざい おかし むぎぢゃ	
24 水	さんしょくごはん もやしのごます みそしる (たまねぎ)	さんしょくごはん(なんはん) カリフラワーのにも みそしる (たまねぎ)	ささみのくす煮 カリフラワーのにも みそ汁 7倍がゆ	白身魚のくす煮 カリフラワーのにも 10倍がゆ	白身魚 カリフラワー(オクラ) 米	七分つき米、油、砂糖	O牛乳、合挽肉、卵、米みそ(淡色辛みそ)、カニかまぼこ、うす掘、いりごま	もやし、玉葱、ピーマン、胡瓜、青葱、人参	ロールケーキ ぎゅうにゅう	
25 木	にくとごぼうのたきあわせ はるさめサラダ みそしる (ふ) ななぶつきまい (なっとう)	にくとごぼうのたきあわせ 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	ささみのくす煮 オクラのにも 10倍がゆ	ささみ オクラ(にんじん) 米	七分つき米、O小麦粉、糸こんにゃく、Oマーガリン、O砂糖、はるさめ、砂糖、油、おつゆ麩、ゴマ油	O牛乳、納豆、牛肉(うすぎり)、O卵、米みそ(淡色辛みそ)、Oきな粉、カニかまぼこ、カットわかめ	ごぼう、れんこん、人参、胡瓜、いんげん (冷)、干し椎茸、青葱	きなこクッキー ぎゅうにゅう	
26 金	ナポリタン いんげんのツナあえ スープ(ワカメ)	ナポリタン にんじんのにも スープ(ワカメ)	白身魚のくす煮 にんじんのにも にこみうどん	豆腐のくす煮 にんじんのにも くだくうどん	豆腐 にんじん(カリフラワー) うどん	O七分つき米、スパゲティ、マヨネーズ、オリーブ油、油	ベーコン、ツナ缶、O塩こんぶ、粉チーズ、Oかつお節、いりごま、カットわかめ	玉葱、いんげん (冷)、人参、マッシュルーム缶、ピーマン	おにぎり むぎぢゃ	
27 土	ハヤシライス スープ(オクラ)	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、七分つき米、ドックパン	O牛乳、Oあたりめ	りんご天然果汁、刻みオクラ	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、マンナウエファール、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〉
☆O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。