

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
						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	キッスピビンバ きゃべつのごんぶあえ スープ(ワカメ)	キッスピビンバ(なんはん) きゃべつのもの スープ(ワカメ)	豆腐のくず煮 きゃべつのもの みそ汁 7倍がゆ	豆腐のくず煮 きゃべつのもの 10倍がゆ	豆腐 きゃべつ(んじん) 米	七分つき米、○チルドホ テト、砂糖、コマ油	○牛乳、合挽肉、○ビザ 用チーズ、錦糸卵、○ ベーコン、いりごま、塩 こんぶ、カットわかめ	きゃべつ、もやし、人 参、にら、○ビーマン	ピザボテ ぎゅうにゅう	
02 火	さかなのサクサクやき チング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 プロッコリーのもの みそしる(たまねぎ) なんはん(なっとう)	白身魚のくず煮 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(カリフラワー) 米	白身魚 プロッコリー(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 ルーサー、納豆、米みそ (淡色辛みそ)	チングンサイ、トマト *、玉葱、スイートポール 缶、しろ葱、人参	コーンフレークぎゅうにゅうがけ むぎゅら	
03 水	じゃがいー 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)	じゃがいー にんじんのもの みそしる(ふ) 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 にんじん(オクラ) 米	七分つき米、チルドホ テト、○いちごミルクバ ン、糸こんにゃく、砂 糖、おつゆ麺、油、○N EGロール(小)	○牛乳、納豆、豚モモ肉 (うすぎり)、糸こんにゃく (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 はくさいのもの こもくじる なんはん(なっとう)	豆腐のくず煮 はくさいのもの みそ汁 7倍がゆ	豆腐のくず煮 はくさいのもの 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)、○さきな粉、う す揚、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	○牛乳、牛肉(うすぎ り)、鶏ミンチ、かまぼ こ赤坂(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 リハーサル
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) オクラのもの みそしる(キャベツ)	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(プロッコリー) 米	七分つき米、糸こんにゃ く、砂糖	○牛乳、牛肉(うすぎ り)、糸こんにゃく、砂 糖、カニカマほっこ、○ 返りちりめん、うす揚、 いりごま	玉葱、もやし、きゃべ つ、胡瓜、みつば、人 参、青葱	リット せんべい ぎゅうにゅう	
08 月	たらのてりやき うのはないい みそしる(なす) ななぶつきまい(なっとう)	たらのてりやき にんじんのもの みそしる(なす) なんはん(なっとう)	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 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、冷凍骨なし塩 鮭、納豆、おから、米み そ(淡色辛みそ)、合挽 肉、うす揚、○アガー、 干しうえ(煮干)	○パイナップル(天然果 汁)、○パイン缶、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	チキンとやさい あげシューマイ みそしる(とうふ) ななぶつきまい(なっとう)	チキンとやさい プロッコリーのもの みそしる(とうふ) なんはん(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(きゃべつ) 米	白身魚 プロッコリー(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)、北入りショーマ イ(冷)、納豆、ソフト 木綿、米みそ(淡色辛み そ)、いりごま、カットわ かめ	トマト*、きゃべつ、ほ うれん草、人参、○レー ズ、青葱	むしパン ぎゅうにゅう	せいかつはっぴょうかい がんばるぞメニュー
10 水	てんぶら ひじきサラダ すましりん ゆかりごはん ゼリー	むしひとおんやさい にんじんのもの すましりん ゆかりごはん(なんはん)	ささみのくず煮 にんじんのもの すましりん 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 にんじん(カリフラワー) 米	七分つき米、さつまい も、○ホットケーキ粉、 小麦粉、○砂糖、○マヨ ネース、油、マヨネー ス、おつゆ麺、砂糖	○牛乳、えび(天ふら 粉)、○卵、卵、ひじ き、いりごま、カットわ かめ	スイートポール缶、いんげん (冷)、人参、みつば	オレオカッフケーキ ぎゅうにゅう	
11 木	かしわのさっぱりやき プロッコリーのごまあえ 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 プロッコリーのもの みそしる(たまねぎ) なんはん(なっとう)	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(オクラ) 米	豆腐 プロッコリー(オクラ) 米	七分つき米、○N 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)、いりご ま、カットわかめ	アヲヤヨリ(冷凍)、玉 葱、トマト*、大根おろ し、サンーレタス、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	ぎゅうちやんごはん かぼちゃのふくめに みそしる(だいこん)	ぎゅうちやんごはん(なんはん) かぼちゃのもの みそしる(だいこん)	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(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)、糸こんにゃく、砂 糖、○あたりめ、カッ トわかめ	葉かぼちゃ、大根、人 参、サガリボウ(冷)、 みつば、青葱	リット せんべい ぎゅうにゅう	
15 月	さわらのしおやき スパゲティーサラダ みそしる(ほくせい) ななぶつきまい(なっとう)	さわらのしおやき カリフラワーのもの みそしる(ほくせい) なんはん(なっとう)	ささみのくず煮 カリフラワーのもの みそ汁 7倍がゆ	ささみのくず煮 カリフラワーのもの 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 ネース、油	冷凍骨なしじ、○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 なしわら	アヲヤヨリ(冷凍)、ほ くせい、トマト、しめ じ、胡瓜、きゃべつ、人 参、青葱	コーンフレークのぎゅうにゅうがけ むぎゅら	せいかつはっぴょうかい やったぞパーティー

☆初期食は、食材をかつお・こんぶだしで炊いています。

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	ふたといこんのもの きゅううもみ みそしる(心) ななぶつきまい(なつとう)	ふたといこんのもの プロッコリーのもの みそしる(心) ななぶつきまい(なつとう)	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(にんじん) 米	七分つき米、○食パン(8 枚切り)、糸こんにゃ く、砂糖、○砂糖、○ マーガリン、おつゆ麩 など	○牛乳、豚モモ肉(う さぎり)、納豆、一口がん も、米みそ(淡色辛み ぞ)、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 ごもくんびら みそしる(とうふ) ななぶつきまい(なつとう)	かしわのこうみやき かぼちゃのもの みそしる(とうふ) ななぶつきまい(なつとう)	白鳥魚のくず煮 かぼちゃのもの みそ汁 7倍がゆ	白鳥魚のくず煮 かぼちゃのもの 10倍がゆ	白鳥魚 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	○牛乳、鶏モモ肉(さ ぎり)、納豆、ソフト木 綿、米みそ(淡色辛み ぞ)	トマト*、卵がゆ(冷) (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 ボテトサラダ みそしる(オクラ) ななぶつきまい(なつとう)	チンジャオロースー じゃがいものもの みそしる(オクラ) ななぶつきまい(なつとう)	ささみのくず煮 じゃがいものもの みそ汁 7倍がゆ	ささみのくず煮 じゃがいものもの 10倍がゆ	ささみ じゃがいもの(にんじん) 米	七分つき米、チルドボ テト、マヨネーズ、油、片 栗粉、砂糖	○牛乳、牛肉(うさぎ り)、納豆、米みそ(淡 色辛みぞ)	ピーマン、人参、刻みオ クラ、竹の子(ゆで)、 胡瓜、○いちごジャム、 えのき茸、玉葱、土生姜	ジャムリツツ ぎゅうにゅう	
19 金	かしわのまるやき でづくりナゲット スマイルホテ バインサラダ コーンスープ ななぶつきまい	かしわのまるやき でづくりやきナゲット きゃべつのもの コーンスープ ななぶつきまい	豆腐のくず煮 きゃべつのもの みそ汁 7倍がゆ	豆腐のくず煮 きゃべつのもの 10倍がゆ	豆腐 きゃべつ(カリフラワー) 米	七分つき米、スマイルボ テト、○砂糖、ミニ山 シュー、クロワッサ ン、○小麦粉、油、小麦 粉、○マーガリン、フレ ンチドレッシング(分離 型)、マヨネーズ、○粉 類	○牛乳、調製豆乳、鶏 モモ肉(さぎり)、鶏ミ ンチ、○卵、ホイップ クリーム、木綿豆腐、卵 等	クリームコーン缶、き ゃべつ、玉葱、アボカド (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(ななはん) にんじんのもの	白鳥魚のくず煮 にんじんのもの みそ汁 7倍がゆ	白鳥魚のくず煮 にんじんのもの 10倍がゆ	白鳥魚 にんじん(きゃべつ) 米	七分つき米、チルドボ テト、フレンチドレッシ ング(分離型)、油	○牛乳、牛肉(うさぎ り)、○返りちりめん 等	玉葱、人参、なつみか ん缶、きゃべつ、胡瓜、土 生姜、にんにく	リツツ せんべい ぎゅうにゅう	つくしぇフェスタ
22 月	ひじきごはん オクラのこまえ みそしる(きゃべつ)	ひじきごはん(ななはん) オクラのもの みそしる(きゃべつ)	豆腐のくず煮 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(にんじん) 米	七分つき米、糸こんにゃ く、砂糖、油	○ヨーグルト(無糖)、豚 モモ肉(うさぎり)、米み そ(淡色辛みぞ)、錦糸 卵、ひじき、りいごま、 カットわかめ	刻みオクラ、きゃべつ、 ○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 むぎちや	
23 火	さわらのしおやき ごもにまめ どんじる ななぶつきまい(なつとう)	さわらのしおやき にんじんのもの どんじる ななぶつきまい(なつとう)	白鳥魚のくず煮 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 にんじん(プロッコリー) 米	七分つき米、さつまい も、○砂糖、糸こんにゃ く、砂糖	冷凍骨なし塩豚、○調製 豆乳、納豆、大豆(ゆ で)、○あさぎ(乾)、 豚バラ肉(うさぎり)、 米みそ(淡色辛みぞ)	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 むぎちや	
24 水	さんしょくごはん もしのこます みそしる(たまねぎ)	さんしょくごはん(ななはん) カリフラワーのもの みそしる(たまねぎ)	ささみのくず煮 カリフラワーのもの みそ汁 7倍がゆ	白鳥魚のくず煮 カリフラワーのもの 10倍がゆ	白鳥魚 カリフラワー(オクラ) 米	七分つき米、油、砂糖	○牛乳、合挽肉、卵、米 みそ(淡色辛みぞ)、カ ニカマボコ、うす揚、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	にくとこぼうのたきあわせ はるさめサラダ みそしる(心) ななぶつきまい(なつとう)	にくとこぼうのたきあわせ オクラのもの みそしる(心) ななはん(なつとう)	豆腐のくず煮 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(にんじん) 米	七分つき米、○小麦粉、 糸こんにゃく、○マーガ リン、○砂糖、はるさ め、砂糖、油、おつゆ 麩、ゴマ油	○牛乳、納豆、牛肉(う さぎり)、○卵、米みそ (淡色辛みぞ)、○きな 粉、カニカマボコ、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 にんじんのもの スープ(ワカメ)	白鳥魚のくず煮 にんじんのもの にこみうどん	豆腐のくず煮 にんじんのもの くたくたうどん	豆腐 にんじん(カリフラワー) うどん	○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、○塩 こんぶ、粉チーズ、○か つお節、りいごま、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 むぎちや	
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	○牛乳、○あたりめ	りんご天然果汁、刻みオ クラ	リツツ 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、ハイハイイン、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。