

## 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		
05 月	ホテとおこめのささみカツ こまつなびにたし (がんも) みそしる (たまねぎ) ななぶつきまい (なっとう)	ハンバーグ カリフラワーのにもの みそしる (たまねぎ) なんはん (なっとう)	白鳥魚のくず煮 カリフラワーのにもの みそ汁 7倍がゆ	白鳥魚のくず煮 カリフラワーのにもの 10倍がゆ	白鳥魚 カリフラワー (人参) 米	七分つき米、油、砂糖	○ヨーグルト、ホテと おこめのささみかつ、納 豆、一口がんも、米みそ (淡色辛みぞ)、うす揚	小松菜 (カット)、トマ ト*、玉葱、人参、サ ニーレタス	ヨーグルト むぎちや	
06 火	ちくせんに ブロッコリーのおかかあえ みそしる (オクラ) ななぶつきまい (なっとう)	ちくせんに ブロッコリーのにもの みそ汁 7倍がゆ	ささみのくず煮 ブロッコリーのにもの みそ汁 7倍がゆ	ささみのくず煮 ブロッコリーのにもの 10倍がゆ	ささみ ブロッコリー (オクラ) 米	七分つき米、里芋 (スラ イス)、○七分つき米、 糸こんにゃく、砂糖	鶏モモ肉 (さぎ切り)、 納豆、米みそ (淡色辛み ぞ)、かつお節、カット わかめ	アヲハツリー (冷凍)、刻 みオクラ、人参、れんこん 、サガリイモ (冷)、 ○七草、いんげん (冷) 、干し椎茸、青葱	ななくさがゆ むぎちや	
07 水	チンジャオロースー コロコロマリネ みそしる (心) ななぶつきまい (なっとう)	チンジャオロースー じゃがいものにもの みそしる (心) なんはん (なっとう)	豆腐のくず煮 じゃがいものにもの みそ汁 7倍がゆ	豆腐のくず煮 じゃがいものにもの 10倍がゆ	豆腐 じゃがいも (人参) 米	七分つき米、チルドホテ ト、○砂糖、○小麦粉、 ○マーガリン、フレンチ ドレッシング (分離 型)、片栗粉、油、あつ こ	○牛乳、牛肉 (うすぎ り)、納豆、米みそ (淡 色辛みぞ)、粉チーズ、カット わかめ	ビーマン、人参、竹の子 (ゆで)、胡瓜、ズイコロ ヘル、レモン、青葱、 土生姜	チーズケーキ きゅうにゅう	たんじょうびかい
08 木	やきにくういためもの かぼちゃサラダ みそしる (いただけ) ななぶつきまい (なっとう)	やきにくういためもの かぼちゃのにもの みそしる (いただけ) なんはん (なっとう)	白鳥魚のくず煮 かぼちゃのにもの みそ汁 7倍がゆ	白鳥魚のくず煮 かぼちゃのにもの 10倍がゆ	白鳥魚 かぼちゃ (カリフラワー) 米	七分つき米、○砂糖、マ ヨネーズ、油	○牛乳、牛肉 (うすぎ り)、納豆、米みそ (淡 色辛みぞ)、うす揚、○ アガー	栗かぼちゃ、○パイナッ フル (天然果汁)、きや べつ、○パイナップル、玉 葱、人参、生しいたけ、 ビーマン、竹の子 (ゆ)	フルーツゼリー おかし きゅうにゅう	
09 金	かしわのりやき こうやどうふのゆうせんだけ みそしる (たまねぎ) ななぶつきまい (なっとう)	かしわのりやき オクラのにもの みそしる (たまねぎ) なんはん (なっとう)	ささみのくず煮 オクラのにもの みそ汁 7倍がゆ	ささみのくず煮 オクラのにもの 10倍がゆ	ささみ オクラ (人参) 米	七分つき米、ONE G ロール (小)、砂糖	○牛乳、鶏モモ肉 (さ ぎ切り)、納豆、米みそ (淡色辛みぞ)、高野豆 腐、うす揚、カットわか め	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、オイচি ়া	ジャムドック きゅうにゅう	
10 土	ぎゅうちゃんごはん きりほじでいこんのナムル みそしる (ワカメ)	ぎゅうちゃんごはん (なんはん) カリフラワーのにもの みそしる (ワカメ)	豆腐のくず煮 カリフラワーのにもの みそ汁 7倍がゆ	豆腐のくず煮 カリフラワーのにもの 10倍がゆ	豆腐 カリフラワー (オクラ) 米	半つき米、糸こんにゃ く、砂糖、油、コマ油	○牛乳、牛肉 (うすぎ り)、米みそ (淡色辛み ぞ)、○返りちめん、 ロースハム、うす揚、カット わかめ	サガリイモ (冷)、胡 瓜、人参、切り干し大 ごん、みつば、青葱	リッツ マンナウエファー きゅうにゅう	
13 火	にくじやがに ツナのすのもの みそしる (なめこ) ななぶつきまい (なっとう)	にくじやがに だいこんのにもの みそしる (なめこ) なんはん (なっとう)	白鳥魚のくず煮 だいこんのにもの みそ汁 7倍がゆ	白鳥魚のくず煮 だいこんのにもの 10倍がゆ	白鳥魚 大根 (人参) 米	七分つき米、チルドホテ ト、○小麦粉、糸こんに ゃく、○マーガリン、 ○砂糖、砂糖、油	○牛乳、納豆、牛肉 (う すぎり)、米みそ (淡色 辛みぞ)、ツナ缶、○ 砂糖、カットわかめ	玉葱、人参、胡瓜、なめ こ、いんげん (冷)、 青葱	ロックビスケット (チョコフレークなし) きゅうにゅう	0さいじ しょくいくかつどう いとこんにやくをさわろう
14 水	さわらのにつけ おくらのあえもの とんじる ななぶつきまい (なっとう)	さわらのにつけ オクラのにもの とんじる なんはん (なっとう)	ささみのくず煮 オクラのにもの みそ汁 7倍がゆ	ささみのくず煮 オクラのにもの 10倍がゆ	ささみ オクラ (人参) 米	七分つき米、○食パン (8枚切り)、さつまい も、○砂糖、砂糖、○ マーガリン、片栗粉	○牛乳、いわし、納豆、 豚モモ肉 (うすぎり)、 米みそ (淡色辛みぞ)、 かつお節、冷凍骨なし わら	刻みオクラ、大根、なめ こ (味付け)、人参、青 葱	かわりトースト きゅうにゅう	
15 木	ミートスパゲティー パインサラダ スープ (ワカメ)	ミートスパゲティー きゅべつにのもの スープ (ワカメ)	豆腐のくず煮 きゅべつにのもの にこみうどん	豆腐のくず煮 きゅべつにのもの くたくたうどん	豆腐 きゅべつ (カリフラワー) うどん	スパゲティー、○砂糖、 フレンチドレッシング (分離型)、油、○ねり ごま、オリーブ油	○牛乳、合挽肉、○返 りちめん、ベーコン、○ アガー、いりごま、カッ トわかめ	玉葱、きやべつ、パイナ ップル、人参、胡瓜、マッ シュルーム缶、ビーマ ン、セリ	ごまミルクプリン おかし むぎちや	

&lt;10時・15時市販品のおやつについて&gt;

☆完了期は、ハイハイ、マンナウエファー、たべっこベイビー、マンナビスケットなどの  
0歳児用おやつの提供になります。おやつは変更する場合があります。

&lt;材料名について&gt;

☆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。

☆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けで炊いています。

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。

## 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~		熟と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
16 金	さけごはん ごもくきんひら みそしる(はくさい)	さけごはん(なんはん) オクラのもの みそしる(はくさい)	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(ブロッコリー) 米	半つき米、○カンパン、 糸こんにゃく、油、砂糖 ○牛乳、鶏フレーク、う す揚、米みそ(淡色辛み そ)、いりごま、カット わかめ	○みかん、はくさい、れ んこん、サカナオイ、 (冷)、みつば、人参、 セロリ、青葱、○みかん 缶	かんばん くだもの ぎゅうにゅう	ひなんくんれん	
17 土	キッスピピンバ きゅべつのにます スープ(ワカメ)	キッスピピンバ(なんはん) きゅべつのにもの スープ(ワカメ)	ささみのくず煮 きゅべつのにもの みそ汁 7倍がゆ	ささみのくず煮 きゅべつのにもの 10倍がゆ	ささみ きゅべつ(人参) 米	七分つき米、砂糖、コマ 油	○牛乳、合挽肉、錦糸 卵、力二かまぼこ、○あ たりめ、いりごま、カッ トわかめ	さやべつ、人参、もや し、胡瓜、にら	リッツ マンナウエファー ぎゅうにゅう	
19 月	ぶたにくのうまに きゅうりのうまのもの みそしる(はくさい) ななぶつきまい(なつとう)	ぶたにくのうまに カリフラワーのもの みそしる(はくさい) なんはん(なつとう)	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、糸こんにゃ く、○砂糖、砂糖、油 ○牛乳、豚モモ肉(うす ぎり)、納豆、○あすき (乾)、米みそ(淡色辛 みそ)、力二かまぼこ、 うす揚、カットわかめ	サカナオイ(冷)、はく さい、胡瓜、人参、れん こん、いんげん(冷)、青葱	ぜんざい おかし ぎゅうにゅう	1~2さいじ しょくいくかつどう やさいスタンプ	
20 火	かわいとやさいのスープに ブロッコリーのこまえ ロールパン	かわいとやさいのスープに ブロッコリーのこもの ロールパン	白身魚のくず煮 ブロッコリーのもの みそ汁 ひたしパン	白身魚のくず煮 ブロッコリーのもの パンがゆ	白身魚 ブロッコリー(オクラ) パン	NEGロール、ダイス カットチルドボテ、 油、砂糖	○牛乳、鶏モモ肉(さ き切り)、ベーコン、いり ごま	玉葱、アサロッパー(冷 凍)、人参、○いちご ジャム、セロリ	ジャムリッツ ぎゅうにゅう	
21 水	たらのてりやき こうやどうふのゆうせんだけ みそしる(こまつな) ななぶつきまい(なつとう)	たらのてりやき かぼちゃのもの みそしる(こまつな) なんはん(なつとう)	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、砂糖、ON EGロール(小)	○牛乳、冷凍骨なしした ら、納豆、米みそ(淡色 辛みそ)、うす揚、高野 豆腐	小松菜(カット)、人 参、いんげん(冷)、 干し椎茸、○いちごジャ ム	バナナカステラ ぎゅうにゅう	
22 木	ポークチャップ かみみさラダ みそしる(さつまいも) ななぶつきまい(なつとう)	ポークチャップ だいこんのもの みそしる(さつまいも) なんはん(なつとう)	豆腐のくず煮 だいこんのもの みそ汁 7倍がゆ	豆腐のくず煮 だいこんのもの 10倍がゆ	豆腐 大根(人参) 米	七分つき米、さつまい も、ダイスカットチルド ボテ、○砂糖、砂糖、 マーガリン	豚モモ肉(うすぎり)、 納豆、○うす揚、米みそ (淡色辛みそ)、ちりめ んじゃこ、いりごま	○大根、玉葱、大根、し ら葱、人参、れんこん、 マッシュルーム缶、グリ ンピース(冷凍)、水菜	だいこんだき むぎちや	2さいじ がんばりまんえんそく べんとうび 4さいじ しょくいくかつどう だいこんだき
23 金	ちゅうかふうごはん シュウマイ スープ(もやし)	ちゅうかふうごはん(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	七分つき米、糸こんにゃ く	○ヨーグルト(無糖、1/2 入りシューまい(冷)、 焼き豚、○あたりめ、 カットわかめ	○みかん缶、もやし、人 参、竹の子(ゆで)、サ ニーレタス、干し椎茸	みかんのヨーグルトかけ カムカム むぎちや	5さいじ おわかれえんそく べんとうび
24 土	フルコギはん きりどいたいこんのにつけ スープ(ワカメ)	フルコギはん(なんはん) ブロッコリーのもの スープ(ワカメ)	ささみのくず煮 ブロッコリーのもの みそ汁 7倍がゆ	ささみのくず煮 ブロッコリーのもの 10倍がゆ	ささみ ブロッコリー(人参) 米	半つき米、糸こんにゃ く、砂糖、油	○牛乳、牛肉(うすぎ り)、○添りりめん、 うす揚、もみのり、いり ごま、カットわかめ	人参、舞茸、もやし、に ら、サカナオイ(冷)、 切り干しだいこん、いん げん(冷)	リッツ マンナウエファー ぎゅうにゅう	
26 月	さんしょくこはん ごもくきんひら みそしる(ふ)	さんしょくこはん(なんはん) カリフラワーのもの みそしる(ふ)	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(オクラ) 米	七分つき米、油、糸こんに ゃく、砂糖、おつゆ 麺、○砂糖	合挽肉、卵、○カルビ ス、米みそ(淡色辛み そ)、○あたりめ、○ア ガー、カットわかめ	○黄桃缶、ビーマン、れ んこん、サカナオイ(冷) (冷)、人参、セロリ、 青葱	カルビッシュユレ おかし むぎちや	
27 火	さわらのしょやき ブロッコリーのおかかあえ しらえ(まほんそう) みそしる(さといも) ななぶつきまい(なつとう)	さわらのしょやき ブロッコリーのおかかあえ しらえ(まほんそう)のもの みそしる(さといも) なんはん(なつとう)	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、里芋(スライス)、 糸こんにゃく、砂糖	○牛乳、冷凍骨なしわ ら、納豆、ソフト木綿、 米みそ(淡色辛みそ)、 白みそ、うす揚、いりご ま、かつお節、冷凍骨 なしわら(大)	はくさい、アサロッパー (冷凍)、ほうれん草、 人参、青葱	むしいも ぎゅうにゅう	2さいじ がんばりまんえんそく よびひ べんとうび
28 水	にくうどん かぼちゃのふくめに	にくうどん かぼちゃのもの	ささみのくず煮 かぼちゃのもの にこみうどん	ささみのくず煮 かぼちゃのもの にくたうどん	ささみ かぼちゃ(人参) うどん	ゆでうどん、砂糖	○牛乳、牛肉(うすぎ り)、かまぼこ赤味、い わし(煮干)	栗かぼちゃ、玉葱、ほう れん草、青葱	もみじまんじゅう ぎゅうにゅう	
29 木	ぶたとだいこんのもの オクラのおかかあえ みそしる(ふ) ななぶつきまい(なつとう)	ぶたとだいこんのもの オクラのもの みそしる(ふ) なんはん(なつとう)	豆腐のくず煮 オクラのもの みそ汁 7倍がゆ	豆腐のくず煮 オクラのもの 10倍がゆ	豆腐 オクラ(カリフラワー) 米	七分つき米、糸こんにゃ く、○油、砂糖、おつゆ 麺	○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)、かつお節、カット わかめ	大根、刻みオクラ、人 参、いんげん(冷)、 青葱	フライドボテト ぎゅうにゅう	
30 金	かわいのチャップあえ スパゲティーサラダ スープ(ワカメ) ロールパン	かわいのチャップあえ きゅべつにもの スープ(ワカメ) ロールパン	白身魚のくず煮 きゅべつにもの みそ汁 ひたしパン	白身魚のくず煮 きゅべつにもの パンがゆ	白身魚 きゅべつ(ブロッコリー) パン	○七分つき米、NEG ロール、スパゲティー、 マヨネーズ、片栗粉、砂 糖	鶏モモ肉(さき切り)、 力二かまぼこ、○りめ んじゃこ、卵(夷)、いり ごま、カットわかめ	胡瓜、きゅべつ、サニ ーレタス、○葉めしの素	おにぎり むぎちや	
31 土	ぶたにくのしょ やきもやしにんじんのナムル みそしる(ふ) ななぶつきまい(なつとう)	ぶたにくのしょやきやき にんじんのもの みそしる(ふ) なんはん(なつとう)	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、砂糖、油、 おつゆ麺、コマ油	○牛乳、豚モモ肉(うす ぎり)、納豆、米みそ (淡色辛みそ)、○あた りめ、カットわかめ、い りごま	もやし、トマト*、玉 葱、人参、青葱、土生姜	リッツ マンナウエファー 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。

&lt;10時・15時市販品のおやつについて&gt;

☆完了期は、ハイハイ、マンナウエファー、たべっこベイビー、マンナビスクエットなどの0歳児用おやつの提供になります。おやつは変更する場合があります。

&lt;材料名について&gt;

☆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。