

日付 行事	夕ごはん 3歳未満児食	離乳食 完了期	離乳食 後期	離乳食 中期	離乳食 材料名	材 料 名			延長おやつ
	18ヶ月ごろ~	12~18ヶ月ごろ	10ヶ月ごろ~	7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	
02 月	ぶたにくとこんにゃくのみそいため こうやどうふのあまに すましる ななぶつきまい（なっとう）	ぶたにくとこんにゃくのみそいため こうやどうふのあまに すましる ななぶつきまい（なっとう）	ぶたにくとこんにゃくのみそいため ほうれんそうのにもの すましる なんはん（なっとう）	ささみのくず煮 ほうれんそう（人参） 米	七分つき米、糸こんにゃく、砂糖、油 豚モモ肉（うすぎり）、納豆、高野豆腐、米みそ（淡色辛みそ） しろ葱、人参、えのき茸、しめじ、チングンサイ、竹の子（ゆで）、いんげん（冷）、干し椎茸、みづば	マヌウェファー			
03 火	おにハンバーグ おくらのあえものスープ（キャベツ） ななぶつきまい	おにハンバーグ おくらのあえものスープ（キャベツ） ななぶつきまい	おにハンバーグ おくらのにもの みそ汁 なんはん	豆腐 オクラ 人参 米	七分つき米、スパゲティー、パン粉、油 合挽肉、卵、牛乳、カツトわかめ	玉葱、刻みオクラ、人参、キャベツ、胡瓜、なめ茸（味付け）、スイートポテト缶	ビスケット		
04 水	さばのしおやき ひじきサラダ みそしる（とうふ） ななぶつきまい（なっとう）	さわらのしおやき ひじきサラダ みそしる（とうふ） ななぶつきまい（なっとう）	さわらのしおやき プロッコリーのにもの みそ汁 なんはん（なっとう）	白鳥魚のくず煮 プロッコリー オクラ 米	七分つき米、マヨネーズ、砂糖 冷凍骨なし塩鯖、納豆、ソフト木綿、米みそ（淡色辛みそ）、ひじき、いりごま、カットわかめ、冷凍骨なし塩鯖（大）	ズイーツホール缶、いんげん（冷）、人参、青葱	マヌウェファー		
05 木 お手伝い活動 うどん作り	にくうどん きゅうりのナムル	にくうどん きゅうりのナムル	にくうどん カリフラワーのにもの	ささみのくず煮 カリフラワーのにもの にこみうどん	ささみ カリフラワー 人参 うどん	ゆでうどん、片栗粉、牛肉（うすぎり）、かまぼこ赤味、いりごま 玉葱、胡瓜、人参、しろ葱、土生姜、にんにく	ビスケット		
06 金	かしわのこうみやき パインサラダ みそしる（もやし） ななぶつきまい のむヨーグルト	かしわのこうみやき パインサラダ みそしる（もやし） ななぶつきまい のむヨーグルト	かしわのこうみやき キャベツのにもの みそ汁 なんはん	豆腐 キャベツ トマト 米	七分つき米、フレンチドレッシング（分離型）、ゴマ油 ヨーグルト（ドリンク）、鶏モモ肉（そぎ切り）、米みそ（淡色辛みそ）	トマト*、キャベツ、パイン缶、人参、胡瓜、もやし、サニーレタス、青葱	マヌウェファー		
07 土	のざわなチャーハン ほうれんそうのナムル スープ（ワカメ）	のざわなチャーハン ほうれんそうのナムル スープ（ワカメ）	のざわなチャーハン（なんはん） ほうれんそうのにもの みそ汁	白鳥魚のくず煮 ほうれんそう（人参） 米	七分つき米、油、ゴマ油 卵、焼き豚、いりごま、カットわかめ	ほうれん草、野沢菜漬、玉葱、人参	ビスケット		
09 月	さかなのサクサクやき キャベツのみぞマヨネーズ みそしる（はくさい） ななぶつきまい	さかなのサクサクやき キャベツのみぞマヨネーズ みそしる（はくさい） ななぶつきまい	さかなのサクサクやき キャベツのにもの みそ汁 なんはん	ささみのくず煮 キャベツのにもの みそ汁 7倍がゆ	七分つき米、マヨネーズ、パン粉 冷凍骨なしヘルルーザ、竹輪、米みそ（淡色辛みそ）、白みそ、うす揚、カットわかめ	キャベツ、はくさい、しろ葱	マヌウェファー		
10 火	すきやきふうに オクラのおかかあえ みそしる（とうふ） ななぶつきまい（なっとう）	すきやきふうに オクラのおかかあえ みそしる（とうふ） ななぶつきまい（なっとう）	すきやきふうに オクラのにおかかあえ みそしる（とうふ） なんはん（なっとう）	豆腐 オクラ 人参 米	七分つき米、糸こんにゃく、砂糖、すき焼き麺 納豆、牛肉（うすぎり）、ソフト木綿、米みそ（淡色辛みそ）、かつお節	刻みオクラ、はくさい、大根、玉葱、人参、なめこ、青葱	ビスケット		
12 木	だいこんのにもの きゅうりのナムル みそしる（キャベツ） ななぶつきまい（なっとう）	だいこんのにもの きゅうりのナムル みそしる（キャベツ） ななぶつきまい（なっとう）	だいこんのにもの かぼちゃのにもの みそしる なんはん（なっとう）	白鳥魚のくず煮 かぼちゃ（スライス） 米	七分つき米、糸こんにゃく、里芋（スライス）、砂糖、ゴマ油 鶏モモ肉（そぎ切り）、納豆、米みそ（淡色辛みそ）、うす揚、いりごま	胡瓜、キャベツ、人参、れんこん、ごぼう、いんげん（冷）、干し椎茸、青葱、大根	ビスケット		
13 金	ぶたにくのしょうがやき わふうコールスロー みそしる（しいたけ） ななぶつきまい（なっとう）	ぶたにくのしょうがやき わふうコールスロー みそしる（しいたけ） ななぶつきまい（なっとう）	ぶたにくのしょうがやき キャベツのにもの みそ汁 なんはん（なっとう）	ささみのくず煮 キャベツのにもの みそ汁 7倍がゆ	七分つき米、油、砂糖 豚モモ肉（うすぎり）、納豆、米みそ（淡色辛みそ）、うす揚、ちりめんじゃこ	キャベツ、玉葱、トマト*、生しいたけ、サニーレタス、土生姜、青葱	マヌウェファー		
14 土	かしわのてりやき ひじきなっとう みそしる（こまつな） ななぶつきまい	かしわのてりやき ひじきなっとう みそしる（こまつな） ななぶつきまい	かしわのてりやき にんじんのにもの みそしる なんはん	豆腐のくず煮 人参 オクラ 米	七分つき米、油、砂糖 鶏モモ肉（そぎ切り）、納豆、米みそ（淡色辛みそ）、ひじき、うす揚	小松菜（カット）、トマト*、人参、サニーレタス、土生姜	ビスケット		

☆初期食はミルク対応です。

日付 行事	タゴはん 3歳未満児食	離乳食 完了期	離乳食 後期	離乳食 中期	離乳食 材料名	材 料 名			延長おやつ
	18ヶ月ごろ～	12～18ヶ月ごろ	10ヶ月ごろ～	7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 月	ポークピカタ ささみのちゅうかサラダ みそしる（なす） ななぶつきまい（なっとう）	ポークピカタ ささみのちゅうかサラダ みそしる（なす） ななぶつきまい（なっとう）	ポークピカタ にんじんのもの みそしる なんはん（なっとう）	白身魚のくず煮 にんじんのもの みそ汁 7倍がゆ	白身魚 にんじん カリフラワー 米	七分つき米、小麦粉、砂糖、コマ油	豚モモ肉（巻きやすく）、納豆、鶏ささ身、卵、米みそ（淡色辛みそ）、うす揚、いりごま	なす、アサヒ刈り（冷凍）、胡瓜、サンニーレタス、人参、青葱	マンナウェファー
17 火	さわらのみぞに プロッコリーのツナマヨ どんじる ななぶつきまい	さわらのみぞに プロッコリーのツナマヨ どんじる ななぶつきまい	さわらのみぞに プロッコリーのもの みそしる なんはん	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 プロッコリー 人參 米	七分つき米、砂糖、マヨネーズ	冷凍骨なしわら、米みそ（淡色辛みそ）、豚モモ肉（うすぎり）、ツナ缶、うす揚、冷凍骨なしわら（大）	アサヒロッコリー（冷凍）、大根、はくさい、人参、生姜、青葱	ピスケット
18 水	ハヤシライス おくらのあえもの くだもの	ハヤシライス おくらのあえもの くだもの	ハヤシライス（なんはん） おくらにもの	豆腐のくず煮 おくらにもの みそ汁 7倍がゆ	オクラ 豆腐 カリフラワー 米	半つき米、チルドボテト、油	牛肉（うすぎり）	みかん、玉葱、刻みオクラ、人参、マッシュルーム缶、なめ茸（味付け）、グリンピース（冷凍）	マンナウェファー
19 木	さやべついひらつくね きゅうりのすのもの（カニカラ） みそしる（こまつな） ななぶつきまい（なっとう）	さやべついひらつくね きゅうりのすのもの（カニカラ） みそしる（こまつな） ななぶつきまい（なっとう）	さやべついひらつくね プロッコリーのもの みそしる 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 プロッコリー オクラ 米	七分つき米、砂糖	さやべついひらつくね、納豆、米みそ（淡色辛みそ）、カニかまぼこ、うす揚、カットわかめ	小松菜（カット）、トマト*、胡瓜	ピスケット
20 金	しろみざかなのりやき だいこんのたきあわせ みそしる（あつあげ） ななぶつきまい（なっとう）	しろみざかなのりやき だいこんのたきあわせ みそしる（あつあげ） ななぶつきまい（なっとう）	しろみざかなのりやき だいこんのもの みそしる なんはん（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 大根 人參 米	七分つき米、糸こんにゃく、砂糖	冷凍骨なしメリルーサ、納豆、厚揚げ（四角）、一口がんも、米みそ（淡色辛みそ）、いりごま	大根、ほうれん草、人参、しろ葱、いんげん（冷）、青葱	マンナウェファー
21 土	ふたにくのねぎふうみやき いんげんのツナあえ みそしる（えのぎ） ななぶつきまい	ふたにくのねぎふうみやき いんげんのツナあえ みそしる（えのぎ） ななぶつきまい	ふたにくのねぎふうみやき かぼちゃのもの みそしる なんはん	豆腐のくず煮 かぼちゃのもの みそ汁 7倍がゆ	豆腐 かぼちゃ 人參 米	七分つき米、砂糖、マヨネーズ、油	豚肉ロース（うす切り）、米みそ（淡色辛みそ）、ツナ缶、カットわかめ	いんげん（冷）、玉葱、えのき茸、青葱、人参	ピスケット
24 火	じゃがぶー もしやのこます みそしる（ワカメ） ななぶつきまい のむヨーグルト	じゃがぶー もしやのこます みそしる（ワカメ） ななぶつきまい のむヨーグルト	じゃがぶー にんじんのもの みそしる なんはん	白身魚のくず煮 にんじんのもの みそ汁 7倍がゆ	白身魚 人參 オクラ 米	七分つき米、じゃが芋、糸こんにゃく、砂糖、油	ヨーグルト（ドリンク）、豚モモ肉（うすぎり）、米みそ（淡色辛みそ）、カニかまぼこ、うす揚、いりごま、カットわかめ	玉葱、もやし、人参、胡瓜、いんげん（冷）	ピスケット
25 水	ふたにくのしょうがやき あつあげとさといものにもの 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 あつあげとさといものにもの 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 カリフラワーのもの みそしる 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 カリフラワー オクラ 米	七分つき米、里芋（スライス）、さつまいも、砂糖、油	豚モモ肉（うすぎり）、納豆、厚揚げ（四角）、米みそ（淡色辛みそ）、うす揚	玉葱、トマト*、いんげん（冷）、サンニーレタス、生姜、青葱	マンナウェファー
26 木	かしわのさっぱりやき わふうコールスロー みそしる（オクラ） ななぶつきまい	かしわのさっぱりやき わふうコールスロー みそしる（オクラ） ななぶつきまい	かしわのさっぱりやき きゅべつのもの みそしる なんはん	豆腐のくず煮 きゅべつのもの みそ汁 7倍がゆ	豆腐 きゅべつ トマト 米	七分つき米	鶏モモ肉（そぎ切り）、米みそ（淡色辛みそ）、ちりめんじゅうこ、カットわかめ	きゅべつ、トマト*、刻みオクラ、大根おろし、サンニーレタス、青葱、生姜	ピスケット
27 金	にくとどうふのもの ツナのすのもの みそしる（だいこん） ななぶつきまい（なっとう）	にくとどうふのもの ツナのすのもの みそしる（だいこん） ななぶつきまい（なっとう）	にくとどうふのもの プロッコリーのもの みそしる 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 プロッコリー 人參 米	七分つき米、糸こんにゃく、砂糖	焼き豆腐、牛肉（うすぎり）、納豆、米みそ（淡色辛みそ）、ツナ缶、うす揚、カットわかめ	人参、大根、胡瓜、いんげん（冷）、青葱	マンナウェファー
28 土	さわらのしおやき かぼちゃのふくめに みそしる（こまつな） ななぶつきまい（なっとう）	さわらのしおやき かぼちゃのふくめに みそしる（こまつな） ななぶつきまい（なっとう）	さわらのしおやき かぼちゃのもの みそしる なんはん（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	かぼちゃ ささみ カリフラワー 米	七分つき米、砂糖	冷凍骨なしわら、納豆、米みそ（淡色辛みそ）、うす揚、冷凍骨なしわら（大）	栗かぼちゃ、小松菜（カット）、玉葱	ピスケット

☆初期食はミルク対応です。