

## 3歳児未満児食献立表

日付 行事	昼ごはん 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 初期	離乳食 材料名	材 料 名 (Oは午後おやつ)			10時 おやつ	3時おやつ 3歳未満児	3時おやつ 完了期
	18ヶ月ごろ～	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			
02月	キッスビビンバ ブロックリーのごまポンスあえ みそしる (たまねぎ)	キッスビビンバ ブロックリーのごまポンスあえ みそしる (たまねぎ)	キッスビビンバ (なんはん) ブロックリーのにも みそしる	豆腐のくす煮 ブロックリーのにも みそ汁 7倍がゆ	豆腐のくす煮 ブロックリーのにも 10倍がゆ	豆腐 ブロックリー (人参) 米	七分つき米、Oチルドポ テト、砂糖、ゴマ油	O牛乳、合挽肉、Oビザ 用チーズ、米みそ (淡色 辛みそ)、鰯水煎、O ペーコ、いりごま、 カットわかめ	アヲ Onji- (冷凍)、玉 葱、もやし、人参、に ら、Oピーマン、青葱	おこめぼー	ビザポテ ぎゅうにゅう	ビザポテ ぎゅうにゅう
03火 節分舞会	ませごはん たらのてりやき とんじる	ませごはん たらのてりやき とんじる	ませごはん (なんはん) カリフラワーのにも みそしる	白身魚のくす煮 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、Oマカロ ニ、さつまいも、砂糖、 O砂糖	O牛乳、冷凍骨なしし ら、カニかまぼこ、鰯 水煎、豚モモ肉 (うすぎ り)、米みそ (淡色辛み そ)、米みそ (淡色辛み そ)、Oきな粉、もみの り、カットわかめ	人参、はくさい、大根、 胡瓜、青葱	おこめぼー	マカロニのあべかわ ぎゅうにゅう	マカロニのあべかわ ぎゅうにゅう
04水	さげごはん かぼちゃのそぼろに みそしる (あつあげ)	さげごはん かぼちゃのそぼろに みそしる (あつあげ)	さげごはん (なんはん) かぼちゃのにも みそしる	ささみのくす煮 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	中期：ささみ 初期：白身魚 かぼちゃ (カリフラワー) 米	七分つき米、Oゆであ うどん、砂糖	厚揚げ (四角)、鮭フ レーク、鶏ミンチ、うす 塩、米みそ (淡色辛み そ)、Oかまぼこ赤鯉、 いりごま	栗かぼちゃ、Oはくさ い、玉葱、O人参、みつ ば、O青葱、青葱	おこめぼー	にこみうどん むぎざや	にこみうどん むぎざや
05木 2歳児食育活動 クッキーづくり	じゃがいものそぼろに わらうコールスロー みそしる (ふ) ななぶつきまい (なっとう)	じゃがいものそぼろに わらうコールスロー みそしる (ふ) ななぶつきまい (なっとう)	じゃがいものそぼろに きやべつのにも みそしる (なんはん)	豆腐のくす煮 きやべつのにも みそ汁 7倍がゆ	豆腐のくす煮 きやべつのにも 10倍がゆ	豆腐 きやべつ (人参) 米	七分つき米、チルドポテ ト、糸こんにゃく、砂 糖、おつゆ藍、油、O油	O牛乳、納豆、合挽肉、 米みそ (淡色辛みそ)、 ちりめんじゃこ、カット わかめ	玉葱、きやべつ、人参、 いんげん (冷)、青 葱、Oかぼちゃ	おこめぼー	(2歳児) クッキー (O.1歳児) やきかぼちゃ ぎゅうにゅう	やきかぼちゃ ぎゅうにゅう
06金	しろみざかなのムニエル ブロックリーのごまあえ ちゅうかスープ ななぶつきまい	しろみざかなのムニエル ブロックリーのごまあえ ちゅうかスープ ななぶつきまい	しろみざかなのムニエル ブロックリーのにも みそしる (なんはん)	白身魚のくす煮 ブロックリーのにも みそ汁 7倍がゆ	白身魚のくす煮 ブロックリーのにも 10倍がゆ	白身魚 ブロックリー (オクラ) 米	Oチルドポテト、O片栗 粉、小麦粉、マーガリ ン、砂糖、Oマーガリ ン、七分つき米	O牛乳、冷凍骨なしホ キ、ソフト木綿、Oさい の目8mmチーズ、いり ごま、冷凍骨なしホキ (大)	アヲ Onji- (冷凍)、干 し椎茸、みつば	おこめぼー	ポテトおやき ぎゅうにゅう	ポテトおやき ぎゅうにゅう
07土	ブルコギごはん いんげんのツナあえ みそしる (ワカメ)	ブルコギごはん いんげんのツナあえ みそしる (ワカメ)	ブルコギごはん (なんはん) かぼちゃのにも みそしる	ささみのくす煮 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	中期：ささみ 初期：白身魚 かぼちゃ (人参) 米	七分つき米、マヨネーズ	O牛乳、牛肉 (うすぎ り)、米みそ (淡色辛み そ)、ツナ缶、O返りち りめん、うす塩、もみの り、カットわかめ	いんげん (冷)、人 参、青葱、もやし、に ら、青葱	おこめぼー	リッツ マンナウエファー ぎゅうにゅう	おこめぼー マンナウエファー ぎゅうにゅう
09月 ゆりお好み メニュー	ボークシチュー はくさいのにびたし ななぶつきまい	ボークシチュー はくさいのにびたし ななぶつきまい	ボークシチュー はくさいのにびたし なんはん	豆腐のくす煮 はくさいのにびたし みそ汁 7倍がゆ	豆腐のくす煮 はくさいのにびたし 10倍がゆ	豆腐 白菜 (オクラ) 米	チルドポテト、マカロ ニ、小麦粉、マーガリ ン、砂糖、O七分つき 米、七分つき米	豚モモ肉 (うすぎり)、 牛乳、Oアイスクリー ム、ツナ缶、ペーコン	玉葱、はくさい、人参、 セロリ、O人参、Oハ ット、オリーブ	おこめぼー	にんじんごはん むぎざや	にんじんごはん むぎざや
10火 たんじょうび かい	タコライス きやべつのごまず スープ (ワカメ) ゼリー	タコライス きやべつのごまず スープ (ワカメ) ゼリー	タコライス (なんはん) きやべつのにも みそしる	白身魚のくす煮 きやべつのにも みそ汁 7倍がゆ	白身魚のくす煮 きやべつのにも 10倍がゆ	白身魚 きやべつ (人参) 米	半つき米、O砂糖、O小 麦粉、Oマーガリン、 短、砂糖	O牛乳、合挽肉、O卵、 ビザ用チーズ、Oホイッ プクリーム、いりごま、 カットわかめ	玉葱、ホールトマト缶 詰、きやべつ、胡瓜、人 参、土生菜、にんにく	おこめぼー	ケーキ ぎゅうにゅう	ケーキ ぎゅうにゅう
12木 ゆりお好み メニュー	ケチャップライス はるさめサラダ スープ (オクラ)	ケチャップライス はるさめサラダ スープ (オクラ)	ケチャップライス (なんはん) カリフラワーのにも みそしる	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	中期：ささみ 初期：白身魚 カリフラワー (人参) 米	七分つき米、はるさめ、 O砂糖、油、砂糖、ゴマ 油	O牛乳、合挽肉、カニか まぼこ、Oヨーグルト (無糖)	玉葱、刻みオクラ、ハ ット、オリーブ、人参、 ピーマン、えのき草、竹 の子、オリーブ、Oいちごジャ ム	おこめぼー	ヨーグルト むぎざや	ヨーグルト むぎざや
13金 クラルテ	にくうどん さといものそぼろに	にくうどん さといものそぼろに	にくうどん かぼちゃのにも	豆腐のくす煮 かぼちゃのにも にこみうどん	豆腐のくす煮 かぼちゃのにも くたくうどん	豆腐 かぼちゃ (カリフラワー) うどん	ゆであうどん、里芋 (スラ イス)、O小麦粉、Oマ ヨネーズ、砂糖	O牛乳、牛肉、O卵、O 合挽肉、鶏ミンチ、かま ぼこ、いわし(無干し)O 天かす、Oかつお節、O あおのり	玉葱、ほうろく、 れん草、O青葱、青葱、 みつば	おこめぼー	おこのみやき ぎゅうにゅう	おこのみやき ぎゅうにゅう
14土	やきにくふういためもの こうやどうふのゆうせんだき みそしる (ふ) ななぶつきまい (なっとう)	やきにくふういためもの こうやどうふのゆうせんだき みそしる (ふ) ななぶつきまい (なっとう)	やきにくふういためもの ブロックリーのにも みそしる (なんはん)	白身魚のくす煮 ブロックリーのにも みそ汁 7倍がゆ	白身魚のくす煮 ブロックリーのにも 10倍がゆ	白身魚 ブロックリー (人参) 米	七分つき米、油、砂糖、 おつゆ藍	O牛乳、牛肉 (うすぎ り)、納豆、米みそ (淡 色辛みそ)、うす塩、O あたりめ、海野豆腐	きやべつ、人参、玉葱、 ピーマン、えのき草、竹 の子 (ゆで)、いんげん (冷)、干し椎茸	おこめぼー	リッツ マンナウエファー ぎゅうにゅう	おこめぼー 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。材料は変更する場合があります。

★後期食・完了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＞

★完了期おやつのおかしは、おこめぼー、マンナウエファー、マンナビスケット、たべっこペイビー、ビジョンひじきせんべい、ビジョン小魚せんべい、ビジョンお野菜せんべいなどの提供になります。

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。

日付 行事	昼ごはん 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 初期	離乳食 材料名	材 料 名			10時 おやつ	3時おやつ 3歳未満児	3時おやつ 完了期
	18ヶ月ごろ～	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	血や油や骨になるもの	体の調子を整えるもの			
16月 ゆりお好み メニュー	ミートスパゲティー パインサラダ スープ（とうふ）	ミートスパゲティー パインサラダ スープ（とうふ）	ミートスパゲティー パインサラダ みそしる	ささみのくす煮 きゃべつのものに こみょうどん	白身魚のくす煮 きゃべつのものに くだくだうどん	中期：ささみ 初期：白身魚 きゃべつ（オクラ） うどん	スパゲティー、フレンチ ドレッシング（分離 型）、油、オリーブ油	〇牛乳、合挽肉、ソフト 木綿、ベーコン、カット わかめ	玉葱、きゃべつ、パイン 缶、人参、胡瓜、マッ シュルーム缶、ピーマ ン、セロリ、〇大根、〇 人参	おこめぼー	やさいスティック ぎゅうにゅう	やさいスティック ぎゅうにゅう
17火 2歳児食育 乾物を扱う	わらうホイコーロ きりぼしだいこんにつけ みそしる（たまねぎ） ななぶつきまい（なっとう）	わらうホイコーロ きりぼしだいこんにつけ みそしる（たまねぎ） ななぶつきまい（なっとう）	わらうホイコーロ カリフラワーのにも みそしる なんはん（なっとう）	豆腐のくす煮 カリフラワーのにも みそ汁 7倍がゆ	豆腐のくす煮 カリフラワーのにも 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、油、砂糖、	〇牛乳、豚モモ肉（うす ぎり）、納豆、米みそ （淡色辛みそ）、みそ、 うす塩、カットわかめ	〇牛乳、玉葱、人参、 ピーマン、しめじ、切り 干しだいこん、干し椎 茸、青葱、土生巻	おこめぼー	ゆかりごはん むぎぢゃ	ゆかりごはん むぎぢゃ
18水 ゆりお好み メニュー	とりのおやき だいこんとさといものにも コンスープ ななぶつきまい（なっとう）	とりのおやき だいこんとさといものにも コンスープ ななぶつきまい（なっとう）	とりのおやき だいこんのにも みそしる なんはん（なっとう）	白身魚のくす煮 だいこんのにも みそ汁 7倍がゆ	白身魚のくす煮 だいこんのにも 10倍がゆ	白身魚 大根（人参） 米	七分つき米、里芋、片 栗粉、小豆粉、砂糖、 めん、ゆでうどん、ゴマ油	〇牛乳、合挽肉、鶏糸卵、み そ	クリームコーン缶、大 根、玉葱、人参、いんげ ん（煮）、サニーレタ ス、土生巻、にんにく、 青葱、胡瓜	おこめぼー	おかし ぎゅうにゅう	おかし ぎゅうにゅう
19木 ゆりお好み メニュー 1歳児満足	さけのクリームコーンやき かぼちゃのふくめに とんじる ななぶつきまい（なっとう） （1歳児）ぶりかけごはん	さけのクリームコーンやき かぼちゃのふくめに とんじる ななぶつきまい（なっとう）	さけのクリームコーンやき かぼちゃのにも みそしる なんはん（なっとう）	ささみのくす煮 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	中期：ささみ 初期：白身魚 かぼちゃ（トマト） 米	七分つき米、〇さつまい も、さつまいも、マヨ ネーズ、小麦粉、砂糖	〇牛乳、冷凍骨なし鮭、 納豆、豚モモ肉（うすぎ り）、米みそ（淡色辛み そ）、冷凍骨なし鮭 （大）	クリームコーン缶、胡 瓜、大根、人参、青葱、 菜かぼちゃ、〇りんご天 然果汁	おこめぼー	マッシュポテト ぎゅうにゅう （1歳児）りんごジュース	マッシュポテト ぎゅうにゅう
20金 5歳児 小学校入学 弁当日	チキンとやさい ブロックリーのごまあえ みそしる（ワカメ） ななぶつきまい（なっとう）	チキンとやさい ブロックリーのごまあえ みそしる（ワカメ） ななぶつきまい（なっとう）	チキンとやさい ブロックリーのにも みそしる なんはん（なっとう）	豆腐のくす煮 ブロックリーのにも みそ汁 7倍がゆ	豆腐のくす煮 ブロックリーのにも 10倍がゆ	豆腐 ブロックリー（人参） 米	七分つき米、〇七分つき 米、砂糖	〇牛乳、鶏モモ肉（そぎ 切り）、納豆、ソフト木 綿、米みそ（淡色辛み そ）、〇ちりめんじゃこ、 うす塩、いりこごま、カットわかめ	アヲリョウ（冷凍）、 きゃべつ、ほうれん草、 人参、青葱	おこめぼー	じゃこがゆ ぎゅうにゅう	じゃこがゆ ぎゅうにゅう
21土	やさしいため ひじきのすのもの みそしる（とうふ） ななぶつきまい（なっとう）	やさしいため ひじきのすのもの みそしる（とうふ） ななぶつきまい（なっとう）	やさしいため カリフラワーのにも みそしる なんはん（なっとう）	白身魚のくす煮 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	〇牛乳、豚モモ肉（うす ぎり）、納豆、ソフト木 綿、米みそ（淡色辛み そ）、〇返りちりめん、 ひじき	きゃべつ、玉葱、胡瓜、 人参、ピーマン、生しい だけ、なめこ、青葱	おこめぼー	リッツ マンナウエファー ぎゅうにゅう	おこめぼー マンナウエファー ぎゅうにゅう
24火	さんしょくごはん きりぼしだいこんのナムル みそしる（さといも）	さんしょくごはん きりぼしだいこんのナムル みそしる（さといも）	さんしょくごはん（なんはん） かぼちゃのにも みそしる	ささみのくす煮 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	中期：ささみ 初期：白身魚 かぼちゃ（カリフラワー） 米	七分つき米、里芋（スラ イス）、油、〇砂糖、砂 糖、ゴマ油、〇七分つき 米	合挽肉、卵、米みそ（淡 色辛みそ）、ローズハ ム、うす塩、〇アガー、 〇きな粉	〇オレシジ天然果汁、〇 みかん缶、ピーマン、胡 瓜、しし巻、切り干しだ いこん、人参	おこめぼー	きなこがゆ むぎぢゃ	きなこがゆ むぎぢゃ
25水	ぶりのてりやき いりどうふ みそしる（たまねぎ） ななぶつきまい（なっとう）	ぶりのてりやき いりどうふ みそしる（たまねぎ） ななぶつきまい（なっとう）	ぶりのてりやき ブロックリーのにも みそしる なんはん（なっとう）	豆腐のくす煮 ブロックリーのにも みそ汁 7倍がゆ	豆腐のくす煮 ブロックリーのにも 10倍がゆ	豆腐 ブロックリー（人参） 米	七分つき米、ONEG ロール（小）、糸こん にゃく、砂糖、油	〇牛乳、ぶり、ソフト木 綿、納豆、鶏ミンチ、米 みそ（淡色辛みそ）、 カットわかめ	玉葱、人参、〇いちご ジャム、干し椎茸、に ら、青葱	おこめぼー	おかし ぎゅうにゅう	おかし ぎゅうにゅう
26木 卒園式 練習①	レタスのチャーハン にんじんのツナいため スープ（オクラ）	レタスのチャーハン にんじんのツナいため スープ（オクラ）	レタスのチャーハン（なんはん） にんじんのにも みそしる	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 人参（オクラ） 米	半つき米、油、〇マヨ ネーズ	〇牛乳、卵、鮭フレー ク、たらこ、ツナ缶	人参、玉葱、レタス、刺 みオクラ、〇胡瓜、ピー マン、〇大根、〇人参	おこめぼー	やさいスティック ぎゅうにゅう	やさいスティック ぎゅうにゅう
27金 どんべり パーティー	ナポリタン カリフラワーのトマトに スープ（はくさい）	ナポリタン カリフラワーのトマトに スープ（はくさい）	ナポリタン カリフラワーのトマトに みそしる	ささみのくす煮 カリフラワーのトマトに 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	中期：ささみ 初期：白身魚 カリフラワー（トマト） 米	〇七分つき米、スパゲ ティー、オリーブ油、砂 糖、油、片栗粉、小麦 粉、マーガリン	ベーコン、〇ちりめん じゃこ、粉チーズ、牛乳	玉葱、トマト、はくさ い、人参、マッシュルー ム缶、ピーマン、カリフ ラワー（煮）	おこめぼー	おにぎり むぎぢゃ	おにぎり むぎぢゃ
28土 つくし 卒業式	ハンバーグ ポテトサラダ スープ（オクラ） ななぶつきまい（なっとう）	ハンバーグ ポテトサラダ スープ（オクラ） ななぶつきまい（なっとう）	ハンバーグ じゃがいものにも みそしる なんはん（なっとう）	豆腐のくす煮 じゃがいものにも みそ汁 7倍がゆ	豆腐のくす煮 じゃがいものにも 10倍がゆ	豆腐 じゃがいも（ブロックリー） 米	七分つき米、チルドポテ ト、パン粉、マヨネー ズ、油	〇牛乳、合挽肉、納豆、 牛レバー、卵、牛乳、〇 あだめ	玉葱、刺みオクラ、人 参、胡瓜	おこめぼー	リッツ マンナウエファー ぎゅうにゅう	おこめぼー 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・中期のひだしパンには、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・完了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〉

★完了期おやつのおかしは、おこめぼー、マンナウエファー、マンナビスケット、たべっこベイビー、ピジョンひじきせんべい、ピジョン小魚せんべい、ピジョンお野菜せんべいなどの提供になります。

おやつは変更する場合があります。

〈材料名について〉

★〇歳児に提供しない食材が含まれている場合や年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。