

# 3歳未満児食 献立表

日付 行事	屋ごはん 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	後期 中期 初期 材料名	後期 完了期 3歳未満児 材料名	(Oは午後おやつ)			
	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	体の腸を整えるもの		
02月	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 (はくさい) ななぶつきまい (なっとう)	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 (はくさい) なんはん (なっとう)	さかなのサクサクやき 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 (人參) 米	七分つき米、マヨネーズ、パン粉、マーガリン	〇牛乳、ヤクルト、冷凍骨なし鶏肉、納豆、みそ (淡色辛みそ)	チンゲンサイ、はくさい、玉葱、アスパラガス、豆腐、〇いちごジャム、人參、青葱	ジャムリッツ ぎゅうにゅう	ジャムリッツ ぎゅうにゅう
03火 ひなまつり	まぜごはん プロッコリーのごまあえ すましじる	まぜごはん (なんはん) プロッコリーのごまあえ すましじる	まぜごはん (なんはん) プロッコリーのにも すましじる	ささみのくす煮 プロッコリーのにも すまし汁 7倍がゆ	白身魚のくす煮 プロッコリーのにも 10倍がゆ	中期：ささみ 初期：しらす プロッコリー (人參) 米	七分つき米、砂糖	〇カルピス、ソフト木綿、鶏糸卵、うす揚げ、高野豆腐、もみり、さくらでんぷん、いりごま、カットわかめ	アヲ 卵 (冷凍)、胡瓜、人參、干し椎茸、みつば	たべっこベイビー カルピス	おひなさまおやつ カルピス
04水 誕生日	チキンライス きりぼしだいこんのナムル スープ (ちやし) ゼリー	チキンライス (なんはん) きりぼしだいこんのナムル スープ (ちやし)	チキンライス (なんはん) カリフラワーのにも みそしる	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 (オクラ) 米	七分つき米、〇砂糖、〇小麦粉、油、〇マーガリン、ゴマ油、砂糖	〇牛乳、鶏もも肉 (細かく)、〇卵、ローズハム、〇粉チーズ、カットわかめ	玉葱、もやし、胡瓜、人參、マッシュルーム缶、切り干しだいこん、グリーンピース (冷凍)、〇レモン	チーズケーキ ぎゅうにゅう	チーズケーキ ぎゅうにゅう
05木	キッズピビンバ きゃべつのみそマヨネーズ みそしる (たまねぎ)	キッズピビンバ (なんはん) きゃべつのみそマヨネーズ みそしる (たまねぎ)	キッズピビンバ (なんはん) きゃべつのにちもの みそしる	白身魚のくす煮 きゃべつのにちもの みそ汁 7倍がゆ	白身魚のくす煮 きゃべつのにちもの 10倍がゆ	白身魚 きゃべつ (人參) 米	七分つき米、〇砂糖、マヨネーズ、〇ねりごま、砂糖、ゴマ油	〇牛乳、合挽肉、〇返りちりめん、米みそ (淡色辛みそ)、竹輪、鶏糸卵、白みそ、いりごま、〇アガー、カットわかめ	きゃべつ、玉葱、もやし、人參、えのき草、にら、青葱	おやき むぎちや	おやき むぎちや
06金 卒園式 前日準備	きざみょうどん かぼちゃのふくめに	きざみょうどん かぼちゃのふくめに	きざみょうどん 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 にごみょうどん	白身魚のくす煮 かぼちゃのにも にくたうどん	中期：ささみ 初期：しらす かぼちゃ (カリフラワー) うどん	ゆでうどん、砂糖	〇牛乳、うす揚げ、かまぼこ赤奴、いわし (煮干)	栗かぼちゃ、玉葱、ほうれん草、青葱	おこめぼー たべっこベイビー ぎゅうにゅう	おこめぼー たべっこベイビー ぎゅうにゅう
07土 卒園式	ハヤシライス ジュース	ベビーフード	ベビーフード	ベビーフード	ベビーフード	ベビーフード	メロンパン、zチーズハムロール、七分つき米	〇牛乳、〇あたりめ	りんご天然果汁	マンナウエファ リッツ ぎゅうにゅう	マンナウエファ リッツ ぎゅうにゅう
09月	かしわのてりやき スリヤグティーサラダ みそしる (たまねぎ) ななぶつきまい (なっとう)	かしわのてりやき スリヤグティーサラダ みそしる (たまねぎ) なんはん (なっとう)	かしわのてりやき キャベツのにも みそしる なんはん (なっとう)	豆腐のくす煮 キャベツのにも みそ汁 7倍がゆ	豆腐のくす煮 キャベツのにも 10倍がゆ	豆腐 キャベツ (トマト) 米	七分つき米、スリヤグティー、〇砂糖、マヨネーズ、砂糖	〇牛乳、鶏もも肉 (そぎ切り)、納豆、ツナ缶、米みそ (淡色辛みそ)、カニかまぼこ、〇アガー、カットわかめ	〇ハイナッフル (天然果汁)、〇ハイイン缶、玉葱、トマト*、はくさい、胡瓜、きゃべつ、サニーレタス、青葱、牛生	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
10火	きゃべつひらひらつくね かぼちゃサラダ みそしる (はくさい) ななぶつきまい (なっとう)	きゃべつひらひらつくね かぼちゃサラダ みそしる (はくさい) なんはん (なっとう)	きゃべつひらひらつくね かぼちゃのにも みそしる 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、マヨネーズ	〇牛乳、きゃべつひらひらつくね、納豆、米みそ (淡色辛みそ)、カットわかめ	栗かぼちゃ、はくさい、胡瓜、サニーレタス、玉葱、レーズン、青葱	おこめぼー マンナウエファ ぎゅうにゅう	おこめぼー マンナウエファ ぎゅうにゅう
11水	かやくごはん こまつなのびたし (がんも) みそしる (たまねぎ)	かやくごはん (なんはん) こまつなのびたし (がんも) みそしる (たまねぎ)	かやくごはん (なんはん) プロッコリーのにも みそしる	ささみのくす煮 プロッコリーのにも みそ汁 7倍がゆ	白身魚のくす煮 プロッコリーのにも 10倍がゆ	中期：ささみ 初期：しらす プロッコリー (人參) 米	七分つき米、里芋 (スライス)、糸こんにゃく、油、砂糖	〇ヨーグルト (無糖)、鶏もも肉 (細かく)、一口がんと、米みそ (淡色辛みそ)、うす揚げ、カットわかめ	小松菜 (カット)、人參、卵打まり (冷)、〇いちごジャム、干し椎茸	ヨーグルト むぎちや	ヨーグルト むぎちや
12木 〇歳児食再 乾物遊び	さけのしおやき おくらのあえもの とんじる ななぶつきまい (なっとう)	さけのしおやき おくらのあえもの とんじる なんはん (なっとう)	さけのしおやき 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 (オクラ) 米	七分つき米、〇七分つき米、里芋 (スライス)	冷凍骨なし塩鮭、納豆、豚もも肉 (うすぎり)、米みそ (淡色辛みそ)、〇ちりめんじゃこ、かつお節、冷凍骨なし塩鮭	刻みオクラ、大根、なめ言 (味付け)、人參、青葱	ゆかりごはん むぎちや	ゆかりごはん (なんはん) むぎちや
13金	やきにくふういためもの きりぼしだいこんのにつけ みそしる (しいだけ) ななぶつきまい (なっとう)	やきにくふういためもの きりぼしだいこんのにつけ みそしる (しいだけ) なんはん (なっとう)	やきにくふういためもの きゃべつのにちもの みそしる なんはん (なっとう)	白身魚のくす煮 きゃべつのにちもの みそ汁 7倍がゆ	白身魚のくす煮 きゃべつのにちもの 10倍がゆ	白身魚 きゃべつ (人參) 米	七分つき米、〇小麦粉、糸こんにゃく、〇マヨネーズ、油、砂糖	〇牛乳、牛肉 (うすぎり)、納豆、〇卵、〇合挽肉、米みそ (淡色辛みそ)、うす揚げ、〇天かす、〇かつお節、〇あおじ	〇きゃべつ、きゃべつ、人參、玉葱、生しいだけ、ピーマン、竹の子 (ゆで)、切り干しだいこん、〇青葱、青葱	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	にくじゃがに もやしときゅうりのナムル みそしる (S) ななぶつきまい (なっとう)	にくじゃがに もやしときゅうりのナムル みそしる (S) なんはん (なっとう)	にくじゃがに プロッコリーのにも みそしる なんはん (なっとう)	ささみのくす煮 プロッコリーのにも みそ汁 7倍がゆ	白身魚のくす煮 プロッコリーのにも 10倍がゆ	中期：ささみ 初期：しらす プロッコリー (人參) 米	七分つき米、チルドホテト、糸こんにゃく、油、砂糖、おつゆ、ゴマ油	〇牛乳、納豆、牛肉 (うすぎり)、米みそ (淡色辛みそ)、〇返りちりめん、カットわかめ、いりごま	玉葱、もやし、人參、胡瓜、いんげん (冷)、青葱	マンナウエファ リッツ ぎゅうにゅう	マンナウエファ おこめぼー ぎゅうにゅう

★初期食は、食材をこんぶだして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。

★中期食は、こんぶだし・かつお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。

★中期食・後期食は、副菜と汁ものは同じものを提供しています。

〈10時のおやつについて〉

★完了期食、未満児食のおやつはおこめぼーです。おやつは変更する場合があります。

〈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、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。

〈材料名について〉

★後期食については、提供しない食材があります。

ご了承ください。

# 3歳未満児食 献立表

日付 行事	離乳食 完了期				離乳食 後期		離乳食 中期		離乳食 初期		後期 完了期 3歳未満児 材料名	IOは午後おやつ	3時おやつ 3歳未満児食	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～	後期 中期 初期 材料名	後期 完了期	後期 完了期	後期 完了期	後期 完了期				
16月	だいごんのもの きゅうりのもの みそしる (はくさい) ななぶつきまい (なっとう)	だいごんのもの きゅうりのもの みそしる (はくさい) なんはん (なっとう)	だいごんのもの かぼちゃのもの みそしる (はくさい) なんはん (なっとう)	豆腐のくす煮 かぼちゃのもの みそ汁 7倍がゆ	豆腐のくす煮 かぼちゃのもの 10倍がゆ	豆腐 かぼちゃ (人參) 米	七分つき米、Oゆでうどん、糸こんにゃく、砂糖、油	豚モモ肉 (うすぎりの)、納豆、米みそ (淡色辛みそ)、カマぼこ、Oかまぼこ、うす塩、カットわかめ	O牛乳、鶏モモ肉 (そぎ切り)、ベーコン、いりこま、納豆	Oみかん、玉葱、アヲ刈 (冷凍)、人参、りんがん (冷)、いんげん (冷)、O青葱、青葱	にこみちやん むぎちゃ	にこみちやん むぎちゃ		
17火 避難訓練	かしわとやさいのスープに ブロックのごまあえ ななぶつきまい (なっとう)	かしわとやさいのスープに ブロックのごまあえ なんはん (なっとう)	かしわとやさいのスープに ブロックのもの なんはん (なっとう)	白身魚のくす煮 ブロックのもの みそ汁 7倍がゆ	白身魚のくす煮 ブロックのもの 10倍がゆ	白身魚 ブロック (人參) 米	NEGロール、ダイスカットチルドポテト、Oカパン、油、砂糖、七分つき米	O牛乳、鶏モモ肉 (そぎ切り)、ベーコン、いりこま、納豆	Oみかん、玉葱、アヲ刈 (冷凍)、人参、セロリ、こみちやん	マンナウエファークだもの ぎゅうにゅう	マンナウエファークだもの ぎゅうにゅう			
18水	たらのてりやき こうやどろふのうぜんだき みそしる (こまつな) ななぶつきまい (なっとう)	たらのてりやき こうやどろふのうぜんだき みそしる (こまつな) なんはん (なっとう)	たらのてりやき カリフラワーのもの みそしる (こまつな) なんはん (なっとう)	ささみのくす煮 カリフラワーのもの みそ汁 7倍がゆ	白身魚のくす煮 カリフラワーのもの 10倍がゆ	中期: ささみ 初期: しらす カリフラワー (オクラ) 米	七分つき米、砂糖、O七分つき米、Oさつまいも、ONEGロール (丸)	O牛乳、冷凍溶なしから、納豆、米みそ (淡色辛みそ)、うす塩、高野豆腐	小松菜 (カット)、人参、いんげん (冷)、干し椎茸、Oいちじやム	いもがゆ ぎゅうにゅう	いもがゆ ぎゅうにゅう			
19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 パインサラダ スープ (ワカメ)	ミートスパゲティー きゅうのにも みそしる	豆腐のくす煮 きゅうのにも にこみちやん	豆腐のくす煮 きゅうのにも くたくだうどん	豆腐 きゅう (人參) うどん	スバゲティー、フレンチドレッシング (分離型)、O油、油、オリーブ油	O牛乳、鶏肉、ベーコン、いりこま、カットわかめ	玉葱、きゅう、パイン、人参、胡瓜、マッシュルーム缶、ピーマン、セロリ	おやき ぎゅうにゅう	おやき ぎゅうにゅう			
21土	ぎゅうちやんごはん きりほしだいごんのナムル みそしる (ワカメ)	ぎゅうちやんごはん (なんはん) きりほしだいごんのナムル みそしる (ワカメ)	ぎゅうちやんごはん (なんはん) ブロックのもの みそしる	白身魚のくす煮 ブロックのもの みそ汁 7倍がゆ	白身魚のくす煮 ブロックのもの 10倍がゆ	白身魚 ブロック (オクラ) 米	半つき米、糸こんにゃく、砂糖、油、ゴマ油	O牛乳、牛肉 (うすぎりの)、米みそ (淡色辛みそ)、ローズハム、Oあたりめ、うす塩、カットわかめ	マンナウエファークだもの ぎゅうにゅう	マンナウエファークだもの ぎゅうにゅう				
23月	さんしょくごはん にんじんのつないだめ みそしる (こまつな)	さんしょくごはん (なんはん) にんじんのつないだめ みそしる (こまつな)	さんしょくごはん (なんはん) にんじんのもの みそしる	ささみのくす煮 にんじんのもの みそ汁 7倍がゆ	白身魚のくす煮 にんじんのもの 10倍がゆ	中期: ささみ 初期: しらす 人參 (オクラ) 米	七分つき米、油、糸こんにゃく、砂糖、O砂糖	各焼肉、豚、Oカルピス、米みそ (淡色辛みそ)、Oあたため、Oアガー、ツナ缶	O鶏胸肉、ピーマン、小松菜 (カット)、玉葱、りんがん、オアヲ刈 (冷)、人参、セロリ	カルピスジュレ たべっこベイビー むぎちゃ	カルピスジュレ たべっこベイビー むぎちゃ			
24火	さわらのしおやき しらあえ (ほうれんそう) みそしる (えのき) ななぶつきまい (なっとう)	さわらのしおやき しらあえ (ほうれんそう) みそしる (えのき) なんはん (なっとう)	さわらのしおやき ほうれんそうのもの みそしる (えのき) なんはん (なっとう)	豆腐のくす煮 ほうれんそうのもの みそ汁 7倍がゆ	豆腐のくす煮 ほうれんそうのもの 10倍がゆ	豆腐 ほうれんそう (人參) 米	Oさつまいも、七分つき米、糸こんにゃく、おつゆ、砂糖	O牛乳、冷凍溶なしから、納豆、ソフト木綿、米みそ (淡色辛みそ)、Oちりめんじゃこ、すりこま、カトわかめ	ほうれん草、えのき、人参、青葱	マッシュいも ぎゅうにゅう	マッシュいも ぎゅうにゅう			
25水	ちくぜんに ブロックのごまあえ みそしる (オクラ) ななぶつきまい (なっとう)	ちくぜんに ブロックのごまあえ みそしる (オクラ) なんはん (なっとう)	ちくぜんに ブロックのもの みそしる (オクラ) なんはん (なっとう)	白身魚のくす煮 ブロックのもの みそ汁 7倍がゆ	白身魚のくす煮 ブロックのもの 10倍がゆ	白身魚 ブロック (オクラ) 米	七分つき米、里芋 (スライズ)、O七分つき米、糸こんにゃく、砂糖	O牛乳、鶏モモ肉 (そぎ切り)、納豆、米みそ (淡色辛みそ)、Oちりめんじゃこ、すりこま、カトわかめ	アヲ刈 (冷凍)、刻みオクラ、人参、りんがん、オアヲ刈 (冷)、干し椎茸、青葱	じゃこがゆ ぎゅうにゅう	じゃこがゆ ぎゅうにゅう			
26木	ポークチャップ はくさいのひだし みそしる (S) ななぶつきまい (なっとう)	ポークチャップ はくさいのひだし みそしる (S) なんはん (なっとう)	ポークチャップ だいごんのもの みそしる (S) なんはん (なっとう)	ささみのくす煮 だいごんのもの みそ汁 7倍がゆ	白身魚のくす煮 だいごんのもの 10倍がゆ	中期: ささみ 初期: しらす 大根 (白菜) 米	七分つき米、ダイスカットチルドポテト、Oマヨネーズ、おつゆ、砂糖、マーガリン	O牛乳、豚モモ肉 (うすぎりの)、納豆、米みそ (淡色辛みそ)、ちりめんじゃこ、いりこま、ツナ缶	玉葱、O豆腐、しらす、大根、O大根、人参、りんがん、マッシュルーム缶、グリーンピース (冷凍)、水菜	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	とりとだいごんのもの オクラのおかあえ みそしる (さつまいも) ななぶつきまい (なっとう)	とりとだいごんのもの オクラのおかあえ みそしる (さつまいも) なんはん (なっとう)	とりとだいごんのもの かぼちゃのもの みそしる (さつまいも) なんはん (なっとう)	豆腐のくす煮 かぼちゃのもの みそ汁 7倍がゆ	豆腐のくす煮 かぼちゃのもの 10倍がゆ	豆腐 かぼちゃ (カリフラワー) 米	七分つき米、O小麦粉、さつまいも、糸こんにゃく、O砂糖、砂糖、O油	O牛乳、鶏モモ肉 (そぎ切り)、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	人参、舞茸、もやし、にんじん、切り干しだいごん、いんげん (冷)	おこめぼー マンナウエファークだもの ぎゅうにゅう	おこめぼー マンナウエファークだもの ぎゅうにゅう			
28土	ブルコギごはん きりほしだいごんにつけ スープ (ワカメ)	ブルコギごはん (なんはん) きりほしだいごんにつけ スープ (ワカメ)	ブルコギごはん (なんはん) カリフラワーのもの みそしる	白身魚のくす煮 カリフラワーのもの みそ汁 7倍がゆ	白身魚のくす煮 カリフラワーのもの 10倍がゆ	白身魚 カリフラワー (オクラ) 米	半つき米、糸こんにゃく、砂糖、油	O牛乳、牛肉 (うすぎりの)、Oちりめん、うす塩、もみのり、いりこま、カットわかめ	人参、舞茸、もやし、にんじん、切り干しだいごん、いんげん (冷)	マンナウエファークだもの ぎゅうにゅう	マンナウエファークだもの ぎゅうにゅう			
30月	かしわのケチャップあえ スパゲティーサラダ スープ (もやし) ななぶつきまい (なっとう)	かしわのケチャップあえ スパゲティーサラダ スープ (もやし) なんはん (なっとう)	かしわのケチャップあえ きゅうのにも みそしる (もやし) なんはん (なっとう)	ささみのくす煮 きゅうのにも みそ汁 7倍がゆ	白身魚のくす煮 きゅうのにも 10倍がゆ	中期: ささみ 初期: しらす きゅう (ブロック) 米	O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、七分つき米	鶏モモ肉 (そぎ切り)、カニかまぼこ、Oちりめんじゃこ、卵黄、カットわかめ、納豆	もやし、胡瓜、きゅう、サニーレタス、O果めしの素	なめしごはん むぎちゃ	なめしごはん (なんはん) むぎちゃ			
31火	さけごはん けんちんに みそしる (はくさい)	さけごはん (なんはん) けんちんに みそしる (はくさい)	さけごはん (なんはん) だいごんのもの みそしる	豆腐のくす煮 だいごんのもの みそ汁 7倍がゆ	豆腐のくす煮 だいごんのもの 10倍がゆ	豆腐 大根 (オクラ) 米	半つき米、砂糖	Oヨーグルト (無糖)、木綿豆腐、鮭フレーク、ツナ缶、うす塩、米みそ (淡色辛みそ)、Oあたため、いりこま、カットわかめ	Oみかん缶、大根、はくさい、みつば、青葱	みかんのヨーグルトかけ おかし むぎちゃ	みかんのヨーグルトかけ おかし むぎちゃ			

★初期食は、食材をこんぶだい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。

★中期食は、こんぶだし・かつおだし汁で炊いています。  
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。

★中期食・後期食は、副菜と汁ものは同じものを提供しています。

<10時のおやつについて>

★完了期食、未満児食のおやつはおこめぼーです。おやつは変更する場合があります。

<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、マンナウエファーク、マンナビスケット、たべっこベイビー、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。

<材料名について>

★後期食については、提供しない食材があります。  
ご了承ください。

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	後期 中期 材料名	後期 完了期 3歳未満児 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	あつあげのちゅうかいため きゃべつのごます みそしる(こまつな) ななぶつきまい(なっとう)	あつあげのちゅうかいため きゃべつのごます みそしる(こまつな) なんはん(なっとう)	あつあげのちゅうかいため きゃべつのもの みそしる なんはん(なっとう)	豆腐のくす煮 きゃべつのもの みそ汁 7倍がゆ	豆腐 きゃべつ 人參 米	七分つき米、砂糖、片栗粉、ゴマ油	納豆、豚肩ロース(うすぎり)、厚揚げ(四角)、米みそ(淡色辛みそ)、カニかまぼこ、うす揚げ、いりごま	玉葱、きゃべつ、小松菜(カット)、人參、胡瓜、にら、干し椎茸	マンナウエファー
03火	さわらのしおやき じゃがいものいためもの みそしる(なす) ななぶつきまい	さわらのしおやき じゃがいものいためもの みそしる(なす) なんはん	さわらのしおやき じゃがいものいためもの みそしる なんはん	白身魚のくす煮 じゃがいものいためもの みそ汁 7倍がゆ	白身魚 じゃがいも 人參 米	七分つき米、チルドポテト、マヨネーズ	冷凍骨なしさわら、米みそ(淡色辛みそ)、冷凍骨なしさわら(大)	なす、玉葱、人參、青葱	ビスケット
04水	ポークピカタ にんじんグラッセ ひじきサラダ みそしる(きゃべつ) ななぶつきまい(なっとう)	ポークピカタ にんじんグラッセ ひじきサラダ みそしる(きゃべつ) なんはん(なっとう)	ポークピカタ にんじんグラッセ かぼちゃのもの みそしる なんはん(なっとう)	ささみのくす煮 かぼちゃのもの みそ汁 7倍がゆ	ささみ かぼちゃ カリフラワー 米	七分つき米、小麦粉、油、マヨネーズ、砂糖、マーガリン	豚モモ肉(巻きやすく)、納豆、卵、米みそ(淡色辛みそ)、ひじき、いりごま、カットわかめ	きゃべつ、人參、スイートペル缶、いんげん(冷)、青葱	マンナウエファー
05木	にくだんごのクリームに こまつなたまごのいためもの ななぶつきまい(なっとう)	にくだんごのクリームに こまつなたまごのいためもの なんはん(なっとう)	にくだんごのクリームに オクラのもの なんはん(なっとう)	豆腐のくす煮 オクラのもの みそ汁 7倍がゆ	豆腐 ブロッコリー 米	七分つき米、チルドポテト、小麦粉、パン粉、マーガリン、油	卵、納豆、合挽肉、牛乳	玉葱、はくさい、小松菜(カット)、人參、セロリ	ビスケット
06金	かしのわのもの 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)	かしのわのもの わふうコールスロー みそしる(しいたけ) なんはん(なっとう)	かしのわのもの きゃべつのもの みそしる なんはん(なっとう)	白身魚のくす煮 きゃべつのもの みそ汁 7倍がゆ	白身魚 きゃべつ トマト 米	七分つき米、砂糖、片栗粉、油	鶏モモ肉(そぎ切り)、納豆、米みそ(淡色辛みそ)、ちりめんじゃこ	きゃべつ、トマト*、玉葱、生しいたけ、しろ葱、人參、セロリ、土生姜	マンナウエファー
07土	なめたけごはん こまつなのびたし(がんも) みそしる(だいこん)	なめたけごはん(なんはん) こまつなのびたし(がんも) みそしる(だいこん)	なめたけごはん(なんはん) ブロッコリーのもの みそしる	豆腐のくす煮 ブロッコリーのもの みそ汁 7倍がゆ	豆腐 ブロッコリー 人參 米	七分つき米、砂糖	一口がんも、ツナ缶、米みそ(淡色辛みそ)、カットわかめ	小松菜、大根、なめ言(味付け)、人參、みつば、青葱	ビスケット
09月	にくうどん(ぎゅうにく) きゅうりのナムル	にくうどん(ぎゅうにく) きゅうりのナムル	にくうどん(ぎゅうにく) かぼちゃのもの	ささみのくす煮 かぼちゃのもの にこみうどん	ささみ かぼちゃ 人參 うどん	ゆでうどん、片栗粉、ゴマ油、砂糖	牛肉(うすぎり)、かまぼこ赤奴、いりごま	玉葱、胡瓜、人參、しろ葱、土生姜、にんにく	マンナウエファー
10火	さばのしおやき いんげんのもの みそしる(だいこん) ななぶつきまい(なっとう)	さわらのしおやき いんげんのもの みそしる(だいこん) なんはん(なっとう)	さわらのしおやき オクラのもの みそしる なんはん(なっとう)	豆腐のくす煮 オクラのもの みそ汁 7倍がゆ	豆腐 カリフラワー 米	七分つき米、糸こんにゃく、砂糖	冷凍骨なし塩鯖、納豆、米みそ(淡色辛みそ)、カットわかめ、冷凍骨なし塩鯖(大)、冷凍骨なしさわら	大根、いんげん(冷)、人參、青葱、干し椎茸	ビスケット
11水	ぶたにくとこんにゃくのみそいため ひじきのにつけ みそしる(たまねぎ) ふりかけごはん	ぶたにくとこんにゃくのみそいため ひじきのにつけ みそしる(たまねぎ) ふりかけごはん(なんはん)	ぶたにくとこんにゃくのみそいため カリフラワーのもの みそしる なんはん(なんはん)	白身魚のくす煮 カリフラワーのもの みそ汁 7倍がゆ	白身魚 カリフラワー 人參 米	七分つき米、糸こんにゃく、砂糖、油	豚モモ肉(うすぎり)、米みそ(淡色辛みそ)、うす揚げ、ひじき	しろ葱、人參、なす、チンゲンサイ、しめじ、竹の子(ゆで)、いんげん(冷)、青葱	マンナウエファー
12木	かしのわのこうみやき パインサラダ すましじる ななぶつきまい	かしのわのこうみやき パインサラダ すましじる なんはん	かしのわのこうみやき きゃべつのもの すましじる なんはん	ささみのくす煮 きゃべつのもの すまし汁 7倍がゆ	ささみ きゃべつ ブロッコリー 米	七分つき米、じゃが芋、フレンチドレッシング(分離型)、ゴマ油	鶏モモ肉(そぎ切り)、米みそ(淡色辛みそ)	トマト*、きゃべつ、パイン缶、胡瓜、しろ葱、えのき草、サニーレタス	ビスケット
13金	ぶたにくのねぎふうみやき ちやしのこます みそしる(こまつな) ななぶつきまい(なっとう)	ぶたにくのねぎふうみやき ちやしのこます みそしる(こまつな) なんはん(なっとう)	ぶたにくのねぎふうみやき オクラのもの みそしる なんはん(なっとう)	豆腐のくす煮 オクラのもの みそ汁 7倍がゆ	豆腐 オクラ 人參 米	七分つき米、砂糖、油	豚肉ロース(うす切り)、納豆、米みそ(淡色辛みそ)、カニかまぼこ、うす揚げ、いりごま	もやし、小松菜(カット)、玉葱、胡瓜、青葱、人參	マンナウエファー
14土	マーボーどうふ いんげんのごまあえ みそしる(だいこん) ななぶつきまい	マーボーどうふ いんげんのごまあえ みそしる(だいこん) なんはん	マーボーどうふ かぼちゃのもの みそしる なんはん	白身魚のくす煮 かぼちゃのもの みそ汁 7倍がゆ	白身魚 かぼちゃ カリフラワー 米	七分つき米、砂糖、片栗粉、ゴマ油	絹ごし豆腐、豚ひき肉、米みそ(淡色辛みそ)、いりごま、カットわかめ	大根、いんげん(冷)、しろ葱、人參、青葱、土生姜	ビスケット

☆初期食はミルク対応です。

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	後期 中期 材料名	後期 完了期 3歳未満児 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	
16月	とりのしおやきはるさめいためみそしる(ふ)ななぶつきまい	とりのしおやきはるさめいためみそしる(ふ)ななぶつきまい	とりのしおやきカリフラワーのものみそしる ななはん	ささみのくす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 米 人参	七分つき米、じゃが芋、パン粉、油、小麦粉、はるさめ、おつゆ、ゴマ油	鶏むね肉(そぎ切り)、豚バラ肉(うすぎり)、米みそ(淡色辛みそ)、卵	トマト*、きゃべつ、えのき草、ピーマン、人参、竹の子(ゆで)、青葱、干し椎茸	マンナウフェア
17火	さわらのしおやきいりどうふとんじるななぶつきまいのむヨーグルト	さわらのしおやきいりどうふとんじるななはんのむヨーグルト	さわらのしおやきオクラのものみそしる ななはん	豆腐のくす煮オクラのものみそ汁 7倍がゆ	豆腐 オクラ 人参 米	七分つき米、さつまいも、糸こんにゃく、油、砂糖	ヨーグルト(ドリンク)、冷凍骨なしさわら、ソフト木綿、鶏ミンチ、豚モモ肉(うすぎり)、米みそ(淡色辛みそ)	大根、人参、干し椎茸、にら、青葱	ビスケット
18水	ぶたにくのしょうがやきさといもとんさいのものみそしる(キャベツ)ななぶつきまい(なっとう)	ぶたにくのしょうがやきさといもとんさいのものみそしる(キャベツ)ななはん(なっとう)	ぶたにくのしょうがやきトマトのものみそしる ななはん(なっとう)	白身魚のくす煮トマトのものみそ汁 7倍がゆ	白身魚 トマト ブロッコリー 米	七分つき米、里芋(スライズ)、砂糖、油	豚モモ肉(うすぎり)、納豆、米みそ(淡色辛みそ)、カットわかめ	玉葱、きゃべつ、人参、トマト*、ごぼう、小松菜(カット)、サニーレタス、土生姜、青葱	マンナウフェア
19木	グラタン(かしわ)さんしよくごまサラダスープ(オクラ)ななぶつきまい	グラタン(かしわ)さんしよくごまサラダスープ(オクラ)ななはん	グラタン(かしわ)だいこんのものみそしる ななはん	ささみのくす煮だいこんのものみそ汁 7倍がゆ	ささみ 大根 オクラ 米	七分つき米、マカロニ、小麦粉、マーガリン	牛乳、鶏モモ肉(細かく)、粉チーズ	玉葱、大根、刻みオクラ、胡瓜、人参、マッシュルーム缶	ビスケット
21土	ぶたとごぼうのものオクラのおかかあえみそしる(ごまつな)ななぶつきまい(なっとう)	ぶたとごぼうのものオクラのおかかあえみそしる(ごまつな)ななはん(なっとう)	ぶたとごぼうのものオクラのものみそしる ななはん(なっとう)	豆腐のくす煮オクラのものみそ汁 7倍がゆ	豆腐 オクラ 人参 米	七分つき米、糸こんにゃく、油、砂糖	納豆、豚モモ肉(うすぎり)、米みそ(淡色辛みそ)、うす揚、かつお節	刻みオクラ、ツナ(冷)、小松菜、人参、玉葱、いんげん(冷)	ビスケット
23月	やさしいためうのはないりみそしる(はくさい)ななぶつきまい	やさしいためうのはないりみそしる(はくさい)ななはん	やさしいためかぼちゃのものみそしる ななはん	白身魚のくす煮かぼちゃのものみそ汁 7倍がゆ	白身魚 かぼちゃ カリフラワー 米	七分つき米、パン粉、油、糸こんにゃく、小麦粉、砂糖	豚モモ肉(善きやすく)、おから、米みそ(淡色辛みそ)、卵、うす揚	はくさい、トマト*、人参、いんげん(冷)、サニーレタス、青葱	マンナウフェア
24火	はるさめいためきりぼしだいこんにつけみそしる(えのき)ななぶつきまい(なっとう)	はるさめいためきりぼしだいこんにつけみそしる(えのき)ななはん(なっとう)	はるさめいためにんじんのものみそしる ななはん(なっとう)	ささみのくす煮にんじんのものみそ汁 7倍がゆ	ささみ 人参 ブロッコリー 米	七分つき米、はるさめ、糸こんにゃく、ゴマ油、砂糖、油	納豆、豚バラ肉(うすぎり)、米みそ(淡色辛みそ)、うす揚	きゃべつ、えのき草、人参、ピーマン、竹の子(ゆで)、切り干しだいこん、干し椎茸、青葱	ビスケット
25水	かしわのさっぱりやきじゃこピーマンいためみそしる(だいこん)ななぶつきまいのむヨーグルト	かしわのさっぱりやきじゃこピーマンいためみそしる(だいこん)ななはんのむヨーグルト	かしわのさっぱりやきトマトのものみそしる ななはん	豆腐のくす煮トマトのものみそ汁 7倍がゆ	豆腐 トマト 人参 米	七分つき米、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)、ちりめんじゃこ、カットわかめ	大根、ピーマン、トマト*、大根おろし、人参、サニーレタス、青葱、土生姜	マンナウフェア
26木	にくととうふのものツナのすのもの(ゴ)みそしる(しいだけ)ななぶつきまい(なっとう)	にくととうふのものツナのすのもの(ゴ)みそしる(しいだけ)ななはん(なっとう)	にくととうふのものカリフラワーのものみそしる ななはん(なっとう)	白身魚のくす煮カリフラワーのものみそ汁 7倍がゆ	白身魚 カリフラワー オクラ 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、しろ葱、胡瓜、生しいだけ、スイトリ、青葱	ビスケット
27金	ぶたにくのねぎふうみやきポテトサラダみそしる(きゃべつ)ななぶつきまい	ぶたにくのねぎふうみやきポテトサラダみそしる(きゃべつ)ななはん	ぶたにくのねぎふうみやきじゃがいものものみそしる ななはん	ささみのくす煮じゃがいものものみそ汁 7倍がゆ	ささみ じゃがいも 人参 米	七分つき米、チルドポテト、マヨネーズ、砂糖、油	豚肉ロース(うす切り)、米みそ(淡色辛みそ)、うす揚	きゃべつ、玉葱、胡瓜、青葱、人参	マンナウフェア
28土	すきやきふうにほうれんそうのごまあえみそしる(たまねぎ)ななぶつきまい(なっとう)	すきやきふうにほうれんそうのごまあえみそしる(たまねぎ)ななはん(なっとう)	すきやきふうにほうれんそうのものみそしる ななはん(なっとう)	豆腐のくす煮ほうれんそうのものみそ汁 7倍がゆ	豆腐 ほうれんそう 米 人参	七分つき米、糸こんにゃく、砂糖、すき焼き麩	納豆、牛肉(うすぎり)、米みそ(淡色辛みそ)、いりごま	玉葱、ほうれん草、はくさい、大根、人参、えのき草、青葱	ビスケット
30月	ぎゅうにくのちゅうかいだめきゃべつのごますみそしる(わかめ)ななぶつきまい(なっとう)	ぎゅうにくのちゅうかいだめきゃべつのごますみそしる(わかめ)ななはん(なっとう)	ぎゅうにくのちゅうかいだめにんじんのものみそしる ななはん(なっとう)	白身魚のくす煮にんじんのものみそ汁 7倍がゆ	白身魚 人参 きゃべつ 米	七分つき米、片栗粉、砂糖、ゴマ油	牛肉(うすぎり)、納豆、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、はくさい、チンゲンサイ、きゃべつ、竹の子(ゆで)、人参、胡瓜、干し椎茸、青葱、土生姜	マンナウフェア
31火	さわらのしょうがにしらあえ(ひじき)みそしる(さといも)ななぶつきまい(なっとう)	さわらのしょうがにしらあえ(ひじき)みそしる(さといも)ななはん(なっとう)	さわらのしょうがにしらあえ(ひじき)みそしる(さといも)ななはん(なっとう)	ささみのくす煮ブロッコリーのものみそ汁 7倍がゆ	ささみ ブロッコリー 人参 米	七分つき米、里芋、砂糖	冷凍骨なしさわら、納豆、ソフト木綿、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、ひじき、うす揚、いりごま、冷凍骨なしさわ	いんげん(冷)、人参、青葱、土生姜	ビスケット

☆初期食はミルク対応です。