

日	曜日	午前食	午後食	主な食材
1	月	五倍粥 鶏ひき肉とじゃが芋のだし煮 バナナ	鶏ひき肉入り粥 キャベツスープ	とりひき肉, かつお節, こめ, じゃがいも, 砂糖, 片栗粉, にんじん, バナナ, こまつな, キャベツ
2	火	五倍粥 豆腐のくず煮 南瓜の甘煮	野菜粥 人参と豆腐のスープ	豆腐, かつお節, こめ, 片栗粉, 砂糖, たまねぎ, かぼちゃ, はくさい, にんじん
3	水	五倍粥 みそ汁 鶏ひき肉のくず煮	ツナ粥 人参のスープ	かつお節, とりひき肉, まぐろ缶, こめ, 片栗粉, だいこん, こまつな, たまねぎ, にんじん
4	木	五倍粥 豆腐の含め煮 ブロッコリーのだし煮	豆腐粥 キャベツと玉葱のとろとろ煮	豆腐, かつお節, こめ, 片栗粉, ブロッコリー, にんじん, キャベツ, たまねぎ
5	金	五倍粥 みそ汁 鶏ささみと青菜の煮つけ	パン粥 ほうれん草スープ	かつお節, とりささ身, 牛乳, こめ, 片栗粉, 食パン, はくさい, にんじん, ほうれん草
6	土	ツナスパゲッティ プレーンヨーグルト	ベビーフード	まぐろ缶, ヨーグルト, スパゲッティ, 植物油, 砂糖, トマト缶, たまねぎ, にんじん
8	月	五倍粥 豆腐のあんかけ バナナ	野菜粥 豆腐スープ	豆腐, かつお節, こめ, 片栗粉, たまねぎ, にんじん, バナナ, キャベツ
9	火	五倍粥 みそ汁 鶏ひき肉のくず煮	鶏ひき肉入り粥 バナナ	かつお節, とりひき肉, こめ, 片栗粉, にんじん, たまねぎ, ほうれん草, バナナ
10	水	五倍粥 みそ汁 かじきの野菜あんかけ	野菜粥 キャベツのツナ和え	かつお節, めかじき, まぐろ缶, こめ, 砂糖, 片栗粉, だいこん, たまねぎ, にんじん, キャベツ
11	木	五倍粥 大根としらすの煮浸し きゅうりのみかん和え	しらす粥 大根のくず煮	しらす干し, かつお節, こめ, 砂糖, 片栗粉, だいこん, きゅうり, みかん缶, ひじき, にんじん
12	金	パン粥 鶏ささみのスープ煮 きゅうりと人参の和え物	鶏ささみ入り粥 人参のスープ	牛乳, とりささ身, 食パン, こめ, キャベツ, きゅうり, にんじん
13	土	ミートソーススパゲッティ プレーンヨーグルト	ベビーフード	とりひき肉, ヨーグルト, スパゲッティ, 植物油, トマト缶, たまねぎ, にんじん
15	月	五倍粥 みそ汁 キャベツと挽肉の炒め煮	鶏ひき肉入り粥 バナナ	かつお節, とりひき肉, こめ, 植物油, 砂糖, 片栗粉, だいこん, にんじん, キャベツ, たまねぎ, バナナ
16	火	五倍粥 ベビーマーボー豆腐 ブロッコリーのだし煮	蒸煮焼きそば 豆腐スープ	豆腐, とりひき肉, かつお節, あおのり, こめ, 植物油, 砂糖, 片栗粉, 中華めん, たまねぎ, ほうれん草, ブロッコリー, にんじん, ビーマン, キャベツ
17	水	五倍粥 鮭と野菜の炒め煮 きゅうりのサラダ	きな粉粥 大根のくず煮	さけ, かつお節, きな粉, こめ, バター, マヨネーズ, 砂糖, 片栗粉, たまねぎ, にんじん, きゅうり, みかん缶, だいこん
18	木	五倍粥 みそ汁 小松菜のしらす和え	しらす粥 キャベツスープ	かつお節, しらす干し, こめ, キャベツ, たまねぎ, こまつな, にんじん, きゅうり
19	金	五倍粥 かじきの煮つけ 人参と白菜の煮浸し	あけぼの粥 白菜とじゃが芋のスープ	めかじき, かつお節, こめ, 砂糖, じゃがいも, にんじん, はくさい
20	土	わかめうどん バナナ	ベビーフード	わかめ, とりささ身, かつお節, うどん, バナナ
22	月	五倍粥 みそ汁 人参のみかん和え	青菜粥 豆腐スープ	豆腐, かつお節, こめ, こまつな, にんじん, みかん缶
23	火	煮うどん じゃが芋と人参のだし煮	野菜粥 じゃが芋のツナ煮	まぐろ缶, かつお節, うどん, じゃがいも, 砂糖, こめ, にんじん, たまねぎ
24	水	肉野菜粥 バナナ	鶏ひき肉入り粥 かぼちゃのバター煮	とりひき肉, かつお節, こめ, バター, ほうれん草, にんじん, バナナ, かぼちゃ
25	木	五倍粥 じゃが芋と人参のだし煮 人参のスープ	しらす粥 青菜と玉葱の刻み煮	しらす干し, かつお節, こめ, じゃがいも, 片栗粉, にんじん, たまねぎ, ほうれん草
26	金	五倍粥 けんちん汁 かじきの煮つけ	青菜粥 バナナ	かつお節, めかじき, こめ, さといも, 植物油, 砂糖, にんじん, だいこん, はくさい, 根深ねぎ, ほうれん草, バナナ
27	土	スパゲッティナポリタン プレーンヨーグルト	ベビーフード	ハム, ヨーグルト, スパゲッティ, 植物油, 砂糖, トマト缶, たまねぎ
29	月	五倍粥 みそ汁 鶏ささみのあけぼの煮	野菜粥 鶏ささみのスープ煮	かつお節, とりささ身, こめ, キャベツ, だいこん, にんじん
30	火	五倍粥 みそ汁 きゅうりと人参のヨーグルト和え	トマトリゾット バナナのヨーグルト和え	かつお節, ヨーグルト, こめ, はくさい, にんじん, きゅうり, トマト, バナナ

※都合により、献立を変更することがありますのでご了承ください。
※麦茶は、献立表には記載してありません。

★初めて食べる食材については、アレルギー症状の有無について
事前にご家庭で確認をしていただくようご協力をお願いします。