



月	火	水	木	金	土
				1	2
			(午前おやつ)	りんごジュース	りんごジュース
		<p>※すべての材料は 月齢にあわせて 刻んだり すりつぶしたりして 調理しています。</p>		トマトがゆ キャベツ煮 玉ねぎスープ フルーツ	レタスがゆ にんじん煮 ポテトスープ フルーツ
			(主な食材)	初期 トマト キャベツ 玉ねぎ 中・後期 トマト キャベツ 玉ねぎ もやし 鶏肉	初期 レタス 人参 ジャがいも 中・後期 レタス 人参 ジャがいも 玉ねぎ ブロッコリー
			(午後おやつ)	ウエハース ジュース	ホーロ ジュース
4	5	6	7	8	9
りんごジュース	りんごジュース	りんごジュース	りんごジュース	りんごジュース	りんごジュース
さつまいもがゆ 玉ねぎ和え にんじんスープ フルーツ	キャベツがゆ かぼちゃ煮 豆腐スープ フルーツ	じゃがいもがゆ トマト煮 白菜スープ フルーツ	豆腐がゆ にんじん和え ほうれん草スープ フルーツ	にんじんがゆ マッシュポテト 玉ねぎスープ フルーツ	レタスがゆ 豆腐煮 もやしスープ フルーツ
初期 さつまいも 玉ねぎ 人参 中・後期 さつまいも 玉ねぎ 人参 鶏ささみ レタス	初期 キャベツ かぼちゃ 豆腐 中・後期 キャベツ かぼちゃ 豆腐 人参 パプリカ	初期 じゃがいも トマト 白菜 中・後期 じゃがいも トマト 白菜 玉ねぎ 鮭	初期 豆腐 人参 ほうれん草 中・後期 豆腐 人参 ほうれん草 キャベツ 鶏ささみ	初期 人参 ジャがいも 玉ねぎ 中・後期 人参 ジャがいも 玉ねぎ キャベツ かぼ	初期 レタス 豆腐 もやし 中・後期 レタス 豆腐 もやし 人参 ホッケ
お子様せんべい ジュース	ビスケット ジュース	ウエハース ジュース	ホーロ ジュース	マッシュポテト ジュース	お子様せんべい ジュース
11	12	13	14	15	16
りんごジュース	りんごジュース	りんごジュース	りんごジュース	りんごジュース	りんごジュース
ほうれん草がゆ もやし和え にんじんスープ フルーツ	アスパラがゆ 豆腐煮 チンゲン菜スープ フルーツ	玉ねぎがゆ にんじん和え キャベツスープ フルーツ	小松菜がゆ さつまいも煮 玉ねぎスープ フルーツ	キャベツがゆ 玉ねぎ和え 豆腐スープ フルーツ	にんじんがゆ キャベツ煮 ポテトスープ フルーツ
初期 ほうれん草 もやし 人参 中・後期 ほうれん草 もやし 人参 鶏ささみ わかめ	初期 アスパラ 豆腐 チンゲン菜 中・後期 アスパラ 豆腐 チンゲン菜 キャベツ ビーマン	初期 玉ねぎ 人参 キャベツ 中・後期 玉ねぎ 人参 キャベツ もやし 鶏肉	初期 小松菜 さつまいも 玉ねぎ 中・後期 小松菜 さつまいも 玉ねぎ キャベツ 鮭	初期 キャベツ 玉ねぎ 豆腐 中・後期 キャベツ 玉ねぎ 豆腐 人参 パプリカ	初期 人参 キャベツ ジャがいも 中・後期 人参 キャベツ ジャがいも 玉ねぎ 鮭
ビスケット ジュース	ウエハース ジュース	ホーロ ジュース	お子様せんべい ジュース	ヨーグルト ジュース	ウエハース ジュース
18	19	20	21	22	23
りんごジュース	りんごジュース	りんごジュース	春分の日	りんごジュース	りんごジュース
にんじんがゆ マッシュポテト 玉ねぎスープ フルーツ	ほうれん草がゆ 玉ねぎ煮 ポテトスープ フルーツ	ブロッコリーがゆ にんじん和え 豆腐スープ フルーツ		玉ねぎがゆ レタス煮 もやしスープ フルーツ	にんじんがゆ ほうれん草和え キャベツスープ フルーツ
初期 人参 ジャがいも 玉ねぎ 中・後期 人参 ジャがいも 玉ねぎ ビーマン そうめん	初期 ほうれん草 玉ねぎ ジャがいも 中・後期 ほうれん草 玉ねぎ ジャがいも 鶏ささみ 人参	初期 ブロッコリー 人参 豆腐 中・後期 ブロッコリー 人参 豆腐 ホッケ アスパラ		初期 玉ねぎ レタス もやし 中・後期 玉ねぎ レタス もやし ほうれん草 鶏肉	初期 人参 ほうれん草 キャベツ 中・後期 人参 ほうれん草 キャベツ 玉ねぎ 鮭
ビスケット ジュース	ホーロ ジュース	お子様せんべい ジュース		ビスケット ジュース	ウエハース ジュース
25	26	27	28	29	30
りんごジュース	りんごジュース	りんごジュース	りんごジュース	りんごジュース	りんごジュース
もやしがゆ キャベツ煮 にんじんスープ フルーツ	ほうれん草がゆ 玉ねぎ和え ポテトスープ フルーツ	じゃがいもがゆ いんげん煮 玉ねぎスープ フルーツ	玉ねぎがゆ もやし和え レタススープ フルーツ	トマトがゆ レタス和え 豆腐スープ フルーツ	にんじんがゆ マッシュポテト ブロッコリースープ フルーツ
初期 もやし キャベツ 人参 中・後期 もやし キャベツ 人参 玉ねぎ うどん	初期 ほうれん草 玉ねぎ ジャがいも 中・後期 ほうれん草 玉ねぎ ジャがいも 人参 鮭	初期 じゃがいも いんげん 玉ねぎ 中・後期 じゃがいも いんげん 玉ねぎ 人参 鶏ささみ	初期 玉ねぎ もやし レタス 中・後期 玉ねぎ もやし レタス パプリカ ホッケ	初期 トマト レタス 豆腐 中・後期 トマト レタス 豆腐 ジャがいも 鶏肉	初期 人参 ジャがいも ブロッコリー 中・後期 人参 ジャがいも ブロッコリー 玉ねぎ レタス
ホーロ ジュース	お子様せんべい ジュース	ビスケット ジュース	雑炊 ジュース	パンがゆ ジュース	ウエハース ジュース