



月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4
	※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。	即位の日	国民の休日	憲法記念日	みどりの日
6	7	8	9	10	11
	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
振替休日	ほうれん草がゆ もやし煮 そうめんスープ フルーツ	にんじんがゆ レタス和え さつまいもスープ フルーツ	豆腐がゆ 大根煮 小松菜スープ フルーツ	ブロッコリーがゆ キャベツ和え なすのスープ フルーツ	じゃがいもがゆ 玉ねぎ煮 レタススープ フルーツ
	初期 ほうれん草 もやし そうめん 中・後期 ほうれん草 もやし そうめん ピーマン 鶏肉	初期 人参 レタス さつまいも 中・後期 人参 レタス さつまいも 玉ねぎ 豚肉	初期 豆腐 大根 小松菜 中・後期 豆腐 大根 小松菜 人参 レタス	初期 ブロッコリー キャベツ なす 中・後期 ブロッコリー キャベツ なす もやし 鮭	初期 じゃがいも 玉ねぎ レタス 中・後期 じゃがいも 玉ねぎ レタス 人参 豚肉
	ボーロ ジュース	お子様せんべい ジュース	ビスケット ジュース	パンがゆ ジュース	ウエハース ジュース
13	14	15	16	17	18
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
玉ねぎがゆ レタス煮 にんじんスープ フルーツ	キャベツがゆ にんじん和え 豆腐スープ フルーツ	豆腐がゆ 白菜煮 ポテトスープ フルーツ	にんじんがゆ マッシュポテト 高野豆腐スープ フルーツ	もやしがゆ 豆腐和え 玉ねぎスープ フルーツ	レタスがゆ 玉ねぎ煮 じゃがいもスープ フルーツ
初期 玉ねぎ レタス 人参 中・後期 玉ねぎ レタス 人参 もやし 豚肉	初期 キャベツ 人参 豆腐 中・後期 キャベツ 人参 豆腐 玉ねぎ 鶏肉	初期 豆腐 白菜 じゃがいも 中・後期 豆腐 白菜 じゃがいも キャベツ 玉ねぎ	初期 人参 じゃがいも 高野豆腐 中・後期 人参 じゃがいも 高野豆腐 ピーマン 鮭	初期 もやし 豆腐 玉ねぎ 中・後期 もやし 豆腐 玉ねぎ 人参 鶏ささみ	初期 レタス 玉ねぎ じゃがいも 中・後期 レタス 玉ねぎ じゃがいも 人参 鶏肉
ボーロ ジュース	お子様せんべい ジュース	ウエハース ジュース	野菜スティック ジュース	ヨーグルト ジュース	ビスケット ジュース
20	21	22	23	24	25
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
じゃがいもがゆ ほうれん草煮 オニオンスープ フルーツ	大根がゆ にんじん和え レタススープ フルーツ	ほうれん草がゆ 玉ねぎ煮 にんじんスープ フルーツ	もやしがゆ レタス煮 大根スープ フルーツ	玉ねぎがゆ トマト和え キャベツスープ フルーツ	にんじんがゆ もやし煮 ポテトスープ フルーツ
初期 じゃがいも ほうれん草 玉ねぎ 中・後期 じゃがいも ほうれん草 玉ねぎ 人参 キャベツ	初期 大根 人参 レタス 中・後期 大根 人参 レタス もやし 豚肉	初期 ほうれん草 玉ねぎ 人参 中・後期 ほうれん草 玉ねぎ 人参 じゃがいも ホッケ	初期 もやし レタス 大根 中・後期 もやし レタス 大根 鶏肉 人参	初期 玉ねぎ トマト キャベツ 中・後期 玉ねぎ トマト キャベツ ブロッコリー 鶏肉	初期 人参 もやし じゃがいも 中・後期 人参 もやし じゃがいも 玉ねぎ 鶏肉
ボーロ ジュース	ビスケット ジュース	お子様せんべい ジュース	ウエハース ジュース	ボーロ ジュース	お子様せんべい ジュース
27	28	29	30	31	
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	(午前おやつ)
にんじんがゆ マッシュポテト もやしスープ フルーツ	玉ねぎがゆ 豆腐煮 レタススープ フルーツ	もやしがゆ 玉ねぎ和え キャベツスープ フルーツ	じゃがいもがゆ にんじん煮 玉ねぎスープ フルーツ	豆腐がゆ 小松菜和え 白菜スープ フルーツ	
初期 人参 じゃがいも もやし 中・後期 人参 じゃがいも もやし うどん 豚肉	初期 玉ねぎ 豆腐 レタス 中・後期 玉ねぎ 豆腐 レタス 人参 ホッケ	初期 もやし 玉ねぎ キャベツ 中・後期 もやし 玉ねぎ キャベツ トマト 鶏肉	初期 じゃがいも 人参 玉ねぎ 中・後期 じゃがいも 人参 玉ねぎ ほうれん草 鶏肉	初期 豆腐 小松菜 白菜 中・後期 豆腐 小松菜 白菜 もやし 玉ねぎ	(主な食材)
ビスケット ジュース	ウエハース ジュース	ボーロ ジュース	パンがゆ ジュース	お子様せんべい ジュース	(午後おやつ)