



月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4
	(午前おやつ)	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 ブロッコリー煮 人参スープ フルーツ	トマトがゆ 人参和え 大根スープ フルーツ	小松菜がゆ もやし煮 豆腐スープ フルーツ	レタスがゆ 豆腐煮 玉ねぎスープ フルーツ
	(主な食材)	初期 玉ねぎ ブロッコリー 人参 中・後期 玉ねぎ ブロッコリー 人参 レタス 豆腐	初期 トマト 人参 大根 中・後期 トマト 人参 大根 そうめん 鶏肉	初期 小松菜 もやし 豆腐 中・後期 小松菜 もやし 豆腐 鮭 きゅうり	初期 レタス 豆腐 玉ねぎ 中・後期 レタス 豆腐 玉ねぎ キャベツ 豚肉
	(午後おやつ)	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
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	りんごジュース
人参がゆ ほうれん草煮 高野豆腐スープ フルーツ	レタスがゆ トマト和え ポテトスープ フルーツ	ほうれん草がゆ 人参煮 豆腐スープ フルーツ	豆腐がゆ マッシュポテト わかめスープ フルーツ	ブロッコリーがゆ レタス煮 人参スープ フルーツ	じゃがいもがゆ 玉ねぎ和え ほうれん草スープ フルーツ
初期 人参 ほうれん草 高野豆腐 中・後期 人参 ほうれん草 高野豆腐 大根 玉ねぎ	初期 レタス トマト じゃがいも 中・後期 レタス トマト じゃがいも きゅうり 豚肉	初期 ほうれん草 人参 豆腐 中・後期 ほうれん草 人参 豆腐 わかめ ホッケ	初期 豆腐 じゃがいも わかめ 中・後期 豆腐 じゃがいも わかめ 小松菜 鶏ささみ	初期 ブロッコリー レタス 人参 中・後期 ブロッコリー レタス 人参 きゅうり 鶏肉	初期 じゃがいも 玉ねぎ ほうれん草 中・後期 じゃがいも 玉ねぎ ほうれん草 しらす 鶏ささみ
ビスケット ジュース	マッシュポテト 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	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 豆腐煮 ほうれん草スープ フルーツ	ブロッコリーがゆ 玉ねぎ和え レタススープ フルーツ	いんげんがゆ 小松菜煮 豆腐スープ フルーツ	豆腐がゆ 人参和え 麩のスープ フルーツ	じゃがいもがゆ もやし煮 人参スープ フルーツ	人参がゆ キャベツ和え 玉ねぎスープ フルーツ
初期 玉ねぎ 豆腐 ほうれん草 中・後期 玉ねぎ 豆腐 ほうれん草 キャベツ 人参	初期 ブロッコリー 玉ねぎ レタス 中・後期 ブロッコリー 玉ねぎ レタス きゅうり 鶏肉	初期 いんげん 小松菜 豆腐 中・後期 いんげん 小松菜 豆腐 玉ねぎ 人参	初期 豆腐 人参 ふ 中・後期 豆腐 人参 ふ レタス 鶏ささみ	初期 じゃがいも もやし 人参 中・後期 じゃがいも もやし 人参 鮭 玉ねぎ	初期 人参 キャベツ 玉ねぎ 中・後期 人参 キャベツ 玉ねぎ 豆腐 鶏肉
ビスケット ジュース	ヨーグルト ジュース	ホーロ ジュース	雑炊 ジュース	お子様せんべい ジュース	ウエハース 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	海の日	スポーツの日	りんごジュース
ほうれん草がゆ マッシュポテト 人参スープ フルーツ	人参がゆ ほうれん草煮 アスパラスープ フルーツ	キャベツがゆ 人参和え 大根スープ フルーツ			かぼちゃがゆ 玉ねぎ和え ブロッコリースープ フルーツ
初期 ほうれん草 じゃがいも 人参 中・後期 ほうれん草 じゃがいも 人参 ピーマン 鶏肉	初期 人参 ほうれん草 アスパラ 中・後期 人参 ほうれん草 アスパラ 玉ねぎ じゃがいも	初期 キャベツ 人参 大根 中・後期 キャベツ 人参 大根 レタス 豚肉			初期 かぼちゃ 玉ねぎ ブロッコリー 中・後期 かぼちゃ 玉ねぎ ブロッコリー パプリカ 人参
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
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	
レタスがゆ 人参煮 ポテトスープ フルーツ	人参がゆ マッシュポテト 玉ねぎスープ フルーツ	じゃがいもがゆ レタス和え もやしスープ フルーツ	もやしがゆ 豆腐煮 人参スープ フルーツ	豆腐がゆ ブロッコリー煮 レタススープ フルーツ	※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。
初期 レタス 人参 じゃがいも 中・後期 レタス 人参 じゃがいも きゅうり 豚肉	初期 人参 じゃがいも 玉ねぎ 中・後期 人参 じゃがいも 玉ねぎ 高野豆腐 鶏ささみ	初期 じゃがいも レタス もやし 中・後期 じゃがいも レタス もやし 玉ねぎ 人参	初期 もやし 豆腐 人参 中・後期 もやし 豆腐 人参 レタス ひき肉	初期 豆腐 ブロッコリー レタス 中・後期 豆腐 ブロッコリー レタス 板ふ ホッケ	
パンがゆ 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	ビスケット ジュース	