






月	火	水	木	金	土
2	3	4	5	6	7
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 キャベツ煮 豆腐スープ フルーツ	文化の日	ほうれん草がゆ マッシュポテト もやしスープ フルーツ	人参がゆ 玉ねぎ煮 ポテトスープ フルーツ	豆腐がゆ レタス和え 人参スープ フルーツ	小松菜がゆ 豆腐煮 玉ねぎスープ フルーツ
初期 玉ねぎ キャベツ 豆腐 中・後期 玉ねぎ キャベツ 豆腐 ほうれん草 人参		初期 ほうれん草 じゃがいも もやし 中・後期 ほうれん草 じゃがいも もやし レタス ホック	初期 人参 玉ねぎ じゃがいも 中・後期 人参 玉ねぎ じゃがいも なす わかめ	初期 豆腐 レタス 人参 中・後期 豆腐 レタス 人参 もやし 鶏肉	初期 小松菜 豆腐 玉ねぎ 中・後期 小松菜 豆腐 玉ねぎ 大根 じゃがいも
ウエハース ジュース		ポーロ ジュース	ビスケット ジュース	ウエハース ジュース	お子様せんべい ジュース
9	10	11	12	13	14
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
キャベツがゆ もやし煮 人参スープ フルーツ	トマトがゆ 白和え ほうれん草スープ フルーツ	人参がゆ 玉ねぎ煮 豆腐スープ フルーツ	豆腐がゆ かぼちゃ煮 ブロッコリースープ フルーツ	玉ねぎがゆ キャベツ和え 大根スープ フルーツ	じゃがいもがゆ ブロッコリー煮 レタススープ フルーツ
初期 キャベツ もやし 人参 中・後期 キャベツ もやし 人参 麩 そうめん	初期 トマト 豆腐 ほうれん草 中・後期 トマト 豆腐 ほうれん草 人参 鶏ささみ	初期 人参 玉ねぎ 豆腐 中・後期 人参 玉ねぎ 豆腐 ピーマン 鶏肉	初期 豆腐 かぼちゃ ブロッコリー 中・後期 豆腐 かぼちゃ ブロッコリー わかめ 鮭	初期 玉ねぎ キャベツ 大根 中・後期 玉ねぎ キャベツ 大根 人参 豆腐	初期 じゃがいも ブロッコリー レタス 中・後期 じゃがいも ブロッコリー レタス 人参 鶏肉
ポーロ ジュース	さつまいも煮 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	ポーロ ジュース
16	17	18	19	20	21
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 もやし煮 わかめスープ フルーツ	豆腐がゆ 人参和え キャベツスープ フルーツ	もやしがゆ ほうれん草煮 豆腐スープ フルーツ	人参がゆ 豆腐和え 玉ねぎスープ フルーツ	玉ねぎがゆ じゃがいも和え レタススープ フルーツ	わかめがゆ 玉ねぎ煮 ほうれん草スープ フルーツ
初期 ほうれん草 もやし わかめ 中・後期 ほうれん草 もやし わかめ 人参 豚肉	初期 豆腐 人参 キャベツ 中・後期 豆腐 人参 キャベツ じゃがいも 豚肉	初期 もやし ほうれん草 豆腐 中・後期 もやし ほうれん草 豆腐 人参 ホック	初期 人参 豆腐 玉ねぎ 中・後期 人参 豆腐 玉ねぎ じゃがいも ピーマン	初期 玉ねぎ じゃがいも レタス 中・後期 玉ねぎ じゃがいも レタス 人参 鶏ささ身	初期 わかめ 玉ねぎ ほうれん草 中・後期 わかめ 玉ねぎ ほうれん草 豆腐 鶏肉
お子様せんべい ジュース	ウエハース ジュース	雑炊 ジュース	ビスケット ジュース	ポーロ ジュース	お子様せんべい ジュース
23	24	25	26	27	28
勤労感謝の日	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 麩のスープ フルーツ	白菜がゆ 人参和え 豆腐スープ フルーツ	キャベツがゆ さつまいも煮 人参スープ フルーツ	豆腐がゆ キャベツ和え 大根スープ フルーツ	じゃがいもがゆ もやし煮 玉ねぎスープ フルーツ
	初期 玉ねぎ 豆腐 麩 中・後期 玉ねぎ 豆腐 麩 人参 キャベツ	初期 白菜 人参 豆腐 中・後期 白菜 人参 豆腐 いんげん 豚肉	初期 キャベツ さつまいも 人参 中・後期 キャベツ さつまいも 人参 玉ねぎ 鮭	初期 豆腐 キャベツ 大根 中・後期 豆腐 キャベツ 大根 人参 鶏肉	初期 じゃがいも もやし 玉ねぎ 中・後期 じゃがいも もやし 玉ねぎ 人参 キャベツ
	ビスケット ジュース	ウエハース ジュース	ヨーグルト ジュース	パンがゆ ジュース	ポーロ ジュース
30					
りんごジュース	(午前おやつ)				
人参がゆ キャベツ煮 高野豆腐スープ 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 人参 キャベツ 高野豆腐 中・後期 人参 キャベツ 高野豆腐 ほうれん草 玉ねぎ	(主な食材)				
お子様せんべい ジュース	(午後おやつ)				