



月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6
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
大根がゆ 人参煮 ポテトスープ フルーツ	豆腐がゆ ほうれん草和え 大根スープ フルーツ	文化の日	小松菜がゆ 豆腐煮 人参スープ フルーツ	人参がゆ さつまいも煮 白菜スープ フルーツ	玉ねぎがゆ レタス和え なすのスープ フルーツ
初期 大根 人参 ジャがいも 中・後期 大根 人参 ジャがいも いんげん 鶏肉 ポーロ	初期 豆腐 ほうれん草 大根 中・後期 豆腐 ほうれん草 大根 人参 キャベツ ビスケット ジュース		初期 小松菜 豆腐 人参 中・後期 小松菜 豆腐 人参 レタス 鮭 ウエハース ジュース	初期 人参 さつまいも 白菜 中・後期 人参 さつまいも 白菜 豆腐 豚肉 ポーロ ジュース	初期 玉ねぎ レタス なす 中・後期 玉ねぎ レタス なす 人参 鶏肉 ビスケット ジュース
8	9	10	11	12	13
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 豆腐煮 さつまいもスープ フルーツ	白菜がゆ 大根和え 豆腐スープ フルーツ	トマトがゆ マッシュポテト キャベツスープ フルーツ	玉ねぎがゆ 白菜煮 人参スープ フルーツ	ほうれん草がゆ 人参和え もやしスープ フルーツ	さつまいもがゆ ブロッコリー煮 玉ねぎスープ フルーツ
初期 人参 豆腐 さつまいも 中・後期 人参 豆腐 さつまいも 玉ねぎ 鶏ささみ お子様せんべい ジュース	初期 白菜 大根 豆腐 中・後期 白菜 大根 豆腐 人参 豚肉 雑炊 ジュース	初期 トマト ジャがいも キャベツ 中・後期 トマト ジャがいも キャベツ 豆腐 いんげん ウエハース ジュース	初期 玉ねぎ 白菜 人参 中・後期 玉ねぎ 白菜 人参 豆腐 鶏肉 ポーロ ジュース	初期 ほうれん草 人参 もやし 中・後期 ほうれん草 人参 もやし レタス ホッケ マッシュポテト ジュース	初期 さつまいも ブロッコリー 玉ねぎ 中・後期 さつまいも ブロッコリー 玉ねぎ 人参 鶏肉 お子様せんべい ジュース
15	16	17	18	19	20
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
しらすがゆ ほうれん草煮 人参スープ フルーツ	玉ねぎがゆ 豆腐和え ポテトスープ フルーツ	もやしがゆ 玉ねぎ煮 ブロッコリースープ フルーツ	人参がゆ マッシュポテト キャベツスープ フルーツ	豆腐がゆ 人参煮 もやしスープ フルーツ	白菜がゆ レタス煮 豆腐スープ フルーツ
初期 しらす干し ほうれん草 人参 中・後期 しらす干し ほうれん草 人参 もやし ジャがいも ビスケット ジュース	初期 玉ねぎ 豆腐 ジャがいも 中・後期 玉ねぎ 豆腐 ジャがいも キャベツ 鮭 ウエハース ジュース	初期 もやし 玉ねぎ ブロッコリー 中・後期 もやし 玉ねぎ ブロッコリー 豆腐 人参 ポーロ ジュース	初期 人参 ジャがいも キャベツ 中・後期 人参 ジャがいも キャベツ 玉ねぎ 豚肉 ヨーグルト ジュース	初期 豆腐 人参 もやし 中・後期 豆腐 人参 もやし いんげん 鶏肉 お子様せんべい ジュース	初期 白菜 レタス 豆腐 中・後期 白菜 レタス 豆腐 人参 鶏ささみ ビスケット ジュース
22	23	24	25	26	27
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 人参煮 うどんのやわらか煮 フルーツ	勤労感謝の日	かぼちゃがゆ 白菜煮 豆腐スープ フルーツ	大根がゆ マッシュポテト 人参スープ フルーツ	いんげんがゆ かぼちゃ煮 ブロッコリースープ フルーツ	玉ねぎがゆ レタス和え ポテトスープ フルーツ
初期 ほうれん草 人参 うどん 中・後期 ほうれん草 人参 うどん 玉ねぎ 鶏肉 パンがゆ ジュース		初期 かぼちゃ 白菜 豆腐 中・後期 かぼちゃ 白菜 豆腐 大根 ホッケ ウエハース ジュース	初期 大根 ジャがいも 人参 中・後期 大根 ジャがいも 人参 豆腐 キャベツ ビスケット ジュース	初期 いんげん かぼちゃ ブロッコリー 中・後期 いんげん かぼちゃ ブロッコリー 豚肉 鮭 ポーロ ジュース	初期 玉ねぎ レタス ジャがいも 中・後期 玉ねぎ レタス ジャがいも 人参 ブロッコリー お子様せんべい ジュース
29	30				
りんごジュース	りんごジュース	(午前おやつ)			
キャベツがゆ もやし煮 豆腐スープ フルーツ	トマトがゆ 高野豆腐煮 ほうれん草スープ 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 キャベツ もやし 豆腐 中・後期 キャベツ もやし 豆腐 人参 豚肉 ビスケット ジュース	初期 トマト 高野豆腐 ほうれん草 中・後期 トマト 高野豆腐 ほうれん草 人参 鶏肉 ウエハース ジュース	(主な食材)			
		(午後おやつ)			

