



月	火	水	木	金	土
			1	2	3
		(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
			小松菜がゆ 玉ねぎ和え 人参スープ フルーツ	人参がゆ 豆腐煮 ほうれん草スープ フルーツ	玉ねぎがゆ 大根煮 小松菜スープ フルーツ
		(主な食材)	初期 小松菜 玉ねぎ 人参 中・後期 小松菜 玉ねぎ 人参 キャベツ ホッケ	初期 人参 豆腐 ほうれん草 中・後期 人参 豆腐 ほうれん草 玉ねぎ 鶏肉	初期 玉ねぎ 大根 小松菜 中・後期 玉ねぎ 大根 小松菜 豆腐 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	ポーロ ジュース
5	6	7	8	9	10
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
豆腐がゆ 人参煮 小松菜スープ フルーツ	玉ねぎがゆ ほうれん草煮 大根スープ フルーツ	ブロッコリーがゆ もやし和え 人参スープ フルーツ	大根がゆ ブロッコリー煮 豆腐スープ フルーツ	人参がゆ マッシュポテト もやしスープ フルーツ	しらすがゆ 玉ねぎ和え ポテトスープ フルーツ
初期 豆腐 人参 小松菜 中・後期 豆腐 人参 小松菜 もやし 鶏ささみ お子様せんべい ジュース	初期 玉ねぎ ほうれん草 大根 中・後期 玉ねぎ ほうれん草 大根 パンがゆ ジュース	初期 ブロッコリー もやし 人参 中・後期 ブロッコリー もやし 人参 キャベツ 鮭 ビスケット ジュース	初期 大根 ブロッコリー 豆腐 中・後期 大根 ブロッコリー 豆腐 玉ねぎ ひき肉 ウエハース ジュース	初期 人参 ジャがいも もやし 中・後期 人参 ジャがいも もやし キャベツ 豚肉 ポーロ ジュース	初期 しらす干し 玉ねぎ ジャがいも 中・後期 しらす干し 玉ねぎ ジャがいも 人参 ほうれん草 お子様せんべい ジュース
12	13	14	15	16	17
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 しらす和え 人参スープ フルーツ	豆腐がゆ 小松菜煮 玉ねぎスープ フルーツ	白菜がゆ 玉ねぎ和え なすスープ フルーツ	キャベツがゆ ブロッコリー煮 豆腐スープ フルーツ	チンゲン菜がゆ マッシュポテト 大根スープ フルーツ	人参がゆ 豆腐煮 チンゲン菜スープ フルーツ
初期 ほうれん草 しらす干し 人参 中・後期 ほうれん草 しらす干し 人参 キャベツ 鶏肉 ビスケット ジュース	初期 豆腐 小松菜 玉ねぎ 中・後期 豆腐 小松菜 玉ねぎ 人参 ホッケ ウエハース ジュース	初期 白菜 玉ねぎ なす 中・後期 白菜 玉ねぎ なす 豆腐 もやし ポーロ ジュース	初期 キャベツ ブロッコリー 豆腐 中・後期 キャベツ ブロッコリー 豆腐 人参 鶏肉 雑炊 ジュース	初期 チンゲン菜 ジャがいも 大根 中・後期 チンゲン菜 ジャがいも 大根 人参 豚肉 お子様せんべい ジュース	初期 人参 豆腐 チンゲン菜 中・後期 人参 豆腐 チンゲン菜 玉ねぎ 豚肉 ビスケット ジュース
19	20	21	22	23	24
	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
敬老の日	キャベツがゆ 人参煮 豆腐スープ フルーツ	人参がゆ 大根煮 チンゲン菜スープ フルーツ	じゃがいもがゆ 玉ねぎ和え 人参スープ フルーツ	秋分の日	玉ねぎがゆ さつまいも煮 レタススープ フルーツ
	初期 キャベツ 人参 豆腐 中・後期 キャベツ 人参 豆腐 玉ねぎ 豚肉 ウエハース ジュース	初期 人参 大根 チンゲン菜 中・後期 人参 大根 チンゲン菜 ピーマン 鶏肉 ポーロ ジュース	初期 じゃがいも 玉ねぎ 人参 中・後期 じゃがいも 玉ねぎ 人参 レタス ひき肉 お子様せんべい ジュース		初期 玉ねぎ さつまいも レタス 中・後期 玉ねぎ さつまいも レタス ブロッコリー 鶏肉 パンがゆ ジュース
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	
ほうれん草がゆ 人参煮 玉ねぎスープ フルーツ	トマトがゆ 大根和え 豆腐スープ フルーツ	豆腐がゆ もやし煮 人参スープ 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	玉ねぎがゆ ほうれん草煮 さつまいもスープ フルーツ	<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>
初期 ほうれん草 人参 玉ねぎ 中・後期 ほうれん草 人参 玉ねぎ ブロッコリー 鶏肉 ビスケット ジュース	初期 トマト 大根 豆腐 中・後期 トマト 大根 豆腐 人参 鶏ささみ ヨーグルト ジュース	初期 豆腐 もやし 人参 中・後期 豆腐 もやし 人参 玉ねぎ ピーマン ウエハース 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 豆腐 豚肉 さつまいも煮 ジュース	初期 玉ねぎ ほうれん草 さつまいも 中・後期 玉ねぎ ほうれん草 さつまいも 豆腐 鮭 ポーロ ジュース	