



月	火 1	水 2	木 3	金 4	土 5
				りんごジュース	りんごジュース
			○ ○ ○ ○	玉ねぎがゆ 小松菜和え 豆腐スープ フルーツ	トマトがゆ 人参煮 もやしスープ フルーツ
				初期 玉ねぎ 小松菜 豆腐 中・後期 玉ねぎ 小松菜 豆腐 人参 もやし	初期 トマト 人参 もやし 中・後期 トマト 人参 もやし レタス ホッケ
				お子様せんべい ジュース	パンがゆ 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
成人の日	ほうれん草がゆ マッシュボテト 玉ねぎスープ フルーツ	トマトがゆ チンゲン菜煮 豆腐スープ フルーツ	豆腐がゆ ほうれん草煮 プロッコリースープ フルーツ	キャベツがゆ 豆腐和え 人参スープ フルーツ	人参がゆ 玉ねぎ煮 ボテトスープ フルーツ
	初期 ほうれん草 ジャガイモ にねぎ 中・後期 ほうれん草 ジャガイモ にねぎ 人参 鶏肉	初期 トマト チンゲン菜 豆腐 中・後期 トマト チンゲン菜 豆腐 人参 しらす干し	初期 ほうれん草 プロッコリー 中・後期 ほうれん草 プロッコリー 人参 鮭	初期 キャベツ 豆腐 人参 中・後期 キャベツ 豆腐 人参 かぶ 豚肉	初期 人参 玉ねぎ ジャガイモ 中・後期 人参 玉ねぎ ジャガイモ レタス プロッコリー
	ウエハース ジュース	ヨーグルト ジュース	ホーロ ジュース	りんご煮 ジュース	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
玉ねぎがゆ いんげん煮 うどんのやわらか煮 フルーツ	人参がゆ マッシュボテト 豆腐スープ フルーツ	豆腐がゆ もやし煮 小松菜スープ フルーツ	白菜がゆ 玉ねぎ和え 人参スープ フルーツ	いんげんがゆ 人参煮 プロッコリースープ フルーツ	じゃがいもがゆ 豆腐和え 玉ねぎスープ フルーツ
初期 玉ねぎ いんげん うどん 中・後期 玉ねぎ いんげん うどん 人参 鶏肉	初期 人参 ジャガイモ 豆腐 中・後期 人参 ジャガイモ 豆腐 玉ねぎ ピーマン	初期 豆腐 もやし 小松菜 中・後期 豆腐 もやし 小松菜 人参 ホッケ	初期 白菜 玉ねぎ 人参 中・後期 白菜 玉ねぎ 人参 ひき肉 ジャガイモ	初期 いんげん 人参 プロッコリー 中・後期 いんげん 人参 プロッコリー レタス 豚肉	初期 じゃがいも 豆腐 玉ねぎ 中・後期 じゃがいも 豆腐 玉ねぎ キャベツ 鶏肉
ピスケット ジュース	ウエハース ジュース	ホーロ ジュース	ピスケット ジュース	お子様せんべい ジュース	ウエハース ジュース
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	りんごジュース
キャベツがゆ 人参煮 そうめんスープ フルーツ	人参がゆ 玉ねぎ和え キャベツスープ フルーツ	豆腐がゆ ほうれん草煮 玉ねぎスープ フルーツ	玉ねぎがゆ 高野豆腐煮 ほうれん草スープ フルーツ	ほうれん草がゆ 豆腐和え 人参スープ フルーツ	じゃがいもがゆ キャベツ煮 小松菜スープ フルーツ
初期 キャベツ 人参 そうめん 中・後期 キャベツ 人参 そうめん 鶏肉 玉ねぎ	初期 人参 玉ねぎ キャベツ 中・後期 人参 玉ねぎ キャベツ レタス 豚肉	初期 豆腐 ほうれん草 玉ねぎ 中・後期 豆腐 ほうれん草 玉ねぎ 人参 鶏肉	初期 にねぎ 高野豆腐 ほうれん草 中・後期 にねぎ 高野豆腐 ほうれん草 もやし 鮭	初期 ほうれん草 豆腐 人参 中・後期 ほうれん草 豆腐 人参 パプリカ ひき肉	初期 じゃがいも キャベツ 小松菜 中・後期 じゃがいも キャベツ 小松菜 人参 鶏肉
ピスケット ジュース	ホーロ ジュース	お子様せんべい ジュース	にんじんパンケーキ ジュース	パンがゆ ジュース	ウエハース ジュース
29	30	31	(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	(午前おやつ)		
玉ねぎがゆ 人参煮 豆腐スープ フルーツ	プロッコリーがゆ 豆腐和え もやしスープ フルーツ	ほうれん草がゆ 大根煮 ボテトスープ 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 玉ねぎ 人参 豆腐 中・後期 玉ねぎ 人参 豆腐 キャベツ 豚肉	初期 プロッコリー 豆腐 もやし 中・後期 プロッコリー 豆腐 もやし 人参 ホッケ	初期 ほうれん草 大根 ジャガイモ 中・後期 ほうれん草 大根 ジャガイモ キャベツ 玉ねぎ	(主な食材)		
ホーロ ジュース	お子様せんべい ジュース	さつまいも煮 ジュース	(午後おやつ)		