



月	火	水	木	金	土
(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	りんごジュース
	トマトがゆ キャベツ煮 豆腐スープ フルーツ	豆腐がゆ 小松菜和え もやしスープ フルーツ	大根がゆ かぼちゃ煮 玉ねぎスープ フルーツ	玉ねぎがゆ 豆腐和え ほうれん草スープ フルーツ	ほうれん草がゆ 人参煮 そうめんスープ フルーツ
(主な食材)	初期 トマト キャベツ 豆腐 中・後期 トマト キャベツ 豆腐 人参 鶏肉	初期 豆腐 小松菜 もやし 中・後期 豆腐 小松菜 もやし 人参 いんげん	初期 大根 かぼちゃ 玉ねぎ 中・後期 大根 かぼちゃ 玉ねぎ 人参 ホッケ	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 人参 鶏肉	初期 ほうれん草 人参 そうめん 中・後期 ほうれん草 人参 そうめん 玉ねぎ 鶏肉
(午後おやつ)	かぼちゃ煮 ジュース	ポーロ ジュース	お子様せんべい ジュース	ビスケット ジュース	ウエハース ジュース
7	8	9	10	11	12
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 マッシュポテト レタススープ フルーツ	レタスがゆ ブロッコリー煮 豆腐スープ フルーツ	ほうれん草がゆ もやし和え 人参スープ フルーツ	しらすがゆ チンゲン菜煮 ポテトスープ フルーツ	トマトがゆ ほうれん草和え 玉ねぎスープ フルーツ	キャベツがゆ 人参煮 もやしスープ フルーツ
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 ピーマン ひき肉	初期 レタス ブロッコリー 豆腐 中・後期 レタス ブロッコリー 豆腐 玉ねぎ 豚肉	初期 ほうれん草 もやし 人参 中・後期 ほうれん草 もやし 人参 キャベツ 鮭	初期 しらす チンゲン菜 じゃがいも 中・後期 しらす チンゲン菜 じゃがいも パプリカ 鶏肉	初期 トマト ほうれん草 玉ねぎ 中・後期 トマト ほうれん草 玉ねぎ 大根 ひき肉	初期 キャベツ 人参 もやし 中・後期 キャベツ 人参 もやし ほうれん草 鶏ささみ
ポーロ ジュース	お子様せんべい ジュース	ビスケット ジュース	ウエハース ジュース	りんご煮 ジュース	ポーロ ジュース
14	15	16	17	18	19
	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
スポーツの日	玉ねぎがゆ かぼちゃ煮 もやしスープ フルーツ	小松菜がゆ マッシュポテト 豆腐スープ フルーツ	キャベツがゆ もやし和え 人参スープ フルーツ	ブロッコリーがゆ 豆腐煮 白菜スープ フルーツ	ほうれん草がゆ 人参和え 大根スープ フルーツ
	初期 玉ねぎ かぼちゃ もやし 中・後期 玉ねぎ かぼちゃ もやし キャベツ 豚肉	初期 小松菜 じゃがいも 豆腐 中・後期 小松菜 じゃがいも 豆腐 玉ねぎ 人参	初期 キャベツ もやし 人参 中・後期 キャベツ もやし 人参 ピーマン 豚肉	初期 ブロッコリー 豆腐 白菜 中・後期 ブロッコリー 豆腐 白菜 人参 ホッケ	初期 ほうれん草 人参 大根 中・後期 ほうれん草 人参 大根 玉ねぎ ひき肉
	お子様せんべい ジュース	ビスケット ジュース	ヨーグルト ジュース	ざつまいも煮 ジュース	ウエハース ジュース
21	22	23	24	25	26
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
白菜がゆ 人参煮 ほうれん草スープ フルーツ	キャベツがゆ 玉ねぎ和え 人参スープ フルーツ	豆腐がゆ トマト煮 小松菜スープ フルーツ	玉ねぎがゆ マッシュポテト 高野豆腐スープ フルーツ	人参がゆ 白菜煮 豆腐スープ フルーツ	じゃがいもがゆ キャベツ和え うどんのやわらか煮 フルーツ
初期 白菜 人参 ほうれん草 中・後期 白菜 人参 ほうれん草 玉ねぎ 鶏肉	初期 キャベツ 玉ねぎ 人参 中・後期 キャベツ 玉ねぎ 人参 じゃがいも 鮭	初期 豆腐 トマト 小松菜 中・後期 豆腐 トマト 小松菜 ブロッコリー 人参	初期 玉ねぎ じゃがいも 高野豆腐 中・後期 玉ねぎ じゃがいも 高野豆腐 ピーマン 豚肉	初期 人参 白菜 豆腐 中・後期 人参 白菜 豆腐 玉ねぎ ひき肉	初期 じゃがいも キャベツ うどん 中・後期 じゃがいも キャベツ うどん 人参 鶏肉
ビスケット ジュース	ポーロ ジュース	雑炊 ジュース	お子様せんべい ジュース	ざつまいも煮 ジュース	ウエハース ジュース
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		
人参がゆ ざつまいも煮 ブロッコリースープ フルーツ	キャベツがゆ レタス和え ポテトスープ フルーツ	かぼちゃがゆ 人参煮 レタススープ フルーツ	玉ねぎがゆ 小松菜和え かぼちゃスープ 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 さつまいも ブロッコリー 中・後期 人参 さつまいも ブロッコリー 玉ねぎ 鶏肉	初期 キャベツ レタス じゃがいも 中・後期 キャベツ レタス じゃがいも 豆腐 豚肉	初期 かぼちゃ 人参 レタス 中・後期 かぼちゃ 人参 レタス ブロッコリー 豚肉	初期 玉ねぎ 小松菜 かぼちゃ 中・後期 玉ねぎ 小松菜 かぼちゃ 人参 ひき肉		
ポーロ ジュース	お子様せんべい ジュース	ビスケット ジュース	ウエハース ジュース		