



月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4
	(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
		ほうれん草がゆ 人参和え ポテトスープ フルーツ	キャベツがゆ 豆腐煮 かぼちゃスープ フルーツ	豆腐がゆ 玉ねぎ和え もやしスープ フルーツ	じゃがいもがゆ キャベツ煮 玉ねぎスープ フルーツ
	(主な食材)	初期 ほうれん草 人参 ジャがいも 中・後期 ほうれん草 人参 ジャがいも 豆腐 鮭	初期 キャベツ 豆腐 かぼちゃ 中・後期 キャベツ 豆腐 かぼちゃ 人参 鶏肉	初期 豆腐 玉ねぎ もやし 中・後期 豆腐 玉ねぎ もやし レタス 鶏ささみ	初期 ジャがいも キャベツ 玉ねぎ 中・後期 ジャがいも キャベツ 玉ねぎ 豆腐 豚肉
	(午後おやつ)	お子様せんべい ジュース	ポーロ ジュース	ウエハース ジュース	ビスケット ジュース
6	7	8	9	10	11
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 トマト和え もやしスープ フルーツ	小松菜がゆ 豆腐煮 玉ねぎスープ フルーツ	キャベツがゆ 人参和え 豆腐スープ フルーツ	豆腐がゆ ブロッコリー煮 大根スープ フルーツ	白菜がゆ もやし和え 人参スープ フルーツ	人参がゆ キャベツ煮 トマトスープ フルーツ
初期 玉ねぎ トマト もやし 中・後期 玉ねぎ トマト もやし ブロッコリー 豚肉	初期 小松菜 豆腐 玉ねぎ 中・後期 小松菜 豆腐 玉ねぎ レタス ホッケ	初期 キャベツ 人参 豆腐 中・後期 キャベツ 人参 豆腐 玉ねぎ ひき肉	初期 豆腐 ブロッコリー 大根 中・後期 豆腐 ブロッコリー 大根 ジャがいも 鶏ささみ	初期 白菜 もやし 人参 中・後期 白菜 もやし 人参 ほうれん草 ひき肉	初期 人参 キャベツ トマト 中・後期 人参 キャベツ トマト 豆腐 豚肉
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	パンがゆ ジュース	ポーロ ジュース
13	14	15	16	17	18
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 もやし和え ポテトスープ フルーツ	ほうれん草がゆ 人参煮 豆腐スープ フルーツ	豆腐がゆ マッシュポテト 人参スープ フルーツ	トマトがゆ 豆腐煮 キャベツスープ フルーツ	じゃがいもがゆ キャベツ和え 玉ねぎスープ フルーツ	ブロッコリーがゆ レタス煮 トマトスープ フルーツ
初期 人参 もやし ジャがいも 中・後期 人参 もやし ジャがいも キャベツ 玉ねぎ	初期 ほうれん草 人参 豆腐 中・後期 ほうれん草 人参 豆腐 ひき肉 玉ねぎ	初期 豆腐 ジャがいも 人参 中・後期 豆腐 ジャがいも 人参 いんげん 豚肉	初期 トマト 豆腐 キャベツ 中・後期 トマト 豆腐 キャベツ 玉ねぎ 鮭	初期 ジャがいも キャベツ 玉ねぎ 中・後期 ジャがいも キャベツ 玉ねぎ 豆腐 豚肉	初期 ブロッコリー レタス トマト 中・後期 ブロッコリー レタス トマト 豆腐 鶏肉
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	ヨーグルト ジュース	パンがゆ ジュース	ポーロ ジュース
20	21	22	23	24	25
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 大根煮 白菜スープ フルーツ	キャベツがゆ さつまいも和え 人参スープ フルーツ	玉ねぎがゆ マッシュポテト 豆腐スープ フルーツ	レタスがゆ 人参煮 玉ねぎスープ フルーツ	ブロッコリーがゆ レタス煮 ポテトスープ フルーツ	豆腐がゆ ブロッコリー煮 小松菜スープ フルーツ
初期 人参 大根 白菜 中・後期 人参 大根 白菜 玉ねぎ 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 大根 鶏肉	初期 玉ねぎ ジャがいも 豆腐 中・後期 玉ねぎ ジャがいも 豆腐 人参 鶏ささみ	初期 レタス 人参 玉ねぎ 中・後期 レタス 人参 玉ねぎ 豚肉 ブロッコリー	初期 ブロッコリー レタス ジャがいも 中・後期 ブロッコリー レタス ジャがいも 人参 鶏肉	初期 豆腐 ブロッコリー 小松菜 中・後期 豆腐 ブロッコリー 小松菜 人参 ホッケ
お子様せんべい ジュース	雑炊 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	お子様せんべい ジュース
27	28	29	30		
りんごジュース	りんごジュース	昭和の日	りんごジュース		
玉ねぎがゆ キャベツ和え ポテトスープ フルーツ	キャベツがゆ 人参煮 豆腐スープ フルーツ		ほうれん草がゆ マッシュポテト 人参スープ 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 キャベツ ジャがいも 中・後期 玉ねぎ キャベツ ジャがいも もやし 人参	初期 キャベツ 人参 豆腐 中・後期 キャベツ 人参 豆腐 ほうれん草 豚肉		初期 ほうれん草 ジャがいも 人参 中・後期 ほうれん草 ジャがいも 人参 豆腐 しらす干し		
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		