



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
<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>		もやしがゆ 人参煮 豆腐スープ フルーツ	小松菜がゆ 豆腐和え 大根スープ フルーツ	レタスがゆ 大根煮 人参スープ フルーツ	トマトがゆ しらす和え ほうれん草スープ フルーツ
	(主な食材)	初期 もやし 人参 豆腐 中・後期 もやし 人参 豆腐 ピーマン 鮭	初期 小松菜 豆腐 大根 中・後期 小松菜 豆腐 大根 パプリカ 豚肉	初期 レタス 大根 人参 中・後期 レタス 大根 人参 玉ねぎ 鶏肉	初期 トマト しらす干し ほうれん草 中・後期 トマト しらす干し ほうれん草 豆腐 鶏ささみ
	(午後おやつ)	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	ホーロ 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
なすがゆ 人参煮 玉ねぎスープ フルーツ	トマトがゆ マッシュポテト そうめんスープ フルーツ	キャベツがゆ 玉ねぎ和え ポテトスープ フルーツ	豆腐がゆ 大根煮 人参スープ フルーツ	ほうれん草がゆ ブロッコリー和え 豆腐スープ フルーツ	ブロッコリーがゆ 豆腐煮 もやしスープ フルーツ
初期 なす 人参 玉ねぎ 中・後期 なす 人参 玉ねぎ ピーマン 豚肉	初期 トマト じゃがいも そうめん 中・後期 トマト じゃがいも そうめん 玉ねぎ ひき肉	初期 キャベツ 玉ねぎ じゃがいも 中・後期 キャベツ 玉ねぎ じゃがいも 人参 かぶ	初期 豆腐 大根 人参 中・後期 豆腐 大根 人参 玉ねぎ 豚肉	初期 ほうれん草 ブロッコリー 豆腐 中・後期 ほうれん草 ブロッコリー 豆腐 ひき肉 人参	初期 ブロッコリー 豆腐 もやし 中・後期 ブロッコリー 豆腐 もやし 人参 ホッケ
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	蒸しケーキ ジュース	パンがゆ ジュース	ホーロ 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
しらすがゆ マッシュポテト キャベツスープ フルーツ	人参がゆ 高野豆腐煮 ポテトスープ フルーツ	玉ねぎがゆ 人参和え 豆腐スープ フルーツ	ほうれん草がゆ 玉ねぎ煮 人参スープ フルーツ	豆腐がゆ キャベツ和え 玉ねぎスープ フルーツ	じゃがいもがゆ 豆腐煮 トマトスープ フルーツ
初期 しらす干し じゃがいも キャベツ 中・後期 しらす干し じゃがいも キャベツ 人参 豚肉	初期 人参 高野豆腐 じゃがいも 中・後期 人参 高野豆腐 じゃがいも ほうれん草 鮭	初期 玉ねぎ 人参 豆腐 中・後期 玉ねぎ 人参 豆腐 キャベツ ひき肉	初期 ほうれん草 玉ねぎ 人参 中・後期 ほうれん草 玉ねぎ 人参 じゃがいも 豚肉	初期 豆腐 キャベツ 玉ねぎ 中・後期 豆腐 キャベツ 玉ねぎ 人参 ひき肉	初期 じゃがいも 豆腐 トマト 中・後期 じゃがいも 豆腐 トマト 人参 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	ホーロ ジュース	お子様せんべい ジュース	ビスケット ジュース
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
海の日	玉ねぎがゆ マッシュポテト 豆腐スープ フルーツ	キャベツがゆ トマト煮 かぶのスープ フルーツ	ほうれん草がゆ 人参和え 玉ねぎスープ フルーツ	人参がゆ もやし煮 そうめんスープ フルーツ	じゃがいもがゆ キャベツ和え 人参スープ フルーツ
	初期 玉ねぎ じゃがいも 豆腐 中・後期 玉ねぎ じゃがいも 豆腐 わかめ 鶏肉	初期 キャベツ トマト かぶ 中・後期 キャベツ トマト かぶ 人参 鶏むね肉	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 じゃがいも ホッケ	初期 人参 もやし そうめん 中・後期 人参 もやし そうめん 玉ねぎ 鶏肉	初期 じゃがいも キャベツ 人参 中・後期 じゃがいも キャベツ 人参 ほうれん草 豚肉
	ウエハース ジュース	雑炊 ジュース	ホーロ ジュース	お子様せんべい ジュース	ビスケット ジュース
27	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	りんごジュース	
玉ねぎがゆ かぼちゃ煮 もやしスープ フルーツ	キャベツがゆ 人参和え 豆腐スープ フルーツ	ほうれん草がゆ 玉ねぎ煮 人参スープ フルーツ	人参がゆ 豆腐和え わかめスープ フルーツ	レタスがゆ 大根煮 うどんのやわらか煮 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 パプリカ 豚肉	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 ほうれん草 玉ねぎ 人参 中・後期 ほうれん草 玉ねぎ 人参 キャベツ 鮭	初期 人参 豆腐 わかめ 中・後期 人参 豆腐 わかめ じゃがいも ひき肉	初期 レタス 大根 うどん 中・後期 レタス 大根 うどん 人参 鶏ささみ	
パンがゆ ジュース	ウエハース ジュース	ホーロ ジュース	ヨーグルト ジュース	マッシュポテト ジュース	