



離乳食メニュー



認定こども園

七飯ほんちょう保育園

日付	完了期	後期	中期	初期
1日				
2月	牛乳 ごはんみそ汁(大根・なめこ) ぎせい豆腐 小松菜のおかかあえ みかん缶 牛乳 人参のカップケーキ	ごはん みそ汁(大根・なめこ) 豆腐と野菜の卵焼き 小松菜のおかかあえ くだもの 人参のホットケーキ	ミルク 全がゆ 大根のだし汁 豆腐と野菜の黄身とじ 小松菜のやわらか煮 くだもの	ミルク 五分がゆ 大根のだし汁 豆腐と野菜の黄身とじ 小松菜のやわらか煮 くだもの
3火	牛乳 ごはん 豆腐のすまし汁(なす・えのき) さけのちゃんちゃん焼き 梅サラダ りんご 牛乳 スイートポテト	ごはん 豆腐となすのすまし汁 さけと野菜のみそ煮 切り干し大根のあえもの りんご さつま芋の甘煮	ミルク 全がゆ 豆腐となすのだし汁 さけと野菜のやわらか煮 きゅうりのとろとろ煮 りんご	ミルク 五分がゆ 豆腐となすのだし汁 白身魚のやわらか煮 きゅうりのとろとろ煮 りんご
4水	牛乳 かつ丼 みそ汁(もやし・わかめ) きゅうりの酢の物 オレンジ 牛乳 ごまトースト	ごはん みそ汁(もやし・わかめ) 鶏ささ身の卵とじ きゅうりのあえもの オレンジ ごまトースト風	ミルク 全がゆ もやしのだし汁 鶏ささ身の黄身とじ きゅうりのとろとろ煮 オレンジ	ミルク 五分がゆ もやしのだし汁 豆腐のやわらか煮 きゅうりのとろとろ煮 オレンジ
5木	牛乳 食パン野菜スープ ミートローフ かぼちゃのサラダ パナナ 牛乳 さつま芋おにぎり	食パン 野菜スープ 鶏団子のトマト煮 かぼちゃのあえもの パナナ さつま芋おにぎり	ミルク パンがゆ ほうれん草のだし汁 鶏団子のトマト煮 かぼちゃのやわらか煮 パナナ	ミルク パンがゆ ほうれん草のだし汁 白身魚のトマト煮 かぼちゃのやわらか煮 パナナ
6金	牛乳 ごはん 中華スープ(きくらげ) さばの照り焼き 五目野菜のみそ煮 キウイフルーツ 牛乳 ココアプリン	ごはん 野菜スープ 白身魚のやわらか煮 ごぼうと人参のみそ煮 キウイフルーツ くだもの	ミルク 全がゆ 人参のだし汁 白身魚のやわらか煮 人参のとろとろ煮 キウイフルーツ くだもの	ミルク 五分がゆ 人参のだし汁 白身魚のやわらか煮 人参のとろとろ煮 キウイフルーツ くだもの
7土	牛乳 豆乳ココア キッズビビンバ 中華風コーンスープ フルーツカクテル 牛乳 ツナパン	キッズビビンバ風 中華風コーンスープ くだもの ホットケーキ	ミルク 全がゆ 鶏団子のやわらか煮 人参のだし汁 くだもの	ミルク 五分がゆ 白身魚のやわらか煮 人参のだし汁 くだもの
8日				
9月	牛乳 ごはん そうめんみそ汁 厚揚げの中華煮 ブロッコリーのごまあえ オレンジ 牛乳 バターシュガーラスク	ごはん そうめんみそ汁 豆腐と野菜のやわらか煮 ブロッコリーのごまあえ オレンジ ジャムサンド	ミルク 全がゆ チンゲン菜のだし汁 豆腐と野菜のやわらか煮 ブロッコリーのとろとろ煮 オレンジ	ミルク 五分がゆ チンゲン菜のだし汁 豆腐と野菜のやわらか煮 ブロッコリーのとろとろ煮 オレンジ
10火	牛乳 ごはん 五目みそ汁 白身魚のトマトソース煮 ほうれん草のサラダ バナナ 牛乳 蒸しパン	ごはん 五目みそ汁 白身魚のトマト煮 ほうれん草のあえもの バナナ 蒸しパン	ミルク 全がゆ 豆腐と大根のだし汁 白身魚のトマト煮 ほうれん草のとろとろ煮 バナナ	ミルク 五分がゆ 豆腐と大根のだし汁 白身魚のトマト煮 ほうれん草のとろとろ煮 バナナ
11水	牛乳 ごはん みそ汁(こまつな・たまねぎ) はんぺんのチーズサンドフライ きゅうりの華風サラダ 洋なし缶 牛乳 トースト(コーンマヨ)	ごはん みそ汁(こまつな・たまねぎ) 白身魚のパン粉焼き きゅうりのあえもの くだもの ジャムサンド	ミルク 全がゆ 小松菜と玉ねぎのだし汁 白身魚とろとろ煮 きゅうりのやわらか煮 キウイフルーツ	ミルク 五分がゆ 小松菜と玉ねぎのだし汁 白身魚とろとろ煮 きゅうりのやわらか煮 くだもの
12木	牛乳 食パン ポテトスープ ベーコンオムレツ キャベツのツナマヨネーズあえ キウイフルーツ 牛乳 おにぎり(ごまみそ焼き)	食パン ポテトスープ 卵焼き キャベツあえもの キウイフルーツ おかかおにぎり	ミルク パンがゆ じゃが芋の豆乳だし汁風 玉ねぎの黄身とじ キャベツのとろとろ煮 キウイフルーツ	ミルク パンがゆ じゃが芋の豆乳だし汁風 豆腐のやわらか煮 キャベツのとろとろ煮 くだもの
13金	牛乳 ごはん みそ汁(チンゲン菜・えのき) さけのサラダ焼き 大根と厚揚げの煮物 りんご 牛乳 豆乳もち	ごはん みそ汁(チンゲン菜・えのき) さけのポテトコーン焼き 大根と豆腐のやわらか煮 りんご きな粉おにぎり	ミルク 全がゆ チンゲン菜とえのきのだし汁 さけのポテトコーン煮 大根と豆腐のやわらか煮 りんご	ミルク 五分がゆ チンゲン菜とえのきのだし汁 白身魚のポテトコーン煮 大根と豆腐のやわらか煮 りんご
14土	牛乳 豆乳ココア 親子丼 みそ汁(なす・にんじん) ヨーグルト(もも) 牛乳 クラッカーサンド(いちごジャム)	ごはん みそ汁(なす・にんじん) 鶏ささみの卵とじ ヨーグルト ジャムサンド	ミルク パンがゆ 茄子と人参のだし汁 鶏ささみの黄身とじ ヨーグルト	ミルク パンがゆ 茄子と人参のだし汁 豆腐のやわらか煮 くだもの

	完了期	後期	中期	初期
15日				
16月	〈敬老の日〉			
17火	牛乳 ごはん 豚汁 さばの煮つけ 白菜ののりあえ キウイフルーツ 牛乳 豆腐団子	ごはん 野菜のみそ汁 白身魚やわかか煮 白菜ののりあえ キウイフルーツ きな粉おにぎり	ミルク 全がゆ 野菜のだし汁 白身魚のやわかか煮 白菜のとろとろ煮 バナナ	ミルク 五分がゆ 野菜のだし汁 白身魚のやわかか煮 白菜のとろとろ煮 くだもの
18水	牛乳 チキンカレー マカロニサラダ ヨーグルトあえ(果物) 牛乳 アメリカンドッグミニ	ごはん ミルクシチュー マカロニのあえもの バナナヨーグルト ホットケーキ	ミルク 全がゆ ミルクシチュー きゅうりと人参のとろとろ煮 バナナヨーグルト	ミルク 五分がゆ ミルクシチュー きゅうりと人参のとろとろ煮 くだもの
19木	牛乳 食パン きのこのスープ コロッケ ゆで野菜 オレンジ 牛乳 おはぎ	食パン きこのスープ じゃが芋のパン粉焼き ゆで野菜 オレンジ きなこおにぎり	ミルク パンがゆ 玉ねぎのだし汁 じゃが芋のそぼろ煮 キャベツのとろとろ煮 オレンジ	ミルク パンがゆ 玉ねぎのだし汁 じゃが芋と白身魚の煮 キャベツのとろとろ煮 オレンジ
20金	牛乳 ごはん さつま汁 魚とじゃが芋のケチャップ煮 切干大根のごまサラダ りんご 牛乳 フルーツゼリー	ごはん さつま汁 魚とじゃが芋のトマト煮 切干大根のあえもの りんご くだもの	ミルク 全がゆ さつま芋のだし汁 魚とじゃが芋のトマト煮 きゅうりと人参のとろとろ煮 りんご	ミルク 五分がゆ さつま芋のだし汁 魚とじゃが芋のトマト煮 きゅうりと人参のとろとろ煮 りんご
21土	豆乳ココア 牛乳 ホワイトシチューライス コールスローサラダ もも缶 牛乳 じゃが芋	ごはん ミルクシチュー キャベツのあえもの くだもの ホットケーキ	ミルク 全がゆ ミルクシチュー キャベツのとろとろ煮 くだもの	ミルク 五分がゆ ミルクシチュー キャベツのとろとろ煮 くだもの
22日	〈秋分の日〉			
23月	〈振替休日〉			
24火	牛乳 ごはん おかず汁 さけの塩焼き 人参シリシリ りんご 牛乳 ホットケーキ・ココア	ごはん おかず汁 さけのやわかか煮 人参の炒め物 りんご ホットケーキ	ミルク 全がゆ 豆腐となすのだし汁 さけのやわかか煮 人参のとろとろ煮 りんご	ミルク 五分がゆ 豆腐となすのだし汁 白身魚のやわかか煮 人参のとろとろ煮 りんご
25水	牛乳 おにぎり(昆布) ちゃんぽんラーメン オレンジ 牛乳 お誕生日お楽しみおやつ	おにぎり 野菜うどん オレンジ ホットケーキ	ミルク 野菜うどん オレンジ	ミルク 野菜うどん オレンジ
26木	牛乳 パン・食パン 豆乳スープ(白菜・えのき) 肉団子の揚げ煮(卵) ブロッコリーのマヨネーズあえ バナナ 牛乳 キラキラゼリー	食パン 豆乳スープ 鶏団子のトマト煮 ブロッコリーのあえもの バナナ ヨーグルト	ミルク パンがゆ 豆乳風だし汁 鶏団子のトマト煮 ブロッコリーのとろとろ煮 バナナ	ミルク パンがゆ 豆乳風だし汁 豆腐のトマト煮 ブロッコリーのとろとろ煮 バナナ
27金	牛乳 ごはん けんちん汁(鶏肉) 赤魚の香りみそ焼き(ごま) じゃが芋きんぴら(ハム) キウイフルーツ 牛乳 チーズいもち	ごはん けんちん汁 白身魚のみそ煮 じゃが芋の炒め物 キウイフルーツ きなこおにぎり	ミルク 全がゆ 豆腐と大根のだし汁 白身魚のとろとろ煮 じゃが芋のやわかか煮 キウイフルーツ	ミルク 五分がゆ 豆腐と大根のだし汁 白身魚のとろとろ煮 じゃが芋のやわかか煮 くだもの
28土	豆乳ココア 牛乳 ハヤシライス 野菜スープ 杏仁豆腐 牛乳 ケーキ・秋の栗	ごはん ミルクシチュー 野菜スープ くだもの ホットケーキ	ミルク 全がゆ ミルクシチュー キャベツのだし汁 くだもの	ミルク 五分がゆ ミルクシチュー キャベツのだし汁 くだもの
29日				
30月	牛乳 ごはん みそ汁(玉ねぎ・わかめ) 大豆の天ぷら ほうれん草のナムル もも缶 牛乳 ピザまん	ごはん みそ汁(玉ねぎ・わかめ) 大豆のやわかか煮 ほうれん草のナムル くだもの ピザまん風	ミルク 全がゆ 玉ねぎのだし汁 大豆のやわかか煮 ほうれん草のナムル くだもの	ミルク 五分がゆ 玉ねぎのだし汁 大豆のやわかか煮 ほうれん草のナムル くだもの

