



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火	牛乳 ごはん豚汁 白身魚のムニエル キャベツの胡麻マヨネーズあえ バナナ 牛乳 牛乳フルーツかんでん	ごはん 野菜のみそ汁 白身魚のやわらか煮 キャベツのあえもの バナナ くだもの	ミルク 全がゆ 大根と人参のだし汁 白身魚のやわらか煮 キャベツのとろとろ煮 バナナ	ミルク 五分がゆ 大根と人参のだし汁 白身魚のやわらか煮 キャベツのとろとろ煮 バナナ
2水	牛乳 オムライス 豆腐すまし汁(だいこん) ひじきとほうれん草のサラダ キウイフルーツ 牛乳 チーズラスク	混ぜご飯 豆腐と大根のすまし汁 鶏ささみのやわらか煮 ほうれん草のあえもの キウイフルーツ チーズトースト風	ミルク 全がゆ 豆腐と大根のだし汁 鶏ささみのやわらか煮 ほうれん草のやわらか煮 キウイフルーツ	ミルク 五分がゆ 豆腐と大根のだし汁 白身魚のやわらか煮 ほうれん草のやわらか煮 くだもの
3木	牛乳 パン・食パン 野菜スープ ハンバーグ(煮込み) マセドワーヌサラダ りんご 牛乳 おにぎり(とりそばろ)	食パン 野菜スープ 鶏団子のトマト煮 じゃが芋のあえもの りんご とりそばろおにぎり	ミルク パンがゆ キャベツのだし汁 鶏団子のトマト煮 じゃが芋のとろとろ煮 りんご	ミルク パンがゆ キャベツのだし汁 豆腐のトマト煮 じゃが芋のとろとろ煮 りんご
4金	牛乳 ごはん みそ汁(キャベツ・豚肉) ししゃものフライ きゅうりの華風サラダ オレンジ 牛乳 ぶどうゼリー	ごはん キャベツのみそ汁 白身魚のパン粉焼き きゅうりのあえもの オレンジ くだもの	ミルク 全がゆ キャベツのみそ汁 白身魚のやわらか煮 きゅうりのとろとろ煮 オレンジ	ミルク 五分がゆ キャベツのみそ汁 白身魚のやわらか煮 きゅうりのとろとろ煮 オレンジ
5土	牛乳 豆乳ココア ミートスパゲティー 白菜ののりあえ パイン缶 牛乳 蒸しパン・黒糖	ミートスパゲティー 白菜ののりあえ くだもの 蒸しパン	ミルク スパゲティー風うどん 白菜のとろとろ煮 くだもの	ミルク スパゲティー風うどん 白菜のとろとろ煮 くだもの
6日				
7月	牛乳 ごはん はるさめスープ シュウマイ ほうれん草のナムル 洋なし缶 牛乳 ホットケーキ	ごはん はるさめスープ 鶏団子のやわらか煮 ほうれん草のあえもの くだもの ホットケーキ	ミルク 全がゆ 大根と人参のだし汁 鶏団子のやわらか煮 ほうれん草のとろとろ煮 くだもの	ミルク 五分がゆ 大根と人参のだし汁 豆腐のやわらか煮 ほうれん草のとろとろ煮 くだもの
8火	牛乳 ごはん どさんこ汁 鮭の照り焼き 小松菜のおかかあえ りんご 牛乳 さつまいもスティック	ごはん どさんこ汁 鮭のやわらか煮 小松菜のおかかあえ りんご さつまいもの甘煮	ミルク 全がゆ じゃが芋のだし汁 鮭のやわらか煮 小松菜のとろとろ煮 りんご	ミルク 五分がゆ じゃが芋のだし汁 白身魚のやわらか煮 小松菜のとろとろ煮 りんご
9水	牛乳 ごはん みそ汁(さつまい芋・わかめ) 厚揚げのそぼろ煮 切干大根のサラダ キウイフルーツ 牛乳 ドーナツ・おから	ごはん みそ汁(さつまい芋・わかめ) 豆腐のそぼろあんかけ 切干大根のあえもの キウイフルーツ おからホットケーキ	ミルク 全がゆ さつまい芋のだし汁 豆腐のそぼろあんかけ きゅうりと人参のやわらか煮 キウイフルーツ	ミルク 五分がゆ さつまい芋のだし汁 豆腐のそぼろ煮 きゅうりと人参のやわらか煮 くだもの
10木	牛乳 パン・食パン 白菜の豆乳スープ パンプキンオムレツ キャベツのツナマヨネーズあえ みかん缶 牛乳 芋もち	食パン 白菜の豆乳だし汁風 パンプキンオムレツ キャベツのあえもの くだもの きなこおにぎり	ミルク パンがゆ 白菜の豆乳だし汁風 かぼちゃの黄身とじ キャベツのとろとろ煮 くだもの	ミルク パンがゆ 白菜の豆乳だし汁風 白身魚とかぼちゃのやわらか煮 キャベツのとろとろ煮 くだもの
11金	牛乳 ごはん みそ汁(なす・玉ねぎ) さばの塩焼き 五目野菜のみそ煮 バナナ 牛乳 おやつホットドッグ	ごはん みそ汁(なす・玉ねぎ) 白身魚のやわらか煮 野菜のみそ煮 バナナ ジャムサンド	ミルク 全がゆ なすと玉ねぎのだし汁 白身魚のやわらか煮 人参のとろとろ煮 バナナ	ミルク 五分がゆ なすと玉ねぎのだし汁 白身魚のやわらか煮 人参のとろとろ煮 バナナ
12土	牛乳 豆乳ココア ホワイトシチューライス 野菜スープ フルーツカクテル 牛乳 バナナハードケーキ	ごはん ミルクシュー 野菜スープ ゆで野菜 くだもの バナナホットケーキ	ミルク 全がゆ ミルクシュー 野菜のだし汁 キャベツのとろとろ煮 くだもの	ミルク 五分がゆ ミルクシュー 野菜のだし汁 キャベツのとろとろ煮 くだもの
13日				
14月	<スポーツの日>			
15火	牛乳 ごはん みそ汁(大根・なめこ) たらけちやっぴあんかけ 納豆あえ りんご 牛乳 オレンジジュース	ごはん みそ汁(大根・なめこ) 白身魚のトマト煮 納豆あえ りんご くだもの	ミルク 全がゆ 大根のだし汁 白身魚のトマト煮 小松菜と人参のやわらか煮 りんご	ミルク 五分がゆ 大根のだし汁 白身魚のトマト煮 小松菜と人参のやわらか煮 りんご
16水	牛乳 カレーライス・大豆 白菜とハムのサラダ ヨーグルト(ブルーベリー) 牛乳 簡単ピザ	ごはん ミルクシュー 白菜のあえもの ブルーベリーヨーグルト ピザ風トースト	ミルク 全がゆ ミルクシュー 白菜のとろとろ煮 ヨーグルト	ミルク 五分がゆ ミルクシュー 白菜のとろとろ煮 ヨーグルト

日付	完了期	後期	中期	初期
17木	牛乳 パン・食パン きのこのスープ キャベツと豚肉の重ね蒸し パスタサラダ オレンジ 牛乳 おにぎり(焼き)	食パン きのこのスープ キャベツと鶏ささみのトマト煮 パスタのあえもの オレンジ おにぎり	ミルク パンがゆ 玉ねぎのだし汁 キャベツと鶏ささみのトマト煮 きゅうりと人参のやわらか煮 オレンジ	ミルク パンがゆ 玉ねぎのだし汁 キャベツと白身魚のトマト煮 きゅうりと人参のやわらか煮 オレンジ
18金	牛乳 ごはん けんちん汁 さけの甘みそ焼き ひじきとさつま芋の炒り煮 キウイフルーツ 牛乳 ホットアップルケーキ	ごはん けんちん汁 さけのみそ煮 ひじきとさつま芋の煮物 キウイフルーツ ホットケーキ	ミルク 全がゆ 豆腐と大根のだし汁 さけのやわらか煮 さつま芋のとろとろ煮 キウイフルーツ	ミルク 五分かゆ 豆腐と大根のだし汁 白身魚のやわらか煮 さつま芋のとろとろ煮 くだもの
19土	牛乳 豆乳ココア 中華丼 かに豆腐汁 ほうれん草のごま和え バナナ 牛乳 ジャムサンド	ごはん 豆腐のだし汁 野菜のそぼろあんかけ ほうれん草のごま和え バナナ ジャムサンド	ミルク 全がゆ 豆腐のだし汁 野菜のそぼろあんかけ ほうれん草のやわらか煮 バナナ	ミルク 五分かゆ 豆腐のだし汁 白身魚と野菜のとろとろ煮 ほうれん草のやわらか煮 バナナ
20日				
21月	牛乳 ごはん みそ汁(白菜・厚揚げ) 厚焼き卵 れんこんのきんぴら りんご 牛乳 フルーツ白玉	ごはん 白菜のみそ汁 厚焼き卵 人参のやわらか煮 りんご くだもの	ミルク 全がゆ 白菜のだし汁 人参の黄身とじ 人参のやわらか煮 りんご	ミルク 五分かゆ 白菜のだし汁 豆腐のとろとろ煮 人参のやわらか煮 りんご
22火	牛乳 ごはん みそ汁(こまつな・えのき) 赤魚といんげんの煮つけ きゅうりの酢の物 もも缶 牛乳 大学芋	ごはん みそ汁(こまつな・えのき) 白身魚のやわらか煮 きゅうりの和え物 くだもの さつまいもきな粉	ミルク 全がゆ 小松菜のだし汁 白身魚のやわらか煮 きゅうりのとろとろ煮 くだもの	ミルク 五分かゆ 小松菜のだし汁 白身魚のやわらか煮 きゅうりのとろとろ煮 くだもの
23水	牛乳 おにぎり(さけ・ごま) 温そうめん ちくわのごま炒め なし 牛乳 チーズホットケーキ	おにぎり 野菜そうめん 白身魚のやわらか煮 なし チーズホットケーキ	ミルク 野菜そうめん 白身魚のやわらか煮 なし	ミルク 野菜そうめん 白身魚のやわらか煮 なし
24木	牛乳 パン・食パン ミルクスープ(コーン) チキンのチーズ焼き ブロッコリーのマヨネーズあえ バナナ 牛乳 おやつお子様スパゲティー	食パン ミルクスープ風 鶏ささ身のやわらか煮 ブロッコリーのあえもの バナナ おやつスパゲティー	ミルク パンがゆ ミルクスープ風 鶏ささ身のやわらか煮 ブロッコリーのとろとろ煮 バナナ	ミルク パンがゆ ミルクスープ風 豆腐のやわらか煮 ブロッコリーのとろとろ煮 バナナ
25金	牛乳 ごはん おかず汁 さばのカレー焼き ごぼうとコーンのサラダ オレンジ 牛乳 バターシュガートースト	ごはん おかず汁 白身魚のやわらか煮 ごぼうと人参のあえもの オレンジ ジャムパン	ミルク 全がゆ 豆腐となすとだし汁 白身魚のやわらか煮 人参のとろとろ煮 オレンジ	ミルク 五分かゆ 豆腐となすとだし汁 白身魚のやわらか煮 人参のとろとろ煮 オレンジ
26土	牛乳 豆乳ココア ハヤシライス コールスローサラダ フルーチェ 牛乳 人参カップケーキ	ごはん ミルクシチュー キャベツのあえもの くだもの 人参のホットケーキ	ミルク 全がゆ ミルクシチュー キャベツのあえもの くだもの 	ミルク 五分かゆ ミルクシチュー キャベツのあえもの くだもの
27日				
28月	牛乳 ごはん みそ汁(もやし・わかめ) 鶏と揚げじゃが芋の煮物 ほうれん草のサラダ みかん缶 牛乳 チヂミ(小松菜・豆腐・ごま)	ごはん みそ汁(もやし・わかめ) 鶏団子とじゃが芋の煮物 ほうれん草のあえもの くだもの チヂミ風	ミルク 全がゆ もやしのだし汁 鶏団子とじゃが芋のやわらか煮 ほうれん草のとろとろ煮 くだもの	ミルク 五分かゆ もやしのだし汁 大豆とじゃが芋のやわらか煮 ほうれん草のとろとろ煮 くだもの
29火	牛乳 ごはん みそ汁(玉ねぎ・油あげ) さけのクリームコーン焼き 炒り豆腐(ちくわひじき) キウイフルーツ 牛乳 ケーキ・かぼちゃ	ごはん 玉ねぎのみそ汁 さけのクリームコーン焼き 炒り豆腐 キウイフルーツ かぼちゃホットケーキ	ミルク 全がゆ 玉ねぎのだし汁 さけのクリームコーン煮 豆腐と野菜のとろとろ煮 キウイフルーツ	ミルク 五分かゆ 玉ねぎのだし汁 さけのクリームコーン煮 豆腐と野菜のとろとろ煮 くだもの
30水	牛乳 ごはん コーンスープ(中華風) マーボー豆腐(たまねぎ) 春雨サラダ 柿 牛乳 お誕生日お楽しみおやつ	ごはん 中華風コーンスープ 豆腐のそぼろあんかけ はるさめのあえもの 柿 きな粉おにぎり	ミルク 全がゆ 人参のだし汁 豆腐のそぼろあんかけ きゅうりのとろとろ煮 柿	ミルク 五分かゆ 人参のだし汁 豆腐のやわらか煮 きゅうりのとろとろ煮 柿
31木	牛乳 パン・食パン 白菜の豆乳スープ タンドリーチキン ブロッコリーのマヨネーズあえ バナナ 牛乳 おにぎり(さけわかめ・ごま)	食パン 白菜の豆乳スープ 鶏団子のやわらか煮 ブロッコリーのあえもの バナナ 鮭おにぎり	ミルク パンがゆ 白菜の豆乳だし汁風 鶏団子のやわらか煮 ブロッコリーのとろとろ煮 バナナ	ミルク パンがゆ 白菜の豆乳だし汁風 白身魚のやわらか煮 ブロッコリーのとろとろ煮 バナナ