



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水	〈年始休業日〉			
2木	〈年始休業日〉			
3金	〈年始休業日〉			
4土	〈年始休業日〉			
5日				
6月	牛乳 ごはん みそ汁(キャベツ・コーン) 大豆の天ぷら きゅうりの酢の物 もも缶 牛乳 おやつちゃんぽんラーメン	ごはん みそ汁(キャベツ・コーン) 大豆のやわらか煮 きゅうりのあえもの バナナ おやつ野菜うどん	ミルク 全がゆ キャベツのだし汁 大豆のやわらか煮 きゅうりのとろとろ煮 バナナ	ミルク 五分かゆ キャベツのだし汁 大豆のやわらか煮 きゅうりのとろとろ煮 バナナ
7火	牛乳 ごはん みそ汁(さつま芋・わかめ) さばとごぼうの煮つけ キャベツの胡麻マヨネーズあえりんご 牛乳 きな粉ラスク	ごはん みそ汁(さつま芋・わかめ) 白身魚のやわらか煮 キャベツのあえもの りんご ジャムサンド	ミルク 全がゆ さつま芋のだし汁 白身魚のやわらか煮 キャベツのとろとろ煮 りんご	ミルク 五分かゆ さつま芋のだし汁 白身魚のやわらか煮 キャベツのとろとろ煮 りんご
8水	牛乳 ごはん ひじきふりかけ みそ汁(なす・玉ねぎ) ふんわりつくねのあんかけ いんげんのツナあえ キウイフルーツ 牛乳 小豆蒸しパン	しらすおかかごはん みそ汁(なす・玉ねぎ) ふんわりつくねのあんかけ いんげんのあえもの キウイフルーツ 蒸しパン	ミルク 全がゆ なすと玉ねぎのだし汁 鶏団子のとろとろ煮 人参のやわらか煮 バナナ	ミルク 五分かゆ なすと玉ねぎのだし汁 豆腐のとろとろ煮 人参のやわらか煮 バナナ
9木	牛乳 食パン 野菜スープ コロッケ ゆで野菜 みかん缶 牛乳 昆布おにぎり	食パン 野菜スープ じゃが芋のパン粉焼き ゆで野菜 りんご 昆布おにぎり	ミルク パンがゆ ほうれん草のだし汁 じゃが芋のとろとろ煮 キャベツのやわらか煮 りんご	ミルク パンがゆ ほうれん草のだし汁 じゃが芋のとろとろ煮 キャベツのやわらか煮 りんご
10金	牛乳 ごはん みそ汁(小松菜・油揚げ) 鮭のごま焼き 筑前煮 バナナ 牛乳 黒みつときなこのミルクプリン	ごはん 小松菜のみそ汁 白身魚のやわらか煮 野菜の煮物 バナナ ホットケーキ粉	ミルク 全がゆ 小松菜のだし汁 白身魚のやわらか煮 人参のとろとろ煮 バナナ	ミルク 五分かゆ 小松菜のだし汁 白身魚のやわらか煮 人参のとろとろ煮 バナナ
11土	牛乳 豆乳ココア 親子丼 小松菜のおかかあえ 洋なし缶 牛乳 オレンジゼリー	鶏ささ身の卵とじ 小松菜のおかかあえ 洋なし缶 ジャムサンド	ミルク 全がゆ 鶏ささ身の黄身とじ 小松菜のやわらか煮 オレンジ	ミルク 五分かゆ 白身魚のとろとろ煮 小松菜のやわらか煮 オレンジ
12日				
13月	〈成人の日〉			
14火	牛乳 ごはん みそ汁(玉ねぎ・油あげ) 白身魚とポテトのバター焼き ほうれん草のサラダ りんご 牛乳 じゃこトースト	ごはん 玉ねぎのみそ汁 白身魚とポテトのやわらか煮 ほうれん草のあえもの りんご じゃこトースト風	ミルク 全がゆ 玉ねぎのだし汁 白身魚とポテトのやわらか煮 ほうれん草のとろとろ煮 りんご	ミルク 五分かゆ 玉ねぎのだし汁 白身魚とポテトのやわらか煮 ほうれん草のとろとろ煮 りんご
15水	牛乳 ごはん みそ汁(かぼちゃ・ねぎ) 豚肉のすき焼き風煮物 切干大根のサラダ みかん 牛乳 寒天フルーツポンチ	ごはん みそ汁(かぼちゃ・ねぎ) 鶏団子のやわらか煮 切干大根のあえもの みかん ジャムサンド	ミルク 全がゆ かぼちゃのだし汁 鶏団子のやわらか煮 きゅうりのとろとろ煮 みかん	ミルク 五分かゆ かぼちゃのだし汁 豆腐のやわらか煮 きゅうりのとろとろ煮 みかん
16木	牛乳 食パン 豆乳スープ ベーコンオムレツ パスタサラダ キウイフルーツ 牛乳 青菜カップケーキ	食パン 豆乳スープ風 卵焼き パスタのあえもの キウイフルーツ 青菜ホットケーキ	ミルク パンがゆ 豆乳だし汁 玉ねぎの黄身とじ キャベツのとろとろ煮 バナナ	ミルク パンがゆ 豆乳だし汁 白身魚のやわらか煮 キャベツのとろとろ煮 バナナ

日付	完了期	後期	中期	初期
17金	牛乳 ごはん みそ汁(大根・なめこ) 赤魚の照り焼き きんぴらごぼう バナナ 牛乳 大学芋	ごはん みそ汁(大根・なめこ) 白身魚のやわらか煮 ごぼうと人参のとろとろ煮 バナナ さつま芋の甘煮	ミルク 全がゆ 大根のだし汁 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 大根のだし汁 白身魚のやわらか煮 人参のとろとろ煮 バナナ
18土	牛乳 豆乳ココア みそ炒め丼 もやしとわかめのナムル ブルーベリーヨーグルト 牛乳 ツナパン	ごはん 鶏団子とキャベツのみそ煮 もやしのあえもの ブルーベリーヨーグルト ホットケーキ	ミルク 全がゆ 鶏団子とキャベツのやわらか煮 もやしのとろとろ煮 りんご	ミルク 全がゆ 白身魚とキャベツのやわらか煮 もやしのとろとろ煮 りんご 
19日				
20月	牛乳 ごはん 五目みそ汁(さといも・だいこん) 厚揚げのそぼろ煮 白菜ののりあえ キウイフルーツ 牛乳 芋もち	ごはん 五目みそ汁 豆腐のそぼろあんかけ 白菜ののりあえ キウイフルーツ ジャムサンド	ミルク 全がゆ 大根のだし汁 豆腐のそぼろあんかけ 白菜のとろとろ煮 りんご	ミルク 五分がゆ 大根のだし汁 豆腐と野菜のやわらか煮 白菜のとろとろ煮 りんご
21火	牛乳 ごはん おかず汁 さばの塩焼き 冬キャベツと油揚げの煮浸し バナナ 牛乳 ふわふわお好み焼き	ごはん おかず汁 白身魚のやわらか煮 キャベツの煮浸し バナナ キャベツのお好み焼き風	ミルク 全がゆ 豆腐となすのだし汁 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 豆腐となすのだし汁 白身魚のやわらか煮 キャベツのとろとろ煮 バナナ
22水	牛乳 えびと野菜のカレー 白菜とハムのサラダ フルーツポンチ 牛乳 さつま芋のガレット	牛乳 ごはん ミルクシチュー 白菜のあえもの くだもの さつま芋のホットケーキ	ミルク 全がゆ ミルクシチュー 白菜のとろとろ煮 くだもの	ミルク 五分がゆ ミルクシチュー 白菜のとろとろ煮 くだもの
23木	牛乳 食パン ポテトスープ 肉団子の揚げ煮 キャベツのツナマヨネーズあえ オレンジ 牛乳 ごまみそ焼きおにぎり	食パン ポテトスープ 鶏団子のトマト煮 キャベツのあえもの オレンジ おにぎり	ミルク パンがゆ じゃが芋のだし汁 鶏団子のトマト煮 キャベツのやわらか煮 オレンジ	ミルク パンがゆ じゃが芋のだし汁 白身魚のトマト煮 キャベツのやわらか煮 オレンジ
24金	牛乳 ごはん けんちん汁 さけの西京焼き ひじきとほうれん草のサラダ りんご 牛乳 コーンマヨネーズ	ごはん けんちん汁 さけのみそ煮 ほうれん草のあえもの りんご コーントースト風	ミルク 全がゆ 大根と豆腐のだし汁 さけのやわらか煮 ほうれん草のとろとろ煮 りんご	ミルク 五分がゆ 大根と豆腐のだし汁 白身魚のやわらか煮 ほうれん草のとろとろ煮 りんご
25土	牛乳 豆乳ココア ホワイトシチューライス きゅうりとコーンのサラダ みかん 牛乳 ホットアップルケーキ	ごはん ミルクシチュー きゅうりとコーンのあえもの みかん アップルホットケーキ	ミルク 全がゆ ミルクシチュー きゅうりとコーのとろとろ煮 みかん 	ミルク 五分がゆ ミルクシチュー きゅうりとコーンのとろとろ煮 みかん
26日				
27月	牛乳 ごはん みそ汁(もやし・えのき) 豚肉の柳川風煮物 春雨サラダ キウイフルーツ 牛乳 人参カップケーキ	ごはん みそ汁(もやし・えのき) 鶏ささ身とほうれん草の卵とじ 春雨のあえもの キウイフルーツ 人参ホットケーキ	ミルク 全がゆ もやしのだし汁 鶏ささ身とほうれん草の黄身とじ きゅうりのとろとろ煮 バナナ	ミルク 五分がゆ もやしのだし汁 豆腐とほうれん草のやわらか煮 きゅうりのとろとろ煮 バナナ
28火	牛乳 ごはん 豚汁 ししゃものフライ きゅうりの華風サラダ もも缶 牛乳 オレンジムース	ごはん 野菜のみそ汁 白身魚のパン粉焼き きゅうりのあえもの オレンジ きなこおにぎり	ミルク 全がゆ 野菜のだし汁 白身魚のとろとろ煮 きゅうりのやわらか煮 オレンジ	ミルク 五分がゆ 野菜のだし汁 白身魚のとろとろ煮 きゅうりのやわらか煮 オレンジ
29水	牛乳 ミートスバゲティー きのこのスープ フルーツゼリー 牛乳 お誕生日お楽しみおやつ	うどんのミートソース風 きのこのスープ バナナ ジャムサンド	ミルク うどんのトマト煮 玉ねぎのだし汁 バナナ	ミルク うどんのトマト煮 玉ねぎのだし汁 バナナ
30木	牛乳 食パン 野菜スープ ミートローフ スイートポテトサラダ みかん缶 牛乳 鮭チーズおにぎり	食パン 野菜スープ 鶏団子のトマト煮 さつま芋のあえもの バナナ きな粉おにぎり	食パン 野菜スープ 鶏団子のトマト煮 さつま芋のあえもの バナナ	食パン 野菜スープ 豆腐のトマト煮 さつま芋のあえもの バナナ
31金	牛乳 ごはん みそ汁(チンゲン菜・大根) たらの磯辺焼き 人参シリシリー オレンジ 牛乳 ごまドーナツ	ごはん みそ汁(チンゲン菜・大根) 白身魚のやわらか煮 人参と炒り卵のいためもの オレンジ ホットケーキ	ミルク 全がゆ チンゲン菜と大根のだし汁 白身魚のやわらか煮 人参のとろとろ煮 オレンジ	ミルク 五分がゆ チンゲン菜と大根のだし汁 白身魚のやわらか煮 人参のとろとろ煮 オレンジ