



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木 | 牛乳 食パン 豆乳スープ ポークチャップ パスタサラダ キウイフルーツ 牛乳 さつま芋のかりんとう | 食パン 豆乳スープ風 鶏ささ身のトマト煮 パスタのあえもの キウイフルーツ さつま芋の甘煮 | ミルク パンがゆ 白菜の豆乳だし汁 鶏ささ身のトマト煮 キャベツときゅうりのとろとろ煮 キウイフルーツ | ミルク パンがゆ 白身魚のトマト煮 キャベツときゅうりのとろとろ煮 くだもの |
| 2金 | 牛乳 ごはん 豚汁 さばのカレー焼き 野菜ビーフン もも缶 牛乳 ぶどうゼリー | 軟飯 野菜のみそ汁 白身魚のやわらか煮 玉ねぎと人参のあえもの くだもの ジャムサンド | ミルク 全がゆ じゃがいもと玉ねぎのだし汁 白身魚のやわらか煮 玉ねぎと人参のとろとろ煮 くだもの | ミルク 10倍がゆ 白身魚のやわらか煮 玉ねぎと人参のとろとろ煮 くだもの |
| 3土 | 憲法記念日 | | | |
| 4日 | みどりの日 | | | |
| 5月 | こどもの日 | | | |
| 6火 | 振替休日 | | | |
| 7水 | 牛乳 たけのご御飯 けんちん汁厚揚げのみそ炒め 白菜ののりあえ みかん缶 牛乳 きな粉と黒蜜の芋もち | 軟飯(人参・椎茸) けんちん汁風 鶏ささみのみそ煮 白菜のあえもの くだもの ジャムサンド | ミルク 全粥(人参) けんちん汁風 鶏ささみのみそ煮 白菜のだし煮 くだもの | ミルク 10倍がゆ(人参) 白身魚のだし煮 白菜のだし煮 くだもの |
| 8木 | 牛乳 パン・食パン ミルクスープ 鶏肉のピカタ コロコロサラダ(さつまいも) バナナ 牛乳 じゃこおかかおにぎり | 食パン ミルクスープ 鶏ささみの卵とじ さつま芋のあえもの バナナ じゃこおかかおにぎり | ミルク パンがゆ 玉ねぎのミルク風だし汁 鶏ささ身のみそ煮 さつま芋のやわらか煮 バナナ | ミルク パンがゆ 白身魚のだし煮 さつま芋のやわらか煮 バナナ |
| 9金 | 牛乳 ごはん おかず汁 ほっけの塩焼き 野菜炒め オレンジ 牛乳 米粉小豆蒸しパン | 軟飯 おかず汁 白身魚のやわらか煮 野菜炒め オレンジ 野菜うどん | 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 オレンジ | ミルク 10倍がゆ 白身魚のやわらか煮 キャベツのとろとろ煮 オレンジ |
| 10土 | 牛乳 豆乳ココア ハヤシライス マカロニサラダ フルーツカクテル 牛乳 しらすトースト | 軟飯 ミルクシチュー マカロニのあえもの くだもの しらすトースト風 | ミルク 全がゆ 鶏ささ身とじゃがいものトマト煮 きゅうりと人参のやわらか煮 くだもの | ミルク 10倍がゆ 白身魚とじゃがいものトマト煮 きゅうりと人参のやわらか煮 くだもの |
| 11日 | | | | |
| 12月 | 牛乳 ごはん みそ汁(切干だいこん・さといも) 鶏つくねのあんかけ 人参シリシリー バナナ 麦茶 フルーチェ | 軟飯 みそ汁(切干だいこん・さといも) 鶏つくねのあんかけ 人参と卵の炒め煮 バナナ ジャムサンド | ミルク 全がゆ さといものだし汁 鶏つくねのあんかけ 人参のとろとろ煮 バナナ | ミルク 10倍がゆ 白身魚のやわらか煮 人参のとろとろ煮 バナナ |
| 13火 | 牛乳 ごはん みそ汁(じゃが芋・さやえんどう) かわいいの天ぷら ほうれん草の菜種和え オレンジ 牛乳 お好み焼き | 軟飯 みそ汁(じゃが芋・さやえんどう) 白身魚のやわらか煮 ほうれん草の菜種和え オレンジ お好み焼き風 | ミルク 全がゆ じゃが芋のみそ汁 白身魚のやわらか煮 ほうれん草のとろとろ煮 オレンジ | ミルク 10倍がゆ じゃが芋のみそ汁 白身魚のやわらか煮 ほうれん草のとろとろ煮 オレンジ |
| 14水 | 牛乳 ごはん みそ汁(こまつな・たまねぎ) 肉じゃが ごぼうとコーンのサラダ もも缶 牛乳 きな粉トースト | 軟飯 みそ汁(こまつな・たまねぎ) ささみ肉じゃが風煮物 ごぼうとコーンの和え物 くだもの きな粉トースト風 | ミルク 全がゆ みそ汁(こまつな・たまねぎ) ささみ肉じゃが風煮物 人参の和え物 くだもの | ミルク 10倍がゆ 豆腐の煮物 人参の和え物 くだもの |

| 日付 | 完了期 | 後期 | 中期 | 初期 |
|-----|--|---|--|---|
| 15木 | 牛乳 パン・食パン 白菜の豆乳スープ チキンのチーズ焼き マカロニサラダ 洋なし缶 牛乳 納豆巻き | 食パン 白菜と豆乳のスープ 鶏ささみのトマト煮 マカロニのあえもの くだもの 納豆おにぎり | ミルク パンがゆ 白菜のだし汁 鶏ささみのトマト煮 きゅうりと人参のやわらか煮 くだもの | ミルク パンがゆ 白身魚のトマト煮 きゅうりと人参のやわらか煮 くだもの |
| 16金 | 牛乳 ごはん みそ汁(キャベツ・あげ) 鮭の照り焼き おからサラダ キウイフルーツ 牛乳 杏仁豆腐 | 軟飯 キャベツのみそ汁 鮭のやわらか煮 ブロッコリーとおからのあえもの キウイフルーツ ジャムサンド | ミルク 全がゆ キャベツのだし汁 鮭のやわらか煮 ブロッコリーのとろとろ煮 キウイフルーツ | ミルク 10倍がゆ 白身魚のやわらか煮 ブロッコリーのとろとろ煮 くだもの |
| 17土 | 牛乳 豆乳ココア 豚肉のすき焼き丼 みそ汁(なす・わかめ) オレンジ 牛乳 バナナマフィン | 軟飯 みそ汁(なす・わかめ) 鶏団子と野菜のやわらか煮 オレンジ マカロニトマト | ミルク 全がゆ なすのだし汁 鶏団子と野菜のやわらか煮 オレンジ | ミルク 10倍がゆ 豆腐と野菜のやわらか煮 オレンジ |
| 18日 | | | | |
| 19月 | 牛乳 ごはん みそ汁(鶏肉・もやし) 凍り豆腐のふわふわ煮 切干大根のサラダ もも缶 牛乳 スイートポテト | 軟飯 みそ汁(鶏肉・もやし) 豆腐のたまごとし 切干大根のあえもの くだもの さつまいもの甘煮 | ミルク 全がゆ みそ汁 豆腐のとろとろ煮 きゅうりと人参のやわらか煮 くだもの | ミルク 10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮 きゅうりと人参のやわらか煮 くだもの |
| 20火 | 牛乳 ごはん みそ汁(かぼちゃ・ねぎ) 赤魚とごぼうの煮つけ ほうれん草とえのき茸のお浸し キウイフルーツ 牛乳 豆乳みかんババロア風 | 軟飯 みそ汁(かぼちゃ・ねぎ) 白身魚の煮つけ ほうれん草とえのき茸のお浸し キウイフルーツ ジャムサンド | ミルク 全がゆ かぼちゃのだし汁 白身魚のとろとろ煮 ほうれん草のやわらか煮 キウイフルーツ | ミルク 10倍がゆ 白身魚のとろとろ煮 ほうれん草のやわらか煮 くだもの |
| 21水 | 牛乳 えびと野菜のカレー 白菜のサラダ フルーツポンチ 牛乳 バターシュガートースト | 軟飯 ミルクシチュー 白菜のあえもの くだもの シュガートースト | 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 10倍がゆ ミルクシチュー 白菜のとろとろ煮 くだもの |
| 22木 | 牛乳 パン・食パン きのこのスープ ハンバーグ キャベツのツナマヨネーズあえ オレンジ 牛乳 お子様スパゲティ | 食パン きのこのスープ 鶏団子のトマト煮 キャベツのあえもの オレンジ スパゲティ風 | ミルク パンがゆ 玉ねぎのだし汁 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 豆腐のトマト煮 キャベツのやわらか煮 オレンジ |
| 23金 | 牛乳 ごはん おかず汁 さばの塩焼き ひじきと大豆の炒り煮 バナナ 牛乳 ごまドーナツ | 軟飯 おかず汁 白身魚のやわらか煮 ひじきと大豆の炒り煮 バナナ ジャムサンド | ミルク 全がゆ なすと豆腐のだし汁 白身魚のとろとろ煮 大豆のやわらか煮 バナナ | ミルク 10倍がゆ 白身魚のとろとろ煮 大豆のやわらか煮 バナナ |
| 24土 | 牛乳 豆乳ココア 鶏肉の照り焼き丼 みそ汁(玉ねぎ・わかめ) ブルーベリーヨーグルト 牛乳 コーン蒸しパン | 軟飯 鶏ささみのやわらか煮 みそ汁(玉ねぎ・わかめ) ブルーベリーヨーグルト わかめおにぎり | ミルク 全がゆ 鶏ささみの柔らか煮 玉ねぎのだし汁 ヨーグルト | ミルク 10倍がゆ 白身魚のやわらか煮 くだもの |
| 25日 | | | | |
| 26月 | 牛乳 ごはん みそ汁(はくさい・厚揚げ) とんちゃん焼き きゅうりの華風サラダ バナナ 牛乳 寒天フルーツポンチ | 軟飯 みそ汁(はくさい・人参) とんちゃん焼き風 きゅうりのあえもの バナナ ヨーグルト | ミルク 全がゆ 白菜のみそ汁 鶏ささみのやわらか煮 きゅうりのとろとろ煮 バナナ | ミルク 10倍がゆ 白身魚のやわらか煮 きゅうりのとろとろ煮 バナナ |
| 27火 | 牛乳 ごはん 五目汁 鮭のみそマヨネーズ焼き 小松菜のごま和え パイン缶 牛乳 グラタントースト | 軟飯 五目汁 鮭のやわらか煮 こまつなのあえもの くだもの チーズトースト | ミルク 全がゆ 大根と人参のだし汁 鮭のやわらか煮 こまつなのとろとろ煮 くだもの | ミルク 10倍がゆ 白身魚のやわらか煮 こまつなのとろとろ煮 くだもの |
| 28水 | 牛乳 温そうめん 磯辺さつまいも 牛乳フルーツかんとん 牛乳 お誕生日お楽しみおやつ | 温そうめん さつま芋きなこ くだもの ジャムサンド | ミルク 野菜そうめん さつま芋のやわらか煮 くだもの | ミルク 野菜そうめん さつま芋のやわらか煮 くだもの |
| 29木 | 牛乳 パン・食パン スープヌードル オムレツのミートソースがけ ブロッコリーのマヨネーズあえ オレンジ 牛乳 鮭おにぎり | 食パン スープヌードル オムレツのトマトソースがけ ブロッコリーのあえもの オレンジ 鮭おにぎり | ミルク パンがゆ 玉ねぎだし汁 玉ねぎと人参のやわらか煮 ブロッコリーのとろとろ煮 オレンジ | ミルク パンがゆ 豆腐のやわらか煮 ブロッコリーのとろとろ煮 オレンジ |
| 30金 | 牛乳 ごはん 豆腐みそ汁(なめこ・ねぎ) たらのケチャップあんかけ おくらとちくわの海苔あえ キウイフルーツ | 軟飯 みそ汁(豆腐・なめこ) 白身魚の野菜あんかけ おくらののりあえ キウイフルーツ いちごジャムサンド | ミルク 全がゆ 豆腐のだし汁 白身魚のとろとろ煮 ブロッコリーのやわらか煮 キウイフルーツ | ミルク 10倍がゆ 白身魚のとろとろ煮 ブロッコリーのやわらか煮 くだもの |
| 31土 | 牛乳 豆乳ココア マーボー豆腐丼 中華風コーンスープ バナナ 牛乳 梨のヨーグルト | 軟飯 豆腐のそぼろあんかけ 中華風コーンスープ バナナ ヨーグルト | ミルク 全がゆ 人参のだし汁 豆腐のそぼろあんかけ バナナ | ミルク 10倍がゆ 豆腐のやわらか煮 バナナ |