



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(さつま芋・ねぎ) 豚肉のすき焼き風煮物 トマトのツナ和え バナナ 牛乳 もちもちチーズパン	軟飯 みそ汁(さつま芋・ねぎ) 鶏ささ身と野菜のやわらか煮 トマトときゅうりのあえもの バナナ チーズパン風	ミルク 全がゆ さつま芋のだし汁 鶏ささ身と野菜のやわらか煮 トマトときゅうりのとろとろ煮 バナナ	ミルク 10倍がゆ 豆腐と野菜のやわらか煮 トマトときゅうりのとろとろ煮 バナナ
3火	牛乳 ごはん たまごスープ 白身魚のチリソース 小松菜のナムル キウイフルーツ 牛乳 フルーツゼリー	軟飯 たまごスープ 白身魚のトマトソース煮 こまつなのあえもの キウイフルーツ わかめおにぎり	ミルク 全がゆ 人参のだし汁 白身魚のトマト煮 こまつなのとろとろ煮 キウイフルーツ	ミルク 10倍がゆ 白身魚のトマト煮 こまつなのとろとろ煮 くだもの
4水	牛乳 三色丼 みそ汁(じゃが芋・チンゲン菜) 洋なし缶 牛乳 ココアラスク	軟飯 みそ汁(じゃが芋・チンゲン菜) 鶏団子のやわらか煮 くだもの ジャムサンド	ミルク 全がゆ じゃが芋とチンゲン菜のだし汁 鶏団子のやわらか煮 くだもの	ミルク 10倍がゆ 白身魚のやわらか煮 くだもの
5木	牛乳 パン・食パン 豆乳みそスープ 鶏の塩唐揚げ ひじきとほうれん草のサラダ オレンジ 牛乳 しらすとねぎのおにぎり	食パン 豆乳みそスープ 鶏ささみの煮物 ひじきとほうれん草のあえもの オレンジ しらすとねぎのおにぎり	ミルク パンがゆ 豆乳みそスープ 鶏ささみの煮物 ほうれん草のやわらか煮 オレンジ	ミルク パンがゆ 白身魚のとろとろ煮 ほうれん草のやわらか煮 オレンジ
6金	牛乳 ごはん けんちん汁 赤魚のみそ漬け焼き 筑前煮 キウイフルーツ 牛乳 大学芋	軟飯 けんちん汁 白身魚のみそ漬け焼き 筑前煮 キウイフルーツ さつま芋甘煮	ミルク 全がゆ 豆腐と大根のだし汁 白身魚のみそ煮 人参のやわらか煮 キウイフルーツ	ミルク 10倍がゆ 白身魚のとろとろ煮 人参のやわらか煮 くだもの
7土	牛乳 豆乳ココア ピーマンの細切り炒め丼 中華スープ ももヨーグルト 牛乳 バナナスティックパン	軟飯 人参のだし汁 ピーマンと春雨のそぼろ煮 ヨーグルト バナナスティックパン	ミルク 全がゆ 人参のだし汁 鶏団子のやわらか煮 ヨーグルト	ミルク 10倍がゆ 豆腐のやわらか煮 くだもの
8日				
9月	牛乳 ごはん みそ汁(キャベツ・あげ) 大豆の天ぷら きゅうりの華風サラダ オレンジ 牛乳 カルピスゼリー	軟飯 キャベツのみそ汁 大豆のやわらか煮 きゅうりのあえもの オレンジ わかめおにぎり	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 オレンジ	ミルク 10倍がゆ 大豆のやわらか煮 きゅうりのとろとろ煮 オレンジ
10火	牛乳 ごはん みそ汁(もやし・わかめ) かわいいの甘酢あんかけ ほうれん草の白あえ バナナ 牛乳 ホットアップルケーキ	軟飯 もやしのみそ汁 白身魚の野菜あんかけ ほうれん草の白あえ バナナ ジャムサンド	ミルク 全がゆ 玉ねぎと人参のだし汁 白身魚のとろとろ煮 ほうれん草のやわらか煮 バナナ	ミルク 10倍がゆ 白身魚のとろとろ煮 ほうれん草のやわらか煮 バナナ
11水	牛乳 ビーフン五目 中華スープ 白菜のサラダ キウイフルーツ 牛乳 ホイップクリームパン	野菜ビーフン 中華スープ 白菜のあえもの キウイフルーツ ツナトースト	ミルク 全がゆ 野菜のやわらか煮 チンゲン菜のだし汁 白菜とろとろ煮 キウイフルーツ	ミルク 10倍がゆ 野菜のやわらか煮 白菜とろとろ煮 くだもの
12木	牛乳 パン・食パン 野菜スープ 豆腐ハンバーグ ゆで野菜 みかん缶 牛乳 みたらし団子	食パン 野菜スープ 鶏団子のトマト煮 ゆで野菜 くだもの きなこおにぎり	ミルク パンがゆ 野菜スープ 鶏団子のトマト煮 ゆで野菜 くだもの	ミルク パンがゆ 白身魚のトマト煮 ゆで野菜 くだもの
13金	牛乳 ごはん みそ汁(こまつな・たまねぎ) 白身魚のパン粉焼き 春雨の中華炒め もも缶 牛乳 豆乳おからバナナドーナツ	軟飯 みそ汁(こまつな・たまねぎ) 白身魚のパン粉焼き 春雨の炒め物 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 白身魚のとろとろ煮 人参のやわらか煮 くだもの	ミルク 10倍がゆ 白身魚のとろとろ煮 人参のやわらか煮 くだもの
14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 フルーツカクテル 牛乳 バターシュガートースト	軟飯 ミルクシチュー きゅうりとコーンのあえもの くだもの ゆで芋	ミルク 全がゆ ミルクシチュー きゅうりのやわらか煮 くだもの	ミルク 10倍がゆ ミルクシチュー きゅうりのやわらか煮 くだもの

日付	完了期	後期	中期	初期
15日				
16月	牛乳 ごはん ワンタンスープ なすと豆腐のそぼろ煮 キャベツの胡麻マヨネーズあえ パイン缶 牛乳 簡単ピザ	軟飯 ワンタンスープ風 豆腐のそぼろ煮 キャベツのあえもの くだもの ピザ風トースト	ミルク 全がゆ チンゲン菜のだし汁 なすと豆腐のそぼろ煮 キャベツのやわらか煮 くだもの	ミルク 10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮 キャベツのやわらか煮 くだもの
17火	牛乳 ごはん 五目汁 さけのちゃんちゃん焼き 切干大根と凍り豆腐の煮物 バナナ 牛乳 豆乳ももゼリー	軟飯 五目汁 さけと野菜のみそ煮 切干大根の煮物 バナナ おかかおにぎり	ミルク 全がゆ 豆腐と大根のだし汁 さけのやわらか煮 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
18水	牛乳 ドライカレーライス スイートポテトサラダ 果物のヨーグルトあえ 牛乳 きなこあげぱん	軟飯 野菜のそぼろあんかけ さつまいも煮 果物ヨーグルトあえ ジャムサンド	ミルク 全がゆ 野菜のそぼろあんかけ さつまいものやわらか煮 くだもの	ミルク 10倍がゆ 野菜のそぼろあんかけ さつまいものやわらか煮 くだもの
19木	牛乳 パン・食パン マカロニスープ 鶏肉のトマトチーズ煮 白菜とハムのサラダ キウイフルーツ 牛乳 昆布おにぎり	食パン マカロニスープ 鶏ささ身のトマト煮 白菜のあえもの くだもの 昆布おにぎり	ミルク パンがゆ キャベツのだし汁 鶏ささ身のトマト煮 白菜のとろとろ煮 くだもの	ミルク パンがゆ 白身魚のトマト煮 白菜のとろとろ煮 くだもの
20金	牛乳 ごはん みそ汁(里芋・きぬさや) ししゃものフライ 小松菜のサラダ オレンジ 牛乳 ちくわパントースト	軟飯 みそ汁(里芋・きぬさや) 白身魚のやわらか煮 小松菜のあえもの オレンジ ジャムパンサンド	ミルク 全がゆ 里芋のだし汁 白身魚のやわらか煮 小松菜のとろとろ煮 オレンジ 	ミルク 10倍がゆ 白身魚のやわらか煮 小松菜のとろとろ煮 オレンジ 
21土				
22日				
23月	牛乳 ごはん みそ汁(もやし・ニラ) 厚揚げとじゃが芋のそぼろ煮 ほうれん草のおかか和え バナナ 牛乳 ジャム蒸しパン	軟飯 みそ汁(もやし・にら) 豆腐とじゃが芋のそぼろ煮 ほうれん草のおかか和え バナナ ジャム蒸しパン	ミルク 全がゆ 人参のだし汁 豆腐とじゃが芋のそぼろ煮 ほうれん草のやわらか煮 バナナ	ミルク 10倍がゆ 豆腐とじゃが芋のとろとろ煮 ほうれん草のやわらか煮 バナナ
24火	牛乳 ごはん みそ汁(はくさい・油あげ) ほっけの西京焼き ごぼうとコーンのサラダ もも缶 牛乳 おやつちゃんぽんラーメン	軟飯 白菜のみそ汁 白身魚のみそ煮 人参のあえもの くだもの おやつ野菜うどん	ミルク 全がゆ 白菜のだし汁 白身魚のみそ煮 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 人参のとろとろ煮 くだもの
25水	牛乳 カレーうどん わかめおにぎり 寒天フルーツポンチ 牛乳 ココアケーキ	野菜うどん わかめおにぎり くだもの フレンチトースト	ミルク 全がゆ 野菜うどん くだもの 	ミルク 10倍がゆ 野菜うどん くだもの
26木	牛乳 パン・食パン コーンスープ キャベツと豚肉の重ね蒸し ブロッコリーのミモザサラダ オレンジ 牛乳 ジューシー	食パン コーンスープ 鶏団子とキャベツのトマト煮 ブロッコリーのあえもの 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 鶏団子とキャベツのトマト煮 ブロッコリーのとろとろ煮 オレンジ	ミルク パンがゆ 豆腐とキャベツのトマト煮 ブロッコリーのとろとろ煮 オレンジ
27金	牛乳 ごはん どさんこ汁 かれの磯辺揚げ きゅうりともやしの酢の物 キウイフルーツ 牛乳 アジサイゼリー	軟飯 どさんこ汁 かれの磯辺焼き きゅうりのあえもの くだもの ゆで芋	ミルク 全がゆ じゃが芋のだし汁 かれのやわらか煮 きゅうりのとろとろ煮 くだもの	ミルク 10倍がゆ かれのやわらか煮 きゅうりのとろとろ煮 くだもの
28土	牛乳 豆乳ココア キッズビビンバ 中華風コーンスープ バナナ 牛乳 クラッカーサンド	キッズビビンバ風 コーンスープ バナナ ジャムサンド	ミルク 全がゆ 人参のだし汁 ほうれん草のそぼろあんかけ バナナ	ミルク 10倍がゆ ほうれん草のやわらか煮 バナナ
29日				
30月	牛乳 ごはん ブラウンシチュー かぼちゃのサラダ オレンジ 牛乳 ツナサンド	軟飯 ミルクシチュー かぼちゃのあえもの オレンジ ツナサンド	ミルク 全がゆ ミルクシチュー かぼちゃのとろとろ煮 オレンジ	ミルク 10倍がゆ ミルクシチュー かぼちゃのとろとろ煮 オレンジ