



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 豆腐のとりみ汁 赤魚とごぼうの煮つけ きゅうりの酢の物 洋なし缶 牛乳 さつま芋スティック	軟飯 豆腐のとりみ汁 白身魚のやわらか煮 きゅうりのあえもの くだもの さつま芋の甘煮	ミルク 全がゆ 野菜のだし汁 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 10倍がゆ 白身魚のやわらか煮 きゅうりのとろとろ煮 くだもの
2水	牛乳 焼きもちご飯 みそ汁(なす・玉ねぎ) 厚揚げとじゃが芋のそぼろ煮 いんげんのおかかあえ キウイフルーツ 牛乳 ピザトースト	コーン混ぜご飯 みそ汁(なす・玉ねぎ) 豆腐とじゃが芋のそぼろ煮 いんげんのおかかあえ キウイフルーツ ピザトースト風	ミルク 全がゆ 玉ねぎのだし汁 豆腐とじゃが芋のそぼろ煮 人参のやわらか煮 キウイフルーツ	ミルク 10倍がゆ 玉ねぎのだし汁 豆腐のじゃが芋のとろとろ煮 人参のやわらか煮 くだもの
3木	牛乳 冷やし中華 ほうれん草のスープ バナナ 牛乳 黒みつときなこのミルクプリン	冷やしうどん ほうれん草のスープ 鶏団子のやわらか煮 バナナ おかかおにぎり	ミルク 冷やしうどん ほうれん草のスープ 鶏団子のやわらか煮 バナナ	ミルク 冷やしうどん 白身魚のやわらか煮 ほうれん草のあえもの バナナ
4金	牛乳 ごはん みそ汁(チンゲン菜・もやし) ほっけの照り焼き 小松菜の納豆あえ 黄桃缶 牛乳 ハムサンド	軟飯 みそ汁(チンゲン菜・もやし) 白身魚の照り焼き風 小松菜の納豆あえ くだもの ジャムパン	ミルク 全がゆ チンゲン菜のみそ汁 白身魚の柔らか煮 小松菜のやわらか煮 くだもの	ミルク 10倍がゆ 白身魚の柔らか煮 小松菜のやわらか煮 くだもの
5土	牛乳 豆乳ココア 中華丼 わかめスープ フルーツカクテル 牛乳 きな粉ラスク	軟飯 白菜と鶏ささみのとろとろ煮 わかめスープ くだもの きなこトースト風	ミルク 全がゆ 白菜と鶏ささみのとろとろ煮 キャベツのだし汁 くだもの	ミルク 10倍がゆ 白菜と白身魚のとろとろ煮 くだもの
6日				
7月	牛乳 七夕そうめん ちくわの二色焼き 鮭チーズおにぎり もも缶 牛乳 七夕キラキラゼリー	そうめん 白身魚のやわらか煮 鮭チーズおにぎり くだもの ジャムサンド	ミルク 野菜そうめん 白身魚のやわらか煮 くだもの	ミルク 野菜そうめん 白身魚のやわらか煮 くだもの
8火	牛乳 ごはん おかず汁 さばの生姜煮 きんぴらごぼう キウイフルーツ 牛乳 マカロニきな粉	軟飯 おかず汁 白身魚のやわらか煮 きんぴらごぼう キウイフルーツ マカロニきな粉	ミルク 全がゆ 豆腐となすのだし汁 白身魚のやわらか煮 人参のとろとろ煮 キウイフルーツ	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
9水	牛乳 ミートスパゲティ じゃがいもスープ もも缶 牛乳 いちごブルーチェ	ミートスパゲティ風 じゃがいもスープ くだもの いも煮	ミルク 野菜うどん じゃがいもスープ くだもの	ミルク 野菜うどん じゃが芋のとろとろ煮 くだもの
10木	牛乳パン・食パン 白菜の豆乳スープ ポークチャップ さつま芋マヨサラダ オレンジ わかめおにぎり	食パン 白菜の豆乳スープ 鶏ささみのトマト煮 さつま芋のあえもの オレンジ わかめおにぎり	ミルク パンがゆ 白菜の豆乳風汁 鶏ささみのトマト煮 さつま芋のやわらか煮 オレンジ	ミルク パンがゆ 豆腐のトマト煮 さつま芋のやわらか煮 オレンジ
11金	牛乳 ごはん 豚汁 さけの塩焼き ブロッコリーのミモザサラダ バナナ 牛乳 オレンジムース	軟飯 豚汁風 さけのやわらか煮 ブロッコリーのあえもの バナナ ジャムサンド	ミルク 全がゆ 大根のだし汁 白身魚のやわらか煮 ブロッコリーのとろとろ煮 バナナ	ミルク 10倍がゆ 白身魚のやわらか煮 ブロッコリーのとろとろ煮 バナナ
12土				
13日				
14月	牛乳 ごはん ビーフンのスープ なすの麻婆いため 小松菜のサラダ オレンジ 牛乳 チーズ蒸しパン	軟飯 ビーフンのスープ なすの麻婆いため 小松菜のあえもの オレンジ チーズ蒸しパン	ミルク 全がゆ 人参のスープ なすの麻婆いため 小松菜のやわらか煮 オレンジ	ミルク 10倍がゆ 豆腐となすのとろとろ煮 小松菜のやわらか煮 オレンジ
15火	牛乳 ごはん 五目みそ汁 カレイの天ぷら 春雨サラダ もも缶 牛乳 かぼちゃケーキ	軟飯 五目みそ汁 白身魚のやわらか煮 春雨サラダ くだもの 蒸しかぼちゃ	ミルク 全がゆ 五目みそ汁 白身魚のやわらか煮 きゅうりのあえもの くだもの	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 くだもの

日付	完了期	後期	中期	初期
16水	牛乳 夏野菜カレー きゅうりとコーンのサラダ バナナ ヨーグルトパンケーキ	軟飯 ミルクシチュー きゅうりとコーンのあえもの バナナ いちごジャムヨーグルト	ミルク 全がゆ ミルクシチュー きゅうりのあえもの バナナ	ミルク 10倍がゆ ミルクシチュー きゅうりのあえもの バナナ
17木	牛乳 パン・食パン 野菜スープ 肉団子の揚げ煮 マセドワーズサラダ みかん缶 りんごゼリー	食パン 野菜スープ 鶏団子のやわらか煮 じゃがいものあえもの くだもの りんご煮	ミルク パンがゆ ほうれん草のだし汁 鶏団子のやわらか煮 じゃがいものとうとう煮 くだもの	ミルク パンがゆ 豆腐のやわらか煮 じゃがいものとうとう煮 くだもの
18金	牛乳 ごはん みそ汁(玉ねぎ・わかめ) ほっけの塩焼き 切干大根ともやしの炒め物 キウイフルーツ フルーツサンド	軟飯 みそ汁(玉ねぎ・わかめ) 白身魚の塩焼き 切干大根ともやしのやわらか煮 キウイフルーツ ジャムサンド	ミルク 全がゆ 玉ねぎのだし汁 白身魚のとうとう煮 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 白身魚のとうとう煮 ほうれん草のやわらか煮 くだもの
19土	牛乳 豆乳ココア ハヤシライス 白菜とハムのサラダ ブルーベリーヨーグルト ごまトースト	軟飯 ミルクシチュー 白菜のあえもの ヨーグルト ごまトースト風	ミルク 全がゆ ミルクシチュー 白菜のとうとう煮 くだもの	ミルク 10倍がゆ ミルクシチュー 白菜のとうとう煮 くだもの 
20日				
21月	〈海の日〉			
22火	牛乳 ごはん すまし汁 さばのごま焼き 五目野菜のみそ煮 バナナ みたらし芋もち	軟飯 すまし汁 白身魚のとうとう煮 ごぼうと人参のみそ煮 バナナ きなこおにぎり	ミルク 全がゆ 小松菜と人参のだし汁 白身魚のとうとう煮 人参のやわらか煮 バナナ	ミルク 10倍がゆ 白身魚のとうとう煮 人参のやわらか煮 バナナ 
23水	牛乳 きつねうどん 磯辺さつまいも焼き 牛乳フルーツかんでん コーンマヨトースト	野菜うどん さつま芋煮 バナナ コーントースト風	ミルク 野菜うどん さつまいものやわらか煮 バナナ	ミルク 野菜うどん さつまいものやわらか煮 バナナ
24木	牛乳 パン・食パン マカロニスープ パンプキンオムレツ キャベツのツナマヨネーズあえ 洋なし缶	食パン マカロニスープ パンプキンオムレツ キャベツのあえもの くだもの チーズおかかおにぎり	ミルク パンがゆ キャベツのだし汁 かぼちゃ煮 キャベツのとうとう煮 くだもの	ミルク パンがゆ かぼちゃと豆腐のやわらか煮 キャベツのとうとう煮 くだもの
25金	牛乳 ごはん さつま汁 たらこの磯辺焼き 炒り豆腐 キウイフルーツ オレンジゼリー	軟飯 さつま汁 白身魚の磯辺焼き 炒り豆腐 キウイフルーツ 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 豆腐のやわらか煮 キウイフルーツ	ミルク 10倍がゆ 白身魚のやわらか煮 豆腐のやわらか煮 くだもの
26土	牛乳 豆乳ココア ねぎ塩豚丼 豆腐すまし汁 オレンジ 牛乳 バナナハードケーキ	軟飯 鶏ささみのねぎ塩煮 豆腐すまし汁 オレンジ バナナケーキ	ミルク 全がゆ 鶏ささみのとうとう煮 豆腐のだし汁 オレンジ 	ミルク 10倍がゆ 白身魚のとうとう煮 ほうれん草のやわらか煮 オレンジ 
27日				
28月	牛乳 ごはん みそ汁(切干大根・里芋) レバーと芋の甘辛焼き きゅうりの華風サラダ バナナ どら焼き	軟飯 みそ汁(切干大根・里芋) 鶏ささみとじゃが芋の煮物 きゅうりのあえもの バナナ いも煮	ミルク 全がゆ さといものみそ汁 じゃが芋のとうとう煮 きゅうりのとうとう煮 バナナ	ミルク 10倍がゆ じゃが芋ととうとう煮 きゅうりのとうとう煮 バナナ
29火	牛乳 ごはん 五目みそ汁 白身魚のカレー焼き キャベツの胡麻マヨネーズあえ キウイフルーツ ポテサラサンド	軟飯 野菜のみそ汁 白身魚のやわらか煮 キャベツのあえもの キウイフルーツ ポテサラサンド	ミルク 全がゆ にんじんと玉ねぎのだし汁 白身魚のやわらか煮 キャベツのとうとう煮 キウイフルーツ	ミルク 10倍がゆ 白身魚のやわらか煮 キャベツのとうとう煮 くだもの
30水	牛乳 みそラーメン シュウマイ フルーツカクテル 牛乳 ココアプリン	野菜うどん 鶏ささみの煮物 キウイフルーツ コーンおにぎり	ミルク 野菜うどん 鶏ささみの煮物 キウイフルーツ	ミルク 野菜うどん 豆腐の煮物 くだもの
31木	牛乳 パン・食パン ポトフ てりやきハンバーグ パスタサラダ バナナ いちごジャムヨーグルト	食パン 野菜スープ 鶏団子の照り煮 パスタのあえもの キウイフルーツ いちごジャムヨーグルト	ミルク パンがゆ 野菜スープ 鶏団子の照り煮 キャベツときゅうりのとうとう煮 キウイフルーツ	ミルク パンがゆ 白身魚のだし煮 キャベツときゅうりのとうとう煮 くだもの