



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 | 〈年始休業日〉 | | | |
| 2金 | 〈年始休業日〉 | | | |
| 3土 | 〈年始休業日〉 | | | |
| 4日 | 〈年始休業日〉 | | | |
| 5月 | 牛乳 ごはん みそ汁(切干大根・さといも) さばとごぼうの煮つけ いんげんのツナあえ もも缶 牛乳 ハムチーズ蒸しパン | 軟飯 みそ汁(切干大根・さといも) 白身魚とごぼう煮 いんげんのツナあえ くだもの チーズ蒸しパン | ミルク 全がゆ さといものだし汁 白身魚のやわらか煮 にんじんのとろとろ煮 くだもの | ミルク 10倍がゆ 白身魚のやわらか煮 にんじんのとろとろ煮 くだもの |
| 6火 | 牛乳 ごはん みそ汁(さつま芋・チンゲン菜) 大豆の天ぷら キャベツの胡麻マヨネーズあえ 洋なし缶 牛乳 ココアラスク | 軟飯 みそ汁(さつま芋・チンゲン菜) 大豆のやわらか煮 キャベツのあえもの くだもの シュガートースト | ミルク 全がゆ さつま芋のだし汁 大豆のやわらか煮 キャベツのとろとろ煮 くだもの | ミルク 10倍がゆ 大豆のやわらか煮 キャベツのとろとろ煮 くだもの |
| 7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 白菜のサラダ キウイフルーツ 牛乳 オレンジゼリー | しらすごはん みそ汁(なす・玉ねぎ) ふんわりつくねのあんかけ 白菜のあえもの キウイフルーツ ジャムサンド | 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 白菜のやわらか煮 キウイフルーツ | ミルク 10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮 白菜のやわらか煮 くだもの |
| 8木 | 牛乳 食パン ポテトスープ 大豆とツナの和風オムレツ ゆで野菜 洋なし缶 牛乳 とりそぼろおにぎり | 食パン ポテトスープ 大豆とツナの和風オムレツ ゆで野菜 くだもの とりそぼろおにぎり | ミルク パンがゆ じゃがいものだし汁 大豆のやわらか煮 キャベツのやわらか煮 くだもの | ミルク パンがゆ 大豆のやわらか煮 キャベツのやわらか煮 くだもの |
| 9金 | 牛乳 ごはん 豆腐みそ汁(こまつな・ねぎ) 鮭のごま焼き 筑前煮 オレンジ 牛乳 黒みつときなこのミルクプリン | 軟飯 豆腐みそ汁 鮭のやわらか煮 野菜の煮物 オレンジ きなこおにぎり | ミルク 全がゆ 豆腐のだし汁 鮭のやわらか煮 人参のとろとろ煮 オレンジ | ミルク 10倍がゆ 白身魚のやわらか煮 人参のとろとろ煮 オレンジ |
| 10土 | 牛乳 豆乳コカア 鶏肉の照り焼き丼 ほうれん草のナムル ブルーベリーヨーグルト 牛乳 人参カップケーキ | 軟飯 鶏ささみのやわらか煮 ほうれん草のあえもの ブルーベリーヨーグルト 人参蒸しパン | ミルク 全がゆ 鶏ささみのやわらか煮 ほうれん草のやわらか煮 ヨーグルト | 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日 | | | | |
| 12月 | 〈成人の日〉 | | | |
| 13火 | 牛乳 ごはん みそ汁(豚肉・なめこ) 白身魚とポテトのバター焼き きゅうりの黒ごまサラダ もも缶 牛乳 あんまん風蒸しパン | 軟飯 大根のみそ汁 白身魚とポテトのやわらか煮 きゅうりのあえもの くだもの 蒸しパン | ミルク 全がゆ 大根のだし汁 白身魚とポテトのやわらか煮 きゅうりのとろとろ煮 くだもの | ミルク 10倍がゆ 白身魚とポテトのやわらか煮 きゅうりのとろとろ煮 くだもの |
| 14水 | 牛乳 じゃこごまおにぎり ちゃんぽんラーメン みかん 牛乳 バナナのフルーツサンド | じゃこおにぎり 野菜うどん みかん バナナジャムサンド | ミルク 野菜うどん 鶏団子のやわらか煮 きゅうりのとろとろ煮 | ミルク 野菜うどん みかん |
| 15木 | 牛乳 食パン コーンスープ タンドリーチキン パスタサラダ キウイフルーツ 牛乳 鮭チーズおにぎり | 食パン コーンスープ 鶏団子のトマト煮 パスタのあえもの キウイフルーツ 鮭チーズおにぎり | ミルク パンがゆ 玉ねぎのだし汁 キャベツのとろとろ煮 キウイフルーツ | ミルク パンがゆ 白身魚のトマト煮 キャベツのとろとろ煮 くだもの |
| 16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 | 軟飯 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 10倍がゆ 白身魚のやわらか煮 人参のとろとろ煮 バナナ |

| 日付 | 完了期 | 後期 | 中期 | 初期 |
|-----|---|--|--|--|
| 17土 | 牛乳 豆乳ココア みそ炒め丼 すまし汁(こまつな・にんじん) バナナ 牛乳 バターシュガートースト | 軟飯 鶏団子とキャベツのみそ煮 すまし汁(こまつな・にんじん) バナナ シュガートースト | ミルク 全がゆ 鶏団子とキャベツのやわらか煮 こまつなのだし汁 バナナ | ミルク 10倍がゆ 白身魚とキャベツのやわらか煮 こまつなのだし汁 バナナ |
| 18日 | | | | |
| 19月 | 牛乳 ごはん 五目みそ汁 凍り豆腐のふわふわ煮 白菜のりあえ キウイフルーツ 牛乳 豆乳かんてん | 軟飯 五目みそ汁 豆腐のふわふわ煮 白菜のりあえ 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 豆腐と野菜のやわらか煮 白菜のとろとろ煮 キウイフルーツ | ミルク 10倍がゆ 豆腐と野菜のやわらか煮 白菜のとろとろ煮 くだもの |
| 20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 みかん 牛乳 芋もち | 軟飯 おかず汁 白身魚のやわらか煮 キャベツの煮浸し みかん 蒸しじゃがいも | 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 みかん | 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 みかん |
| 21水 | 牛乳 えびと野菜のカレー ゆで野菜 フルーツカクテル 牛乳 チーズサンド | 軟飯 ミルクシチュー キャベツのあえもの くだもの チーズサンド | ミルク 全がゆ ミルクシチュー キャベツのとろとろ煮 くだもの | ミルク 10倍がゆ ミルクシチュー キャベツのとろとろ煮 くだもの |
| 22木 | 牛乳 ロールパン 野菜スープ ベーコンオムレツ キャベツのツナマヨネーズあえ 洋なし缶 牛乳 ごまみそ焼きおにぎり | 食パン 野菜スープ オムレツ キャベツのあえもの くだもの おにぎり | ミルク パンがゆ ほうれん草のだし汁 鶏団子のトマト煮 キャベツのやわらか煮 くだもの | ミルク パンがゆ 白身魚のトマト煮 キャベツのやわらか煮 くだもの |
| 23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 もも缶 牛乳 オレンジムース | 軟飯 けんちん汁 さけのみそ煮 ほうれん草のあえもの くだもの いちごジャムヨーグルト | 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 くだもの | ミルク 10倍がゆ 白身魚のやわらか煮 ほうれん草のとろとろ煮 くだもの |
| 24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 バナナ 牛乳 きなこクリームサンド | ごはん ミルクシチュー きゅうりとコーンのあえもの バナナ わかめおにぎり | ミルク 全がゆ ミルクシチュー きゅうりのとろとろ煮 バナナ | ミルク 10倍がゆ ミルクシチュー きゅうりのとろとろ煮 バナナ |
| 25日 | | | | |
| 26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 ホットアップルケーキ | 軟飯 みそ汁(もやし・えのき) 鶏ささみとほうれん草の卵とじ 春雨のあえもの キウイフルーツ ホットアップルケーキ | ミルク 全がゆ 人参のだし汁 鶏ささ身と野菜煮 きゅうりのとろとろ煮 キウイフルーツ | ミルク 10倍がゆ 豆腐とほうれん草のやわらか煮 きゅうりのとろとろ煮 くだもの |
| 27火 | 牛乳 ごはん 豚汁 ししゃものフライ ほうれん草のサラダ オレンジ 牛乳 ふわふわ好み焼き | 軟飯 野菜のみそ汁 白身魚のパン粉焼き ほうれん草のあえもの オレンジ キャベツのお好み焼き風 | ミルク 全がゆ 野菜のだし汁 白身魚のとろとろ煮 ほうれん草のやわらか煮 オレンジ | 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 オレンジ |
| 28水 | 牛乳 ミートスパゲティー きのこのスープ バナナ 牛乳 コアプリン | 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 野菜のとろとろ煮 バナナ |
| 29木 | 牛乳 食パン白菜の豆乳スープ ハンバーグ スイートポテトサラダ みかん缶 牛乳 青菜カップケーキ | 食パン 白菜豆乳スープ 鶏団子のトマト煮 さつま芋のあえもの くだもの 青菜カップケーキ | パンがゆ 白菜豆乳スープ 鶏団子のトマト煮 さつま芋のあえもの くだもの | パンがゆ 豆腐のトマト煮 さつま芋のあえもの くだもの |
| 30金 | 牛乳 ごはん みそ汁(チンゲン菜・だいこん) たらの磯辺焼き 人参シリシリー もも缶 牛乳 ごまドーナツ | 軟飯 みそ汁(チンゲン菜・だいこん) 鮭のやわらか煮 人参と炒り卵のいためもの くだもの きなこおにぎり | ミルク 全がゆ チンゲン菜と大根のだし汁 鮭のやわらか煮 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 |
| 31土 | 牛乳 豆乳ココア 豚丼 みそ汁(玉ねぎ・わかめ) キウイフルーツ 牛乳 ブルーベリージャムサンド | 軟飯 鶏ささみのやわらか煮 みそ汁(玉ねぎ・わかめ) キウイフルーツ ジャムサンド | ミルク 全がゆ 鶏ささみのやわらか煮 玉ねぎのだし汁 キウイフルーツ | ミルク 10倍がゆ 白身魚のやわらか煮 玉ねぎのとろとろ煮 くだもの |