



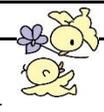
離乳食メニュー



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(こまつな・たまねぎ) 肉じゃが(カレー味) ほうれん草のサラダ キウイフルーツ 牛乳 いちごクラッカーサンド	軟飯 みそ汁(こまつな・たまねぎ) じゃがいものどろろ煮 ほうれん草のあえもの キウイフルーツ ジャムサンド	ミルク 全がゆ じゃがいものだし汁 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 じゃがいものどろろ煮 ほうれん草のやわらか煮 くだもの
3火	いろどり丼 そうめん汁 えびフライ ウィンナー ゆで野菜 カルピス みかん 牛乳 桃のカップケーキ	混ぜご飯 そうめん汁 白身魚のどろろ煮 鶏ささみの煮物 ブロッコリーのあえもの みかん 蒸しパン	ミルク 全がゆ そうめん汁 白身魚のやわらか煮 ブロッコリーのあえもの みかん	ミルク 10倍がゆ 人参のどろろ煮 白身魚のやわらか煮 ブロッコリーのあえもの みかん
4水	牛乳 チャーハン 中華スープ 小松菜のおかかあえ バナナ 牛乳 黒みつときなこのミルクプリン	混ぜご飯 野菜スープ 鮭のやわらか煮 小松菜のおかかあえ バナナ きなこおにぎり	ミルク 全がゆ 野菜のだし汁 鮭のやわらか煮 小松菜のやわらか煮 バナナ	ミルク 10倍がゆ 豆腐の煮物 小松菜のやわらか煮 バナナ
5木	牛乳 食パン コンソメスープ 鶏肉のコーンマヨ焼き ゆで野菜 洋なし缶 牛乳 おやつ焼きそば	食パン 野菜のスープ 鶏ささみのコーン焼き ゆで野菜 くだもの 野菜うどん	ミルク パンがゆ 野菜のスープ 鶏ささみのやわらか煮 ゆで野菜 くだもの	ミルク パンがゆ かれのいやわらか煮 ゆで野菜 くだもの
6金	牛乳 ごはん みそ汁(かぼちゃ・ねぎ) 白身魚のきのこ煮 ほうれん草の納豆あえ オレンジ 牛乳 ぶどうゼリー	軟飯 みそ汁(かぼちゃ・ねぎ) 白身魚のきのこ煮 ほうれん草の納豆あえ オレンジ ジャムサンド	ミルク 全がゆ かぼちゃのだし汁 白身魚のやわらか煮 ほうれん草のどろろ煮 オレンジ	ミルク 10倍がゆ 白身魚の柔らか煮 ほうれん草のどろろ煮 オレンジ
7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 ハムサンド	軟飯 白菜と鶏ささみのどろろ煮 わかめスープ くだもの シュガートースト	ミルク 全がゆ 白菜と鶏ささみのどろろ煮 キャベツの汁 くだもの	ミルク 10倍がゆ 白菜と白身魚のどろろ煮 くだもの
8日				
9月	牛乳 ごはん 中華風コーンスープ なすの麻婆いため 小松菜のナムル オレンジ 牛乳 キャベツマフィン	軟飯 コーンスープ なすの麻婆いため こまつなあえ オレンジ キャベツ蒸しパン	ミルク 全がゆ 人参のだし汁 なすのやわらか煮 小松菜のどろろ煮 オレンジ	ミルク 10倍がゆ なすと豆腐のやわらか煮 小松菜のどろろ煮 オレンジ
10火	牛乳 ごはん おかず汁 さばの生姜煮 きんぴらごぼう バナナ 牛乳 ブルーベリーヨーグルト	軟飯 おかず汁 鮭のどろろ煮 ごぼうと人参のやわらか煮 バナナ ブルーベリーヨーグルト	ミルク 全がゆ 豆腐となすのだし汁 鮭のどろろ煮 人参のやわらか煮 バナナ	ミルク 10倍がゆ 白身魚のどろろ煮 人参のやわらか煮 バナナ
11水	牛乳 ケチャップスパゲティー ポテトスープ フルーツポンチ 牛乳 きな粉ホットケーキ	トマトスパゲティー風 ポテトスープ くだもの きなこ蒸しパン	ミルク うどんのトマト煮 じゃがいものだし汁 くだもの	ミルク うどんのトマト煮 くだもの
12木	牛乳 食パン 白菜の豆乳スープ ナゲット コールスローサラダ キウイフルーツ 牛乳 ごまみそ焼きおにぎり	食パン 白菜の豆乳スープ 鶏団子のトマト煮 キャベツのあえもの オレンジ おかかおにぎり	ミルク パンがゆ 白菜の豆乳スープ 鶏団子のトマト煮 キャベツのどろろ煮 オレンジ	ミルク パンがゆ 豆腐のトマト煮 キャベツのどろろ煮 オレンジ
13金	牛乳 エビピラフ コーンスープ チーズハンバーグ きゅうりのツナサラダ フライドポテト バナナ 牛乳 プリン	混ぜご飯 コーンスープ 鶏ささみのやわらか煮 きゅうりのツナあえ じゃがいものやわらか煮 バナナ ジャムサンド	ミルク 全がゆ 玉ねぎのだし汁 鶏ささみのやわらか煮 きゅうりのどろろ煮 バナナ	ミルク 10倍がゆ 豆腐のやわらか煮 きゅうりのどろろ煮 バナナ
14土	牛乳 豆乳ココア 大豆カレーライス ほうれん草のごま和え 洋なし缶 牛乳 フルーチェ	軟飯 ミルクシチュー ほうれん草のあえもの くだもの わかめおにぎり	ミルク 全がゆ ミルクシチュー ほうれん草のどろろ煮 くだもの	ミルク 10倍がゆ ミルクシチュー ほうれん草のどろろ煮 くだもの

日付	完了期	後期	中期	初期
15日				
16月	牛乳 ごはん みそ汁(白菜・油あげ) 厚焼き卵 筑前煮 キウイフルーツ 牛乳 あげいも	軟飯 みそ汁(白菜・油揚げ) 厚焼き卵 ごぼうと人参の煮物 キウイフルーツ 蒸しじゃがいも	ミルク 全がゆ 白菜のだし汁 鶏ささみやわらか煮 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
17火	牛乳 ごはん 五目みそ汁 たらの磯辺焼き 炒り豆腐 もも缶 牛乳 りんご米粉蒸しパン	軟飯 五目みそ汁 かれいのやわらか煮 炒り豆腐 くだもの りんご米粉蒸しパン	ミルク 全がゆ 五目みそ汁 かれいのやわらか煮 炒り豆腐 くだもの	ミルク 10倍がゆ 白身魚のやわらか煮 豆腐のとろとろ煮 くだもの
18水	牛乳 バターチキンカレー ポテトサラダ フルーツカクテル 牛乳 ココアプリン	軟飯 ミルクシチュー じゃがいものあえもの くだもの ジャムサンド	ミルク 全がゆ ミルクシチュー じゃがいものとろとろ煮 くだもの	ミルク 10倍がゆ ミルクシチュー じゃがいものとろとろ煮 くだもの
19木	牛乳 ロールパン きのこ豆乳スープ ハンバーグ パスタサラダ オレンジ 牛乳 鮭チーズおにぎり	ロールパン きのこ豆乳スープ ハンバーグ パスタサラダ オレンジ 鮭チーズおにぎり	ミルク パンがゆ きのこ豆乳汁 鶏団子の煮物 きゅうりのとろとろ煮 オレンジ	ミルク パンがゆ 鶏団子の煮物 きゅうりのとろとろ煮 オレンジ
20金	〈春分の日〉			
21土	牛乳 豆乳ココア プルコギ丼 みそ汁(もやし・あげ) いちごジャムヨーグルト 牛乳 ごまトースト	軟飯 鶏ささみのやわらか煮 もやしのみそ汁 いちごジャムヨーグルト シュガートースト	ミルク 全がゆ 鶏ささみのやわらか煮 にんじんのだし汁 ヨーグルト	ミルク 10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮 ヨーグルト 
22日				
23月	牛乳 ごはん みそ汁(切干しいんご・さいとも) 厚揚げの炒め物 コロコロサラダ バナナ 牛乳 オレンジムース	軟飯 みそ汁(切干しいんご・さいとも) 野菜と鶏団子の煮物 さつまいものあえもの バナナ オレンジヨーグルト	ミルク 全がゆ 里芋のだし汁 野菜と鶏団子の煮物 さつまいものあえもの バナナ	ミルク 10倍がゆ 豆腐と野菜の煮物 さつまいものあえもの バナナ
24火	牛乳 ごはん みそ汁(こまつな・たまねぎ) ほっけのバター醤油焼き 五目野菜のみそ煮 キウイフルーツ 牛乳 あげばん	軟飯 みそ汁(こまつな・たまねぎ) 白身魚のやわらか煮 野菜のみそ煮 キウイフルーツ きなこおにぎり	ミルク 全がゆ 小松菜のだし汁 白身魚のやわらか煮 野菜のみそ煮 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
25水	牛乳 みそラーメン ほうれん草のサラダ パイン缶 牛乳 ピザトースト	野菜うどん ほうれん草のサラダ くだもの ピザトースト	ミルク 野菜うどん ほうれん草のサラダ くだもの	ミルク 野菜うどん ほうれん草のサラダ くだもの
26木	牛乳 食パン マカロニスープ パンプキンオムレツ ブロッコリーのツナサラダ みかん缶 牛乳 わかめおにぎり	食パン マカロニスープ パンプキンオムレツ ブロッコリーのツナあえ くだもの わかめおにぎり	ミルク パンがゆ 野菜のだし汁 かぼちゃのやわらか煮 ブロッコリーのとろとろ煮 くだもの	ミルク パンがゆ かぼちゃのやわらか煮 ブロッコリーのとろとろ煮 くだもの
27金	牛乳 ごはん さつま汁 かれいのチーズパン粉焼き きゅうりの華風サラダ もも缶 牛乳 青菜カップケーキ	軟飯 さつま汁 かれいのチーズパン粉焼き きゅうりのあえもの くだもの 青菜蒸しパン	ミルク 全がゆ さつま汁 かれいのやわらか煮 きゅうりのとろとろ煮 くだもの	ミルク 10倍がゆ かれいのやわらか煮 きゅうりのとろとろ煮 くだもの
28土	牛乳 豆乳ココア ホワイトシチューライス 小松菜のサラダ オレンジ 牛乳 パナナスティックパン	軟飯 ミルクシチュー 小松菜のあえもの オレンジ パナナスティックパン	ミルク ミルクシチュー 小松菜のとろとろ煮 オレンジ	ミルク ミルクシチュー 小松菜のとろとろ煮 オレンジ
29日				
30月	牛乳 ごはん みそ汁(じゃが芋・さやえんどう) 大豆の天ぷら 白菜のじゃこドレッシングあえ キウイフルーツ 牛乳 フルーツゼリー	軟飯 みそ汁(じゃが芋・きぬさや) 大豆と玉ねぎのやわらか煮 白菜のじゃこあえ キウイフルーツ ジャムサンド	ミルク 全がゆ じゃが芋のだし汁 大豆と玉ねぎのやわらか煮 白菜のとろとろ煮 キウイフルーツ	ミルク 10倍がゆ 大豆と玉ねぎのやわらか煮 白菜のとろとろ煮 くだもの
31火	牛乳 ごはん みそ汁(玉ねぎ・わかめ) さけの照り焼き 切干大根ともやしの炒め物 バナナ 牛乳 チョコっとフレンチ	軟飯 みそ汁(玉ねぎ・わかめ) さけの照り焼き煮 切干大根ともやしのあえもの バナナ シュガートースト	ミルク 全がゆ 玉ねぎのだし汁 さけのやわらか煮 チンゲン菜のとろとろ煮 バナナ	ミルク 10倍がゆ 白身魚のやわらか煮 チンゲン菜ととろとろ煮 バナナ