

日曜	献立	材料名	
3月	軟飯~ご飯	米	完了期の間食は、果物や味付け・硬さなどに配慮した手作りのもの、ベビーせんべい等を提供します☆ ご家庭では、おにぎりや果物などが簡単に準備でき、とりたい栄養もとることができる間食になります！
	豚肉と高野のスープ	豚肉、片栗粉、凍り豆腐、たまねぎ、にんじん、ねぎ、水、中華だしの素、しょうゆ	
	じゃがいものお焼き オレンジ	じゃがいも、たまねぎ、ベーコン、パセリ粉、塩、米粉、オリーブ油、オレンジ	
	牛乳(ミルク) ベビーせんべい	ベビーせんべい	
4火	軟飯~ご飯	米	
	じゃがいもとさば缶煮	じゃがいも、にんじん、さば、ねぎ、だし汁、砂糖、しょうゆ	
	春雨サラダ オレンジ	はるさめ、ハム、キャベツ、きゅうり、にんじん、酢、しょうゆ、砂糖、だし汁、オレンジ	
	牛乳(ミルク) バナナ	バナナ	
5水	軟飯~ご飯	米	
	ハヤシ風	牛肉、たまねぎ、にんじん、油、水、洋風だしの素、ケチャップ、塩、米粉	
	ブロッコリーのサラダ バナナ	ブロッコリー、キャベツ、にんじん、マヨネーズ、だし汁、バナナ	
	牛乳(ミルク) ベビーせんべい	ベビーせんべい	
6木	軟飯~ご飯	米	米でんぷんから作られるビーフンは、軟らかめに茹でて使います☆
	焼きビーフン	ビーフン、ツナ缶、たまねぎ、にんじん、ピーマン、油、だし汁、しょうゆ	
	豆腐のすまし汁 オレンジ	豆腐、たまねぎ、にんじん、わかめ、ねぎ、だし汁、しょうゆ、オレンジ	
	牛乳(ミルク) バナナ	バナナ	
7金	軟飯~ご飯	米	
	洋風きんぴら煮	牛肉、じゃがいも、にんじん、ピーマン、だし汁、砂糖、しょうゆ	
	オニオンスープ オレンジ	たまねぎ、ベーコン、にんじん、洋風だしの素、水、パセリ粉、オレンジ	
	わかめおにぎり	米、炊き込みわかめ	
10月	軟飯~ご飯	米	1歳過ぎるとほんの少しカレー粉を使ってカレー風味に☆
	カレー風	豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、油、カレー粉、洋風だしの素、ケチャップ、米粉	
	みかんサラダ いちご	キャベツ、きゅうり、みかん、マヨネーズ、レモン、いちご	
	牛乳(ミルク) 粉ふきいも	じゃがいも、塩、あおのり	
11火	軟飯~ご飯	米	魚に片栗粉をまぶして、唐揚げに☆ 手で持って食べられる美味しい唐揚げです。
	肉じゃが	牛肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、グリーンピース、油、しょうゆ、砂糖、だし汁	
	中華風サラダ バナナ	ハム、キャベツ、きゅうり、にんじん、だし汁、酢、しょうゆ、砂糖、バナナ	
	炊き込みおにぎり	米、鶏ひき肉、にんじん、しいたけ、しょうゆ	
12水	軟飯~ご飯	米	
	さわらの唐揚げ きゃべつの昆布煮	さわら、片栗粉、油、キャベツ、にんじん、塩こんぶ、だし汁	
	みそ汁	たまねぎ、にんじん、しめじ、わかめ、ねぎ、だし汁、みそ	
	牛乳(ミルク) 蒸しかぼちゃ	かぼちゃ、塩	
13木	軟飯~ご飯	米	
	ハンバーグ	牛ひき肉、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、塩、油、ケチャップ、だし汁	
	しょうゆフレンチ 金時煮豆	キャベツ、ほうれんそう、にんじん、しょうゆ、酢、油、いんげんまめ、砂糖、しょうゆ	
	フルーツヨーグルト	ヨーグルト、バナナ、いちご、レーズン	
14金	軟飯~ご飯	米	
	マーボー豆腐	豆腐、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、しいたけ、砂糖、しょうゆ、中華だしの素、水、片栗粉	
	青菜のおかか和え オレンジ	キャベツ、こまつな、にんじん、かつお節、しょうゆ、オレンジ	
	牛乳(ミルク) いも餅	じゃがいも、片栗粉、しょうゆ、油	
17月	軟飯~ご飯	米	
	カレー風	鶏肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、グリーンピース、油、カレー粉、中華だしの素、ケチャップ、水、米粉	
	コールスローサラダ バナナ	キャベツ、きゅうり、にんじん、酢、油、砂糖、バナナ	
	牛乳(ミルク) 蒸しパン	米粉、ベーキングパウダー、砂糖、油、水	
18火	軟飯~ご飯	米	
	あかうおの煮付 じゃがいもの素揚げ	あかうお、砂糖、しょうゆ、だし汁、じゃがいも、油、塩	
	春きゃべつのスープ	ベーコン、キャベツ、たまねぎ、にんじん、洋風だしの素、塩、水、パセリ粉	
	牛乳(ミルク) 豆腐もち	豆腐、片栗粉、砂糖、しょうゆ、水、片栗粉	
19水	軟飯~ご飯	米	
	揚げ鶏と野菜煮	鶏肉、片栗粉、油、ブロッコリー、にんじん、だし汁、しょうゆ	
	わかめのすまし汁	豆腐、にんじん、えのきたけ、わかめ、ねぎ、だし汁、しょうゆ	
	牛乳(ミルク) ベビーせんべい	ベビーせんべい	
20木	軟飯~ご飯	米	
	ビビンバ風あんかけ	豚ひき肉、油、こまつな、もやし、にんじん、だし汁、砂糖、しょうゆ、片栗粉	
	春雨スープ オレンジ	はるさめ、たまねぎ、チンゲンサイ、にんじん、しいたけ、水、中華だしの素、塩、オレンジ	
	牛乳(ミルク) マヨネーズトースト	食パン、マヨネーズ	
21金	軟飯~ご飯	米	豆やいものでんぷんからできたはるさめは短めに切って使います☆
	さわらのマヨネーズ焼き 即席漬け	さわら、たまねぎ、マヨネーズ、パセリ粉、キャベツ、きゅうり、にんじん、塩こんぶ、塩	
	じゃが芋のみそ汁	じゃがいも、たまねぎ、にんじん、わかめ、ねぎ、だし汁、みそ	
	牛乳(ミルク) ベビーせんべい	ベビーせんべい	
24月	軟飯~ご飯	米	
	五目うどん	うどん、鶏肉、たまねぎ、にんじん、しいたけ、ねぎ、だし汁、みりん、しょうゆ	
	納豆みそ バナナ	納豆、豚ひき肉、ねぎ、ごま、みそ、砂糖、バナナ	
	牛乳(ミルク) お好み焼き	米粉、だし汁、キャベツ、豚ひき肉、かつお節、しょうゆ、油	
25火	軟飯~ご飯	米	
	ポテトグラタン	じゃがいも、豚ひき肉、油、たまねぎ、にんじん、水、洋風だしの素、ケチャップ、米粉	
	野菜スープ いちご	たまねぎ、キャベツ、にんじん、水、洋風だしの素、パセリ粉、いちご	
	おにぎり	米、塩	
26水	軟飯~ご飯	米	
	おから入りナゲット	鶏ひき肉、おから、豆腐、たまねぎ、洋風だしの素、片栗粉、油、ケチャップ	
	スナップえんどう すまし汁	スナップえんどう、マヨネーズ、たまねぎ、えのきたけ、にんじん、しいたけ、ねぎ、だし汁、しょうゆ	
	牛乳(ミルク) ベビーせんべい	ベビーせんべい	
27木	軟飯~ご飯	米	茹でて漬したじゃが芋に、下茹でしたさばの身をほぐして加え、焼きます！
	さばバーグ	さば、たまねぎ、じゃがいも、米粉、油、しょうゆ、みりん	
	新玉ねぎのみそ汁	たまねぎ、じゃがいも、わかめ、ねぎ、だし汁、みそ	
	牛乳(ミルク) バナナ	バナナ	
28金	軟飯~ご飯	米	
	ひじきのさらさ炒め	ひじき、豆腐、鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、グリーンピース、油、砂糖、しょうゆ	
	シルバーサラダ オレンジ	はるさめ、ベーコン、キャベツ、きゅうり、にんじん、マヨネーズ、塩、酢、だし汁、オレンジ	
	牛乳(ミルク) ふのラスク	麩、油、砂糖	

※ 午前の間食時間には牛乳(ミルク)を飲みます。
 ※ 使用食材の中に食べたことのないものがあれば、お知らせください。
 ※ 都合により献立を変更する場合がありますがご了承ください。

完了期は手づかみ食べにより、自分で食べる楽しみが増えます！

手づかみ食べがしやすいよう、手に持ちやすいものを準備しましょう。ごはんを小さな俵型にすると、手づかみしやすいです。

1歳過ぎると牛乳を飲むことも可能です！

離乳が順調に進んでいる場合は、間食の時間帯に牛乳(又はミルク)を飲みましょう。