

日曜	献立	材料名
1 金	軟飯～ご飯	米
	カレー風 切り干しサラダ バナナ	豚肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、ピーマン、油、カレー粉、中華だしの素、ケチャップ、ソース、しょうゆ、水、米粉 切り干しだいこん、きゅうり、ツナ缶、にんじん、酢、しょうゆ、油、砂糖 バナナ
	牛乳（ミルク） お焼き	じゃがいも、豚肉、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、米粉、油、しょうゆ
4 月	軟飯～ご飯	米
	冷やしうどん 納豆みそ バナナ	うどん、わかめ、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、豚ひき肉、ねぎ、ごま、みそ、砂糖、酒 バナナ
	牛乳（ミルク） かぼちゃのお焼き	かぼちゃ、砂糖、米粉、油
5 火	軟飯～ご飯	米
	さばのみそ風味煮 あげじゃが すまし汁	さば、みそ、砂糖、しょうゆ、酒 じゃがいも、油 たまねぎ、えのきたけ、にんじん、わかめ、ねぎ、だし汁、しょうゆ
	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、酒
6 水	軟飯～ご飯（鶏あんかけ）	米、鶏ひき肉、だし汁、しょうゆ、片栗粉
	しょうゆフレンチ煮 みそ汁	キャベツ、きゅうり、にんじん、しょうゆ、酢、油、だし汁 たまねぎ、にんじん、しめじ、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
7 木	軟飯～ご飯	米
	ハンバーグ きゅうりとしらすの酢の物 わかめスープ	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、みりん きゅうり、キャベツ、にんじん、しらす干し、酢、砂糖、だし汁 わかめ、たまねぎ、にんじん、しいたけ、ねぎ、中華だしの素、水
	牛乳（ミルク） バナナ	バナナ
8 金	軟飯～ご飯	米
	夏野菜マーボー豆腐 たたききゅうり バナナ	豆腐、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、なす、ピーマン、しいたけ、油、水、中華だしの素、みそ、しょうゆ、砂糖、片栗粉 きゅうり、ごま油、しょうゆ バナナ
	牛乳（ミルク） コロコロトースト	食パン
11 月	軟飯～ご飯	米
	スープ スパゲティサラダ	豚ひき肉、豆腐、たまねぎ、にんじん、しいたけ、ねぎ、水、中華だしの素 スパゲティ、キャベツ、きゅうり、にんじん、ハム、マヨネーズ、酢
	牛乳（ミルク） バナナ	バナナ
12 火	軟飯～ご飯	米
	肉じゃが風 中華風サラダ ぶどう	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 ハム、キャベツ、もやし、きゅうり、にんじん、酢、しょうゆ、砂糖 ぶどう
	牛乳（ミルク） ロールパン	ロールパン
13 水	軟飯～ご飯	米
	あかうおのレモンソース 千草和え 金時煮豆	あかうお、片栗粉、油、砂糖、酢、しょうゆ、レモン こまつな、キャベツ、はるさめ、にんじん、だし汁、ごま、砂糖、しょうゆ いんげんまめ、砂糖、しょうゆ
	牛乳（ミルク） バナナ	バナナ
14 木	軟飯～ご飯	米
	鶏肉のさっぱり煮 ナムル かぼちゃのみそ汁	鶏肉、酢、しょうゆ、砂糖、水 きゅうり、キャベツ、もやし、にんじん、しょうゆ、酢、ごま油 かぼちゃ、たまねぎ、わかめ、ねぎ、みそ、だし汁
	牛乳（ミルク） ベビーせんべい	ベビーせんべい
15 金	軟飯～ご飯	米
	チリコンカン オクラのツナ和え ぶどう	牛ひき肉、豚ひき肉、大豆、たまねぎ、にんじん、油、トマトジュース、ケチャップ、洋風だしの素、水 オクラ、きゅうり、キャベツ、にんじん、ツナ缶 ぶどう
	おかかおにぎり	米、しょうゆ、ごま、かつお節
19 火	軟飯～ご飯	米
	ビビンバ風あんかけ 豆腐スープ なし	豚ひき肉、ごま油、こまつな、もやし、にんじん、水、砂糖、みそ、しょうゆ、片栗粉 豆腐、たまねぎ、にんじん、にら、中華だしの素、水 なし
	牛乳（ミルク） 焼きじゃが	じゃがいも、油、塩、あおのり
20 水	軟飯～ご飯	米
	さばの揚げ煮 かりこりきゅうり煮 オニオンスープ	さば、片栗粉、油、だし汁、しょうゆ、みりん きゅうり、ひじき、だし汁、酢、砂糖、しょうゆ たまねぎ、にんじん、洋風だしの素、水
	牛乳（ミルク） ベビーせんべい	ベビーせんべい
21 木	軟飯～ご飯	米
	なす入り鶏つくね 小松菜のナムル 豆腐のすまし汁	鶏ひき肉、おから、なす、たまねぎ、片栗粉、油、しょうゆ こまつな、キャベツ、もやし、にんじん、砂糖、しょうゆ、酢 豆腐、たまねぎ、わかめ、にんじん、ねぎ、だし汁、しょうゆ
	牛乳（ミルク） ぶのラスク	麩、油、砂糖
22 金	軟飯～ご飯	米
	はまちのタンドリー風 中華スープ レモンサラダ	はまち、カレー粉、マヨネーズ、ケチャップ、油 わかめ、たまねぎ、もやし、にんじん、にら、中華だしの素、水 キャベツ、きゅうり、にんじん、ツナ缶、レモン、しょうゆ、酢、砂糖
	牛乳（ミルク） ベビーせんべい	ベビーせんべい
25 月	軟飯～ご飯（きなこ）	米、きな粉
	ラーメン ちりめん煮 ぶどう	中華めん、豚肉、キャベツ、にんじん、にら、水、ごま油、中華だしの素 こまつな、もやし、にんじん、しらす干し、だし汁 ぶどう
	牛乳（ミルク） 焼きじゃが	じゃがいも、油、しょうゆ、あおのり
26 火	軟飯～ご飯	米
	豚肉となすのみそ炒め煮 すまし汁 なし	豚肉、なす、たまねぎ、にんじん、ピーマン、油、砂糖、みそ、しょうゆ、片栗粉 豆腐、たまねぎ、えのきたけ、にんじん、わかめ、ねぎ、だし汁、しょうゆ なし
	牛乳（ミルク） レモン蒸しパン	米粉、ベーキングパウダー、重曹、砂糖、油、水、レモン
27 水	軟飯～ご飯	米
	ハンバーグ 粉ふき芋 キャベツの香り漬け	牛ひき肉、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、片栗粉、米粉、油、ケチャップ、みりん じゃがいも、ふりかけ キャベツ、きゅうり、にんじん、ごま、レモン、砂糖
	牛乳（ミルク） フルーツヨーグルト	ヨーグルト、バナナ、レーズン、コーンフレーク（無糖）
28 木	軟飯～ご飯	米
	さけのキャロット焼き 野菜スープ もやしの磯和え	さけ、にんじん、たまねぎ、マヨネーズ たまねぎ、じゃがいも、にんじん、水、洋風だしの素 キャベツ、もやし、にんじん、炊き込みわかめ
	牛乳（ミルク） バナナ	バナナ
29 金	軟飯～ご飯	米
	高野豆腐の中華風炒め煮 あらめの佃煮 バナナ	凍り豆腐、豚肉、たまねぎ、チンゲンサイ、にんじん、ごま油、水、中華だしの素、砂糖、しょうゆ あらめ、しらす干し、ごま、砂糖、しょうゆ、みりん バナナ
	牛乳（ミルク） 豆腐のお焼き	豆腐、米粉、しょうゆ

※ 午前間の食時間には牛乳（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。

離乳食の時間を楽しい時間にしましょう  
 食事の時は、「おいしいね」「上手に食べたね」「これは〇〇だよ」などと話しかけたり、大人も一緒に美味しく食事をする事で、食べる楽しさの体験ができます。楽しい食事の時間を作りましょう☆