



日曜	献立	材料名
1金	軟飯~ご飯 さけのマヨネーズ焼き 即席漬け じゃが芋のみそ汁 牛乳(ミルク) バナナ	米 さけ、油、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、酢 じゃがいも、たまねぎ、にんじん、わかめ、ねぎ、だし汁、みそ バナナ
7木	軟飯~ご飯 (えんどう) ミートスパゲティ 豆腐のすまし汁 バナナ 牛乳(ミルク) ベビーせんべい	米、グリーンピース、塩、酒 スパゲティ、牛ひき肉、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、しめじ、油、ケチャップ、ソース、洋風だしの素、片栗粉、水 豆腐、たまねぎ、にんじん、しいたけ、ねぎ、だし汁、しょうゆ バナナ ベビーせんべい
8金	軟飯~ご飯 マーボー豆腐 おかか和え オレンジ 牛乳(ミルク) ジャムサンド	米 豆腐、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、しいたけ、みそ、砂糖、中華だしの素、ごま油、水、片栗粉 キャベツ、にんじん、かつお節、砂糖、しょうゆ オレンジ 食パン、いちごジャム
11月	ドライカレーライス レモンサラダ バナナ 牛乳(ミルク) かぼちゃのソフトクッキー	米、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 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 バナナ かぼちゃ、砂糖、油、米粉、片栗粉、ベーキングパウダー、塩
12火	軟飯~ご飯 さばのカレー焼き フライドポテト 新玉ねぎのみそ汁 オレンジゼリー ベビーせんべい	米 さば、たまねぎ、しょうゆ、カレー粉 じゃがいも、油 たまねぎ、キャベツ、にんじん、わかめ、ねぎ、だし汁、みそ オレンジジュース、砂糖、かんてん、ゼラチン、水 ベビーせんべい
13水	軟飯~ご飯 鶏肉と野菜煮 わかめスープ 牛乳(ミルク) フルーツ盛り	米 鶏肉、キャベツ、ほうれんそう、きゅうり、にんじん、だし汁、しょうゆ、酢、米粉 わかめ、たまねぎ、にんじん、ねぎ、しいたけ、水、中華だしの素 いちご、バナナ
14木	軟飯~ご飯 肉じゃが サラダ バナナ おかかおにぎり	米 牛肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、グリーンピース、油、だし汁、砂糖、しょうゆ ハム、キャベツ、きゅうり、にんじん、酢、しょうゆ、砂糖 バナナ 米、しょうゆ、ごま、かつお節
15金	軟飯~ご飯 ポークビーンズ 青菜のツナ和え 牛乳(ミルク) ベビーせんべい	米 豚肉、大豆、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油、ケチャップ、砂糖、洋風だしの素、塩、水、パセリ粉 こまつな、キャベツ、にんじん、ツナ缶、しょうゆ ベビーせんべい
18月	軟飯~ご飯 ラーメン 納豆みそ バナナ 牛乳(ミルク) 焼きじゃが	米 中華めん、豚肉、キャベツ、にんじん、ごま油、中華だしの素、しょうゆ、水 納豆、豚ひき肉、ねぎ、ごま、みそ、砂糖、だし汁 バナナ じゃがいも、油、塩、あおのり
19火	軟飯~ご飯 鶏肉のさっぱり煮 シルバーサラダ 野菜スープ きなこおにぎり	米 鶏肉、酢、しょうゆ、砂糖、水 はるさめ、キャベツ、きゅうり、にんじん、マヨネーズ、酢 たまねぎ、キャベツ、にんじん、パセリ粉、洋風だしの素、水 きな粉、砂糖、塩、米
20水	軟飯~ご飯 あじの揚げ煮 ゆかり和え すまし汁 牛乳(ミルク) ベビーせんべい	米 あじ、しょうゆ、みりん、片栗粉、油、だし汁 キャベツ、きゅうり、ふりかけ、にんじん たまねぎ、豆腐、にんじん、ねぎ、だし汁、しょうゆ ベビーせんべい
21木	軟飯~ご飯 ハンバーグ コールスローサラダ 金時煮豆 バナナヨーグルト	米 牛ひき肉、豚ひき肉、たまねぎ、じゃがいも、塩、油 キャベツ、きゅうり、にんじん、酢、油、砂糖 いんげんまめ、砂糖、しょうゆ ヨーグルト、バナナ
22金	軟飯~ご飯 ひじきのさらさ炒め サラダ オレンジ 牛乳(ミルク) バナナ	米 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 キャベツ、にんじん、マヨネーズ、酢 オレンジ バナナ
25月	軟飯~ご飯 ビビンバ風あんかけ 豆腐スープ オレンジ 牛乳(ミルク) レモン蒸しパン	米 豚ひき肉、ごま油、こまつな、にんじん、砂糖、みそ、しょうゆ、片栗粉 豆腐、たまねぎ、にんじん、にら、水、中華だしの素 オレンジ 米粉、ベーキングパウダー、砂糖、油、水、レモン
26火	軟飯~ご飯 鶏肉と野菜煮 スパゲティサラダ オレンジ にんじご飯おにぎり	米 鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、ねぎ、だし汁、しょうゆ、米粉 スパゲティ、キャベツ、きゅうり、にんじん、ハム、マヨネーズ、しょうゆ、酢 オレンジ 米、にんじん、しいたけ、酒、しょうゆ
27水	軟飯~ご飯 大豆入りミートボール ほうれん草のナムル 中華スープ 牛乳(ミルク) バナナ	米 大豆、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、片栗粉、米粉、塩、油 ほうれんそう、にんじん、砂糖、しょうゆ、酢 豆腐、たまねぎ、にんじん、しいたけ、中華だしの素、水 バナナ
28木	軟飯~ご飯 さけのタンドリー風 キャベツの香り漬け オニオンスープ 牛乳(ミルク) ベビーせんべい	米 さけ、カレー粉、マヨネーズ、ケチャップ、油 キャベツ、きゅうり、にんじん、ごま、レモン、砂糖 たまねぎ、にんじん、水、洋風だしの素、パセリ粉 ベビーせんべい
29金	軟飯~ご飯 高野豆腐の中華風炒め煮 わかめの炒り煮 バナナ 牛乳(ミルク) ふのラスク	米 凍り豆腐、豚肉、たまねぎ、チンゲンサイ、にんじん、ごま油、中華だしの素、砂糖、しょうゆ、水 わかめ、しらす干し、ごま、砂糖、しょうゆ バナナ 麩、油、砂糖

※ 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。

間食はいつから必要? ⇒ 離乳が完了する頃(1歳~1歳6か月頃)
 間食は、3回の食事(離乳食)で不足する栄養を補うために必要になります。母乳やミルクを卒業したら、1日に1~2回、間食時間を設け、牛乳+果物、牛乳+ベビー菓子、果物+ヨーグルトなどを準備しましょう。