



日曜	献立	材 料 名
1金	軟飯～ご飯	米
	厚揚げとじゃが芋のそぼろ煮	生揚げ、豚ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、いんげん、油、しょうゆ、砂糖、片栗粉
	即席漬け	キャベツ、きゅうり、にんじん、塩こんぶ、酢
	牛乳（ミルク） ベビーせんべい	ベビーせんべい
4月	夏野菜カレーライス	米、鶏肉、たまねぎ、じゃがいも、なす、かぼちゃ、にんじん、ピーマン、油、カレー粉、中華だしの素、ケチャップ、しょうゆ、水、米粉
	キャベツの香り漬け バナナ	キャベツ、きゅうり、にんじん、ごま、レモン、砂糖 バナナ
	牛乳（ミルク） 豆乳もち	豆乳、水、片栗粉、砂糖、きな粉、砂糖、塩
5火	軟飯～ご飯	米
	高野豆腐の中華風炒め煮	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
	春雨サラダ オレンジ	ハム、キャベツ、きゅうり、にんじん、はるさめ、酢、しょうゆ、砂糖、ごま油、だし汁 オレンジ
	牛乳（ミルク） バナナ	バナナ
6水	軟飯～ご飯	米
	さわらの南蛮漬け	さわら、塩、酒、片栗粉、油、たまねぎ、にんじん、ピーマン、しょうゆ、砂糖、酢、水、中華だしの素
	青菜の磯和え 豆腐のすまし汁	キャベツ、こまつな、にんじん、炊き込みわかめ、しょうゆ 豆腐、たまねぎ、にんじん、麩、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
7木	軟飯～ご飯	米
	マーボーなす	なす、にんじん、油、豆腐、豚ひき肉、ねぎ、ごま油、水、みそ、しょうゆ、砂糖、片栗粉
	かぼちゃサラダ オレンジ	かぼちゃ、ハム、きゅうり、キャベツ、にんじん、マヨネーズ、だし汁 オレンジ
	牛乳（ミルク） 枝豆おやき	枝豆、じゃがいも、米粉、食塩、油
8金	軟飯～ご飯	米
	さわらのマヨネーズ焼き 野菜煮	さわら、油、たまねぎ、マヨネーズ、パセリ粉 きゅうり、キャベツ、にんじん、だし汁、しょうゆ
	野菜スープ	たまねぎ、キャベツ、にんじん、洋風だしの素、水、パセリ粉
	牛乳(ミルク) バナナ	バナナ
12火	軟飯～ご飯(きなこ)	米、きな粉
	トマトスパゲティ	スパゲティ、たまねぎ、ピーマン、ホールトマト、油、ケチャップ、洋風だしの素、水、パセリ粉
	切干大根とツナのサラダ オレンジ	切り干しだいこん、キャベツ、きゅうり、にんじん、ツナ缶、酢、しょうゆ、砂糖 オレンジ
	わかめおにぎり	米、炊き込みわかめ
18月	軟飯～ご飯	米
	茹で豚のごまだれ	豚肉、きゅうり、キャベツ、にんじん、ごま、砂糖、しょうゆ、酢、油
	ミネストローネ バナナ	たまねぎ、じゃがいも、にんじん、トマト、トマトジュース、水、洋風だしの素、パセリ粉 バナナ
	青じそおにぎり	米、しそ、しらす干し、ごま油、しょうゆ
19火	軟飯～ご飯	米
	さばのみそ煮 フライドポテト	さば、みそ、砂糖、だし汁 じゃがいも、油、塩
	すまし汁	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
	牛乳(ミルク) レモン蒸しパン	米粉、ベーキングパウダー、ベーキングパウダー、砂糖、油、水、レモン
20水	軟飯～ご飯(鶏そぼろあんかけ)	米、鶏ひき肉、だし汁、油、片栗粉、砂糖、しょうゆ
	しょうゆフレンチ	キャベツ、きゅうり、にんじん、しょうゆ、酢、油
	なすのみそ汁	じゃがいも、なす、たまねぎ、にんじん、ねぎ、だし汁、みそ
	牛乳(ミルク) バナナ	バナナ
21木	軟飯～ご飯	米
	夏野菜バーグ	牛ひき肉、豚ひき肉、たまねぎ、ピーマン、なす、じゃがいも、塩、油
	大豆入りサラダ	大豆、ハム、じゃがいも、キャベツ、きゅうり、トマト、マヨネーズ、だし汁
	冷やしきつねうどん	うどん、油揚げ、たまねぎ、にんじん、ねぎ、だし汁、しょうゆ、みりん
22金	軟飯～ご飯	米
	焼きビーフン	ビーフン、豚肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、油、中華だしの素
	豆腐スープ オレンジ	豆腐、たまねぎ、にんじん、中華だしの素、水 オレンジ
	牛乳(ミルク) 焼きじゃが	じゃがいも、油、塩
25月	軟飯～ご飯	米
	トマトシチュー	鶏肉、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、グリンピース、油、ホールトマト、水、洋風だしの素、ケチャップ、米粉
	かりこりきゅうり	きゅうり、ひじき、酢、砂糖、しょうゆ、ごま油
	牛乳(ミルク) かぼちゃクッキー	かぼちゃ、砂糖、油、米粉、片栗粉、ベーキングパウダー、塩
26火	軟飯～ご飯	米
	鶏肉のさっぱり煮 かぼちゃの天ぷら	鶏肉、酢、しょうゆ、砂糖、水 かぼちゃ、米粉、ベーキングパウダー、塩、水、油
	オニオンスープ	たまねぎ、にんじん、洋風だしの素、水、パセリ粉
	牛乳(ミルク) バナナ	バナナ
27水	軟飯～ご飯	米
	鶏肉とレバーのオーロラソース	鶏肉、鶏レバー、塩、片栗粉、米粉、じゃがいも、油、みそ、砂糖、ケチャップ、だし汁
	コールスローサラダ オレンジ	キャベツ、きゅうり、にんじん、酢、油、砂糖、塩 オレンジ
	フルーツヨーグルト	ヨーグルト、バナナ、レーズン
28木	軟飯～ご飯	米
	ビビンバ風あんかけ	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
	春雨スープ バナナ	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、ごま油 バナナ
	牛乳（ミルク） ふのラスク	麩、油、砂糖
29金	軟飯～ご飯	米
	さわらのしょうゆ焼き いんげんのごま和え	さわら、たまねぎ、しょうゆ、油 いんげん、キャベツ、にんじん、ごま、しょうゆ、砂糖
	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) バナナ	バナナ

※ 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。

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。