



日曜	献立	材料名
1月	カレーライス	米、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、しょうゆ、水、米粉、コーンスターチ
	切り干しサラダ バナナ	切り干しだいこん、ささ身、きゅうり、にんじん、酢、しょうゆ、油、砂糖 バナナ
	牛乳(ミルク) シュガートースト	食パン、レモン、砂糖、油
2火	軟飯～ご飯	米
	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 オレンジ	ハム、キャベツ、きゅうり、にんじん、酢、しょうゆ、砂糖、ごま油 オレンジ
	牛乳(ミルク) おからのパンケーキ	おから、米粉、ベーキングパウダー、砂糖、きな粉、水、油
3水	軟飯～ご飯	米
	あかうおのレモンソース	あかうお、片栗粉、油、砂糖、酢、みりん、しょうゆ、レモン、パセリ粉
	ゆかり和え かぼちゃのみそ汁	キャベツ、きゅうり、にんじん、ふりかけ かぼちゃ、たまねぎ、油揚げ、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
4木	軟飯～ご飯	米
	豚肉と夏野菜のみそ炒め	豚ひき肉、たまねぎ、じゃがいも、なす、にんじん、ピーマン、油、砂糖、みそ、ケチャップ
	豆腐のすまし汁 ぶどう	豆腐、麩、たまねぎ、にんじん、わかめ、ねぎ、だし汁、しょうゆ ぶどう
	鶏そぼろおにぎり	米、鶏ひき肉、しょうゆ、酒、あおのり
5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
	スパゲティサラダ オレンジ	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
	牛乳(ミルク) バナナ	バナナ
8月	軟飯～ご飯	米
	冷やしわかめうどん	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
	納豆みそ バナナ	納豆、豚ひき肉、ねぎ、ごま、みそ、砂糖、だし汁 バナナ
	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
9火	軟飯～ご飯	米
	さばの煮付 フライドポテト	さば、だし汁、砂糖、しょうゆ じゃがいも、油
	野菜スープ	たまねぎ、キャベツ、にんじん、パセリ粉、洋風だしの素、水
	おにぎり	米、塩
10水	軟飯～ご飯	米
	大豆入りミートボール	大豆、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、片栗粉、米粉、塩、油
	小松菜のナムル わかめスープ	ごまつな、キャベツ、にんじん、砂糖、しょうゆ、酢、ごま油 わかめ、たまねぎ、しいたけ、水、中華だしの素
	牛乳(ミルク) バナナ	バナナ
11木	軟飯～ご飯	米
	さわらのキャロット焼き 磯和え	さわら、塩、油、にんじん、たまねぎ、マヨネーズ、パセリ粉 キャベツ、にんじん、炊き込みわかめ
	すまし汁	たまねぎ、豆腐、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
12金	軟飯～ご飯	米
	厚揚げの中華煮	生揚げ、豚ひき肉、油、たまねぎ、にんじん、水、中華だしの素、砂糖、しょうゆ、片栗粉、ごま油
	レモンサラダ ぶどう	キャベツ、きゅうり、にんじん、ツナ缶、レモン、しょうゆ、砂糖 ぶどう
	牛乳(ミルク) ミートサンド	ロールパン、牛ひき肉、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、油、ケチャップ、砂糖、片栗粉、水
16火	軟飯～ご飯	米
	あんかけ	豚ひき肉、鶏ひき肉、たまねぎ、ピーマン、パプリカ、しめじ、ごま油、中華だしの素、しょうゆ、砂糖、米粉
	豆腐スープ なし	豆腐、たまねぎ、にんじん、中華だしの素、水 なし、水
	牛乳(ミルク) 焼きじゃが	じゃがいも、油、塩、あおのり
17水	軟飯～ご飯	米
	はまち竜田焼き 即席漬け	はまち、片栗粉、油、しょうゆ キャベツ、きゅうり、にんじん、塩こんぶ、酢
	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) ベビーせんべい	ベビーせんべい
18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
	しょうゆフレンチ 金時煮豆	キャベツ、きゅうり、にんじん、しょうゆ、酢、油 いんげんまめ、砂糖、しょうゆ
	りんごゼリー	りんごジュース、かんてん、ゼラチン、水、バナナ
19金	軟飯～ご飯	米
	チリコンカーン	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
	オクラのツナ和え オレンジ	オクラ、きゅうり、キャベツ、にんじん、ツナ缶、しょうゆ オレンジ
	牛乳(ミルク) バナナ	バナナ
22月	ドライカレーライス	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
	キャベツの香り漬け なし	キャベツ、きゅうり、にんじん、ごま、レモン、砂糖 なし、水
	牛乳(ミルク) ベビーせんべい	ベビーせんべい
24水	軟飯～ご飯	米
	から揚げの野菜マリネ	鶏肉、しょうゆ、酒、片栗粉、米粉、油、だし汁、きゅうり、にんじん、ひじき、酢、砂糖、しょうゆ
	じゃがいものみそ汁	じゃがいも、たまねぎ、にんじん、わかめ、ねぎ、だし汁、みそ
	夕焼けおにぎり	米、にんじん、しょうゆ、酒、ごま油
25木	軟飯～ご飯	米
	さわらのマヨネーズ焼き かぼちゃの含め煮	さわら、油、たまねぎ、マヨネーズ、パセリ粉 かぼちゃ、砂糖、しょうゆ、だし汁
	すまし汁	豆腐、たまねぎ、えのきたけ、にんじん、わかめ、だし汁、しょうゆ
	牛乳(ミルク) バナナ	バナナ
26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、にら、しいたけ、みそ、砂糖、しょうゆ、中華だしの素、ごま油、水、片栗粉
	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 オレンジ
	牛乳(ミルク) ふのラスク	麩、油、砂糖
29月	軟飯～ご飯	米
	ラーメン	中華めん、豚肉、キャベツ、にんじん、にら、ごま油、中華だしの素、しょうゆ、水
	いんげんのツナ和え バナナ	いんげん、にんじん、ツナ缶、しょうゆ バナナ
	牛乳(ミルク) 焼きじゃが	じゃがいも、片栗粉、しょうゆ、油
30火	軟飯～ご飯	米
	肉豆腐	牛肉、豆腐、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、ねぎ、しょうゆ、砂糖
	きゅうりの昆布和え オレンジ	きゅうり、キャベツ、にんじん、塩こんぶ オレンジ
	ピピンバおにぎり	米、豚ひき肉、ねぎ、にんじん、ごま油、砂糖、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☆