



日曜	献立	材料名
1月	全粥～軟飯 鶏肉と野菜煮 サラダ煮 バナナ	米 ささ身、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、ピーマン、だし汁、しょうゆ、米粉、コーンスターチ きゅうり、ささ身、にんじん、酢、しょうゆ、油、砂糖、米粉 バナナ
2火	全粥～軟飯 肉じゃが サラダ煮 オレンジ	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 キャベツ、きゅうり、にんじん、酢、しょうゆ、砂糖 オレンジ
3水	全粥～軟飯 あかうおと野菜煮 かぼちゃのみそ汁	米 あかうお、キャベツ、きゅうり、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 かぼちゃ、たまねぎ、ねぎ、だし汁、みそ
4木	全粥～軟飯 豆腐のすまし汁 夏野菜の味噌煮 ぶどう	米 豆腐、麩、たまねぎ、にんじん、わかめ、ねぎ、だし汁、しょうゆ たまねぎ、じゃがいも、なす、にんじん、ピーマン、だし汁、砂糖、みそ、片栗粉 ぶどう
5金	全粥～軟飯 ひじきのさらさ炒め 野菜煮 オレンジ	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、きゅうり、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 オレンジ
8月	全粥～軟飯 冷やしわかめうどん 納豆みそ バナナ	米 うどん、わかめ、たまねぎ、にんじん、しいたけ、ねぎ、だし汁、しょうゆ 納豆、豚ひき肉、ねぎ、ごま、みそ、砂糖、だし汁 バナナ
9火	全粥～軟飯 あかうおとじゃが芋煮 野菜スープ	米 あかうお、じゃがいも、しょうゆ、だし汁、片栗粉 たまねぎ、キャベツ、にんじん、パセリ粉、だし汁、しょうゆ
10水	全粥～軟飯 大豆入りハンバーグ わかめスープ	米 大豆、豚ひき肉、たまねぎ、キャベツ、こまつな、にんじん、片栗粉、米粉、塩、油 わかめ、たまねぎ、しいたけ、だし汁、しょうゆ
11木	全粥～軟飯 さわらと野菜煮 すまし汁	米 さわら、キャベツ、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 たまねぎ、豆腐、にんじん、しいたけ、ねぎ、だし汁、しょうゆ
12金	全粥～軟飯 豆腐と野菜煮 レモンサラダ煮 ぶどう	米 生揚げ、豚ひき肉、油、たまねぎ、にんじん、だし汁、砂糖、しょうゆ、片栗粉、ごま油 キャベツ、きゅうり、にんじん、だし汁、レモン、しょうゆ、砂糖、片栗粉 ぶどう
16火	全粥～軟飯 あんかけ 豆腐スープ なし	米 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、しょうゆ、砂糖、米粉 豆腐、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ なし、水
17水	全粥～軟飯 魚と野菜煮 すまし汁	米 あかうお、キャベツ、きゅうり、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ
18木	全粥～軟飯 ハンバーグ しょうゆフレンチ煮 金時煮豆	米 牛ひき肉、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、塩、油 キャベツ、きゅうり、にんじん、しょうゆ、酢、油、だし汁 いんげんまめ、砂糖、しょうゆ
19金	全粥～軟飯 つぶし大豆のお焼き オクラのツナ煮 オレンジ	米 大豆、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油、しょうゆ オクラ、きゅうり、キャベツ、にんじん、ツナ缶、だし汁、米粉 オレンジ
22月	全粥～軟飯 鶏肉と野菜煮 キャベツのサラダ煮 なし	米 鶏ひき肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、ピーマン、だし汁、しょうゆ、米粉 キャベツ、きゅうり、にんじん、ごま、レモン、砂糖 なし、水
24水	全粥～軟飯 から揚げの野菜マリネ じゃがいものみそ汁	米 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、たまねぎ、にんじん、わかめ、ねぎ、だし汁、みそ
25木	全粥～軟飯 さわらとかぼちゃ煮 すまし汁	米 さわら、たまねぎ、かぼちゃ、だし汁、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、だし汁、しょうゆ
26金	全粥～軟飯 マーボー豆腐 コールスローサラダ オレンジ	米 豆腐、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、しいたけ、みそ、砂糖、しょうゆ、ごま油、水、片栗粉 キャベツ、きゅうり、にんじん、酢、油、砂糖 オレンジ
29月	全粥～軟飯 そうめん 野菜煮 バナナ	米 そうめん、豚肉、キャベツ、にんじん、だし汁、しょうゆ いんげん、にんじん、じゃがいも、ツナ缶、だし汁 バナナ
30火	全粥～軟飯 肉豆腐 野菜煮 オレンジ	米 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、だし汁 きゅうり、キャベツ、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 オレンジ

- ※ 午前午後の間食時にはミルクを飲みます。
- ※ 使用食材は、できるだけその日までに、ご家庭で食べていただきますようお願いいたします。
- ※ 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☆