

日曜	献立	材 料 名
1火	軟飯～ご飯 豚肉のスープ リヨネーズポテト バナナ	米 豚ひき肉、水、片栗粉、たまねぎ、にんじん、ねぎ、水、中華だしの素 じゃがいも、たまねぎ、オリーブ油、塩、パセリ粉 バナナ
	牛乳(ミルク) ベビーせんべい	ベビーせんべい
2水	軟飯～ご飯 じゃがいもとさば缶煮 春雨サラダ オレンジ	米 じゃがいも、にんじん、さば、ねぎ、だし汁 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 オレンジ
	牛乳(ミルク) ベビーせんべい	ベビーせんべい
3木	軟飯～ご飯 焼きピーマン 豆腐のすまし汁 バナナ	米 ピーマン、豚肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、油、中華だしの素、しょうゆ、砂糖 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
	わかめおにぎり	米、炊き込みわかめ
4金	軟飯～ご飯 ポークビーンズ 青菜のツナ和え オレンジ	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 オレンジ
	牛乳(ミルク) バナナ	バナナ
7月	軟飯～ご飯 スパゲティナポリタン 豆腐スープ バナナ	米 スパゲティ、豚肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、油、洋風だしの素、水、ケチャップ 豆腐、たまねぎ、にんじん、にら、中華だしの素、水 バナナ
	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
8火	軟飯～ご飯 肉じゃが サラダ 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 ハム、キャベツ、きゅうり、にんじん、酢、しょうゆ、砂糖 オレンジ
	おかかおにぎり	米、しょうゆ、ごま、かつお節
9水	ドライカレーライス サラダ いちご	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、マヨネーズ、レモン いちご
	牛乳(ミルク) 焼きじゃが	じゃがいも、油、塩、あおのり
10木	軟飯～ご飯 鶏肉と野菜煮 わかめのすまし汁	米 鶏肉、キャベツ、ほうれんそう、にんじん、だし汁、しょうゆ、酢、米粉 豆腐、たまねぎ、にんじん、わかめ、ねぎ、だし汁、しょうゆ
	牛乳(ミルク) いちごジャムサンド	食パン、いちごジャム
11金	軟飯～ご飯 さわらのマヨネーズ焼き 即席漬け じゃが芋のみそ汁	米 さわら、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
	牛乳(ミルク) バナナ	バナナ
14月	軟飯～ご飯 五目うどん 納豆みそ バナナ	米 うどん、鶏肉、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
	牛乳(ミルク) かぼちゃのソフトクッキー	かぼちゃ、砂糖、油、米粉、片栗粉、ベーキングパウダー、塩
15火	軟飯～ご飯 ビビンバ風あんかけ 春雨スープ オレンジ	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 はるさめ、たまねぎ、チンゲンサイ、にんじん、しいたけ、ねぎ、水、中華だしの素 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
16水	軟飯～ご飯 あかうおのレモンソース スナップえんどうのサラダ 切干大根のみそ汁	米 あかうお、片栗粉、油、砂糖、酢、しょうゆ、レモン、パセリ粉 スナップえんどう、キャベツ、きゅうり、にんじん、ハム、マヨネーズ、酢 切り干しだいこん、じゃがいも、にんじん、油揚げ、ねぎ、だし汁、みそ
	にんじんご飯おにぎり	米、にんじん、しいたけ、しょうゆ、酒
17木	軟飯～ご飯 ポテトのミートグラタン 野菜スープ バナナ	米 じゃがいも、豚ひき肉、油、たまねぎ、にんじん、水、ケチャップ、しょうゆ、米粉、チーズ たまねぎ、キャベツ、にんじん、洋風だしの素、水、パセリ粉 バナナ
	果汁入り野菜ジュース ベビーせんべい	果汁入り野菜ジュース ベビーせんべい
18金	軟飯～ご飯 厚揚げとじゃが芋のそぼろ煮 シルバーサラダ オレンジ	米 生揚げ、鶏ひき肉、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 はるさめ、ハム、キャベツ、きゅうり、にんじん、マヨネーズ、酢 オレンジ
	牛乳(ミルク) ふのラスク	麩、油、砂糖
21月	ハヤシライス きゃべつのサラダ バナナ	米、牛肉、たまねぎ、にんじん、しめじ、油、水、洋風だしの素、ケチャップ、ソース、本みりん、米粉 キャベツ、にんじん、マヨネーズ、しょうゆ バナナ
	オレンジゼリー ベビーせんべい	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
22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	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
	牛乳(ミルク) バナナ	バナナ
23水	軟飯～ご飯 大豆入りミートボール キャベツの香り漬け わかめスープ	米 大豆、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、片栗粉、米粉、塩、油 キャベツ、きゅうり、にんじん、塩、ごま、レモン、砂糖 わかめ、たまねぎ、しいたけ、にら、中華だしの素、水
	牛乳(ミルク) ベビーせんべい	ベビーせんべい
24木	軟飯～ご飯 さわらのキャロット焼き 青菜の磯和え ふのすまし汁	米 さわら、油、にんじん、たまねぎ、マヨネーズ キャベツ、こまつな、にんじん、炊き込みわかめ、しょうゆ 麩、豆腐、たまねぎ、にんじん、ねぎ、だし汁、しょうゆ
	鶏そぼろおにぎり	米、鶏ひき肉、しょうゆ、酒、あおのり
25金	軟飯～ご飯 炒り豆腐 マカロニサラダ オレンジ	米 豆腐、鶏肉、たまねぎ、にんじん、いんげん、しいたけ、油、砂糖、しょうゆ マカロニ、キャベツ、きゅうり、ハム、にんじん、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
28月	カレーライス コールスローサラダ オレンジ	米、鶏肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、グリーンピース、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 キャベツ、きゅうり、にんじん、酢、油、砂糖 オレンジ
	フルーツヨーグルト	ヨーグルト、バナナ、いちご、レーズン
30水	軟飯～ご飯 おから入りナゲット スナップえんどうのツナ和え バナナ	米 鶏ひき肉、おから、豆腐、たまねぎ、洋風だしの素、片栗粉、油 スナップえんどう、きゅうり、キャベツ、にんじん、ツナ缶、しょうゆ バナナ
	牛乳(ミルク) ベビーせんべい	ベビーせんべい

※ 午前の間食時には牛乳（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。

完了期は手づかみ食べにより、自分で食べる楽しみが増えます！
手づかみ食べがしやすいよう、手に持ちやすいものを準備しましょう。ごはんを小さな俵型にすると、手づかみしやすいです。
1歳すぎると牛乳を飲むことも可能です！
離乳が順調に進んでいる場合は、間食の時間帯に牛乳（又はミルク）を飲みましょう。