



日曜	献立	材料名
1月	全粥 鶏肉のスープ じゃがいもマッシュ オレンジ	米 鶏ひき肉、水、片栗粉、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ じゃがいも、たまねぎ、だし汁 オレンジ
2火	全粥 鶏肉と野菜煮 サラダ煮 オレンジ	米 鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、だし汁、砂糖、しょうゆ、片栗粉 キャベツ、きゅうり、にんじん、しょうゆ、砂糖、だし汁 オレンジ
3水	全粥 野菜のきな粉かけ オニオンスープ バナナ	米 じゃがいも、にんじん、ピーマン、だし汁、きな粉 たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ バナナ
4木	全粥 野菜煮 豆腐のすまし汁 バナナ	米 たまねぎ、にんじん、ピーマン、だし汁、しょうゆ、片栗粉 豆腐、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ バナナ
5金	全粥 豆腐とじゃが芋煮 レモンサラダ煮 オレンジ	米 豆腐、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、いんげん、だし汁、砂糖、しょうゆ、片栗粉 キャベツ、きゅうり、にんじん、レモン、しょうゆ、だし汁 オレンジ
8月	軟飯〜ご飯(しらす) 五目うどん バナナ	米、しらす干し うどん、鶏肉、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ バナナ
9火	全粥 鶏じゃが サラダ煮 オレンジ	米 鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、グリーンピース、しょうゆ、だし汁、片栗粉 キャベツ、きゅうり、にんじん、しょうゆ、だし汁 オレンジ
10水	全粥 鶏肉と野菜煮 サラダ煮 いちご	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、だし汁、レモン、しょうゆ いちご
11木	全粥 鶏肉と野菜煮 すまし汁	米 鶏肉、ブロッコリー、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 豆腐、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ
12金	全粥 魚と野菜煮 じゃが芋のみそ汁	米 さわら、キャベツ、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 じゃがいも、たまねぎ、にんじん、だし汁、みそ
15月	全粥 鶏肉と野菜煮 キャベツの煮びたし オレンジ	米 鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ、米粉 ブロッコリー、キャベツ、にんじん、しょうゆ、だし汁 オレンジ
16火	全粥 さけと野菜煮 新玉ねぎのみそ汁	米 さけ、たまねぎ、じゃがいも、だし汁、しょうゆ、片栗粉 たまねぎ、キャベツ、にんじん、だし汁、みそ
17水	全粥 炒り豆腐風 すまし汁	米 鶏ひき肉、豆腐、たまねぎ、ブロッコリー、にんじん、しょうゆ、片栗粉、だし汁 たまねぎ、キャベツ、にんじん、だし汁、しょうゆ
18木	全粥 ビビンバ風あんかけ スープ オレンジ	米 鶏ひき肉、こまつな、にんじん、しょうゆ、だし汁、片栗粉 たまねぎ、キャベツ、にんじん、だし汁、しょうゆ オレンジ
19金	全粥〜軟飯 さわらと野菜煮 じゃがいものみそ汁	米 さわら、たまねぎ、こまつな、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 じゃがいも、キャベツ、にんじん、だし汁、みそ
22月	全粥 野菜そうめん 納豆のみそ風味 バナナ	米 そうめん、キャベツ、にんじん、だし汁、しょうゆ 納豆、たまねぎ、みそ、だし汁 バナナ
23火	全粥 鶏肉とじゃがいも煮 野菜スープ オレンジ	米 鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 たまねぎ、キャベツ、にんじん、だし汁、しょうゆ オレンジ
24水	全粥 あかうおと野菜煮 みそ汁	米 あかうお、キャベツ、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、みそ
25木	全粥 鶏肉と野菜煮 ほうれんそうの煮びたし	米 鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、だし汁、しょうゆ、片栗粉 キャベツ、ほうれんそう、にんじん、しょうゆ、だし汁
26金	全粥 炒り豆腐 野菜煮 オレンジ	米 豆腐、鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、グリーンピース、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
30火	全粥 鶏肉と野菜煮 キャベツのサラダ煮 バナナ	米 鶏肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、グリーンピース、だし汁、しょうゆ、米粉 キャベツ、きゅうり、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 バナナ

※ 離乳食後は欲しがらだけミルクを飲みます。  
また、午前、午後の間食時間にもミルクを飲みます。  
※ 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。

**1日2回食に進む頃には、主食、主菜(たんぱく質性食品)、副菜(野菜等)を組合せた食事にしませう。**  
高野豆腐は戻さずすりおろして使用すると、ふわふわした食べやすい料理になります。ぜひ使ってみてください。