



日曜	献立	材料名
1月	全粥 鶏肉と野菜煮 ミネストローネ バナナ	米 鶏ひき肉、きゅうり、キャベツ、にんじん、だし汁、しょうゆ たまねぎ、じゃがいも、にんじん、トマト、トマトジュース、だし汁、しょうゆ バナナ
2火	全粥 キャベツとツナ煮 すまし汁	米 キャベツ、にんじん、ツナ缶、だし汁、片栗粉 たまねぎ、豆腐、しょうゆ、だし汁
3水	全粥 つぶし大豆と野菜煮 ふのすまし汁	米 大豆、さつまいも、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ、米粉 たまねぎ、キャベツ、にんじん、麩、だし汁、しょうゆ
4木	全粥 さわらと野菜煮 みそ汁	米 さわら、きゅうり、だし汁、片栗粉 たまねぎ、キャベツ、にんじん、だし汁、みそ
5金	全粥 鶏と野菜のあんかけ 七夕そうめん バナナ	米 鶏ひき肉、こまつな、にんじん、しょうゆ、だし汁、片栗粉 そうめん、たまねぎ、にんじん、オクラ、だし汁、しょうゆ バナナ
8月	全粥 鶏肉と夏野菜煮 キャベツのサラダ煮 バナナ	米 鶏肉、たまねぎ、じゃがいも、なす、かぼちゃ、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、レモン、砂糖、だし汁 バナナ
9火	全粥 豆腐と野菜煮 春雨と野菜煮 すいか	米 生揚げ、たまねぎ、にんじん、さやえんどう、だし汁、しょうゆ、片栗粉 はるさめ、キャベツ、きゅうり、にんじん、しょうゆ、だし汁 すいか
10水	全粥 あかうおのトマト煮 かぼちゃのみそ汁	米 あかうお、トマト、きゅうり、だし汁、しょうゆ かぼちゃ、たまねぎ、みそ、だし汁
11木	全粥 鶏肉と野菜煮 豆腐スープ バナナ	米 鶏ひき肉、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
12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、だし汁、砂糖、しょうゆ キャベツ、きゅうり、にんじん、しょうゆ、だし汁、片栗粉 オレンジ
16火	全粥 トマトシチュー 野菜煮 バナナ	米 鶏肉、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、グリーンピース、ホールトマト、だし汁、しょうゆ、米粉 キャベツ、きゅうり、にんじん、しょうゆ、だし汁、片栗粉 バナナ
17水	全粥 さわらとじゃがいも煮 ささみとひじきのサラダ	米 さわら、じゃがいも、しょうゆ、だし汁、片栗粉 ささ身、キャベツ、きゅうり、にんじん、しょうゆ、砂糖、だし汁
18木	全粥 鶏肉と野菜煮 じゃがいものみそ汁	米 鶏肉、キャベツ、いんげん、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 じゃがいも、にんじん、だし汁、みそ
19金	全粥 あかうおと野菜煮 豆腐のすまし汁	米 あかうお、こまつな、キャベツ、にんじん、しょうゆ、だし汁、片栗粉 豆腐、たまねぎ、にんじん、麩、だし汁、しょうゆ
22月	全粥～軟飯 冷やしうどん 納豆みそ オレンジ	米 うどん、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ 納豆、たまねぎ、みそ、砂糖、だし汁 オレンジ
23火	全粥 大豆と野菜煮 ピーマンのツナ和え すいか	米 大豆、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 ピーマン、キャベツ、だし汁、しょうゆ、片栗粉 すいか
24水	全粥 あかうおと野菜煮 野菜スープ	米 あかうお、きゅうり、にんじん、だし汁、しょうゆ たまねぎ、キャベツ、にんじん、だし汁、しょうゆ
25木	全粥 鶏肉と野菜煮 なすのみそ汁	米 鶏肉、キャベツ、きゅうり、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 じゃがいも、たまねぎ、なす、にんじん、だし汁、みそ
26金	全粥 夏野菜と豆腐煮 野菜煮 バナナ	米 豆腐、たまねぎ、にんじん、なす、ピーマン、しいたけ、だし汁、みそ、片栗粉 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
29月	全粥 くずし鶏だんごのスープ 野菜煮	米 鶏ひき肉、ねぎ、塩、片栗粉、キャベツ、ミニトマト、にんじん、だし汁、しょうゆ たまねぎ、にんじん、ピーマン、だし汁、しょうゆ、片栗粉
30火	全粥 あかうおと野菜煮 オニオンスープ	米 あかうお、にんじん、たまねぎ、きゅうり、だし汁、片栗粉 たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ
31水	全粥 鶏肉と豆腐煮 野菜煮	米 鶏ひき肉、豆腐、たまねぎ、だし汁、しょうゆ、片栗粉 キャベツ、きゅうり、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉

- ※ 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。

～手づかみ食べ～ 赤ちゃんは10ヶ月頃になると食べ物を認識して、自分から手を出すようになります。離乳食はつかんで食べやすいよう工夫しましょう。
 ★ 野菜はやわらかく煮て、持ちやすい大きさに
 ★ 麺類は7～8cmにカット ★ 汁の具や麺は、お皿にのせる