

	期 おやつ	昼食				おやつ			
		5~6ヶ月頃 初期	7~8ヶ月頃 中期	9~11ヶ月頃 後期	12~18ヶ月頃 完了期	使われる食品	9~11ヶ月頃 後期	12~18ヶ月頃 完了期	使われる食品
1 (木)	赤ちゃん せんべい	10倍粥ペースト 又は重湯	7倍粥	5倍粥	軟飯〜ご飯	米	ポテト	ポテト	じゃが芋、塩
		玉ねぎの ペースト	ハンバーグ	ハンバーグ	ハンバーグ	人参、玉ねぎ、鶏むき肉 だし、片栗粉 (味噌)	スープ	スープ	人参、コンソメ
		野菜スープ	おかか和えきざみ	おかか和え粗きざみ	おかか和え	キャベツ、きゅうり、鷹豆			
		清汁	清汁	清汁	ほうれん草、だし (わかめ、醤油)				
2 (金)	赤ちゃん せんべい	10倍粥ペースト 又は重湯	7倍粥	5倍粥	軟飯〜ご飯	米	味噌汁	味噌汁	鮭味噌
		白菜の ペースト	鶏肉のだし煮つぶし	鶏肉のマーマレード煮粗つぶし	鶏肉のマーマレード煮	ささみ、だし (マーマレード、醤油)	ほうれん草 ケーキ	ほうれん草 ケーキ	米粉のケーキ ミックス、砂糖、豆乳 ほうれん草
		野菜スープ	ポテトサラダきざみ	ポテトサラダ粗きざみ	ポテトサラダ	人参、きゅうり、じゃが芋 (砂糖、酢)			
		野菜スープ	野菜スープ	野菜スープ	人参、白菜 (コンソメ)				
3 (土)	赤ちゃん せんべい	10倍粥ペースト 又は重湯	7倍粥	5倍粥	軟飯〜ご飯	米	おかか粥	おかか粥	米、鷹豆、醤油
		キャベツの ペースト	ささみの野菜あんかけつぶし	豚肉の野菜あんかけ粗つぶし	豚肉の野菜あんかけ	ささみ、人参、いんげん、だし (豚肉、醤油、砂糖)	赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい
		野菜スープ	トマトの和え物きざみ	トマトの和え物粗きざみ	トマトの和え物	トマト、きゅうり、キャベツ (ツナ)			
		野菜スープ	味噌汁	味噌汁	もやし、だし (味噌)				
5 (月)	赤ちゃん せんべい	10倍粥ペースト 又は重湯	7倍粥	5倍粥	軟飯〜ご飯	米	スープ	スープ	星芋、コンソメ
		ブロッコリーの ペースト	ポトフ煮つぶし	ポトフ煮粗つぶし	ポトフ煮	じゃが芋、人参、玉ねぎ、ささみ (豚肉、コンソメ)	きな粉 無しパン	きな粉 無しパン	米粉のケーキ ミックス、砂糖、豆乳、きな 粉、ベーキングパウ ダー
		野菜スープ	ブロッコリーサラダきざみ	ブロッコリーサラダ粗きざみ	ブロッコリーサラダ	ブロッコリー、りんご、レタス (酢、砂糖)			
		ヨーグルト	ヨーグルト	ヨーグルト	ヨーグルト				
6 (火)	赤ちゃん せんべい	10倍粥ペースト 又は重湯	7倍粥	5倍粥	軟飯〜ご飯	米	ブルーネ	ブルーネ	ブルーネ
		トマトの ペースト	豆腐の煮物つぶし	豆腐の煮物粗つぶし	豆腐の煮物	だし、豆腐、鶏むき肉、人参、玉ねぎ じゃが芋、片栗粉 (砂糖、醤油)	マッシュ ポテト	マッシュ ポテト	じゃが芋、塩
		野菜スープ	トマトのサラダきざみ	ひじきのサラダ粗きざみ	ひじきのサラダ	トマト、きゅうり (ひじき、酢、砂糖、醤油)			
		スープ	味噌汁	味噌汁	鮭、だし (わかめ、味噌)				
7 (水)	赤ちゃん せんべい	10倍粥ペースト 又は重湯	パン粥	食パン	食パン	食パン	ゆかり粥	ゆかり粥	米、ゆかり
		じゃが芋の ペースト	ささみと野菜のトマト煮つぶし	豚肉と野菜のトマト煮粗つぶし	豚肉と野菜のトマト煮	人参、玉ねぎ、じゃが芋、トマト、塩 ささみ (豚肉、コンソメ)	味噌汁	味噌汁	ほうれん草、味噌
		野菜スープ	マカロニサラダきざみ	マカロニサラダ粗きざみ	マカロニサラダ	人参、きゅうり、マカロニ			
		バナナ	でこぼん	でこぼん	バナナ (でこぼん)				
8 (木)	赤ちゃん せんべい	10倍粥ペースト 又は重湯	7倍粥	5倍粥	軟飯〜ご飯	米	ふかし芋	ふかし芋	さつま芋
		豆腐の ペースト	かれの煮つけつぶし	かれの味噌煮粗つぶし	かれの味噌煮	かれい、だし (味噌、砂糖)	味噌汁	味噌汁	大根、味噌
		野菜スープ	きゅうりの和え物きざみ	きゅうりの酢の物粗きざみ	きゅうりの酢の物	きゅうり、しらす (わかめ、酢、砂糖)			
		野菜スープ	貝だくさん汁	貝だくさん汁	大根、人参、豆腐、だし (里芋、長ねぎ、醤油)				
9 (金)	赤ちゃん せんべい	10倍粥ペースト 又は重湯	トマトスパゲティきざみ	トマトスパゲティ粗きざみ	トマトスパゲティ	スパゲティ、玉ねぎ、トマト、塩 鶏むき肉 (コンソメ、砂糖)	食パン	食パン	食パン
		かぼちゃの ペースト	かぼちゃサラダきざみ	かぼちゃサラダ粗きざみ	かぼちゃサラダ	かぼちゃ、人参、レタス、きゅうり	スープ	スープ	かぼちゃ、コンソメ
		野菜スープ	白菜スープ	白菜スープ	白菜スープ	白菜、人参 (コンソメ)			
10 (土)	赤ちゃん せんべい	10倍粥ペースト 又は重湯	7倍粥	5倍粥	軟飯〜ご飯	米	焼きいも	焼きいも	さつま芋
		人参の ペースト	ささみの玉ねぎあんかけつぶし	豚肉の玉ねぎあんかけ粗つぶし	豚肉の玉ねぎあんかけ	ささみ、人参、玉ねぎ、だし 片栗粉 (豚肉、砂糖、醤油)	味噌汁	味噌汁	わかめ、味噌
		野菜スープ	人参サラダきざみ	人参サラダ粗きざみ	人参サラダ	人参、きゅうり			
		スープ	味噌汁	味噌汁	豆腐、だし (味噌)				
12 (月)	赤ちゃん せんべい	10倍粥ペースト 又は重湯	7倍粥	5倍粥	軟飯〜ご飯	米	ポテト	ポテト	じゃが芋、塩
		さつま芋の ペースト	豆腐とささみの煮物つぶし	肉豆腐粗つぶし	肉豆腐	ささみ、豆腐、人参、玉ねぎ、いんげん だし、片栗粉 (豚肉、砂糖、醤油)	スープ	スープ	ブロッコリー コンソメ
		野菜スープ	キャベツのおひたしきざみ	キャベツのおひたし粗きざみ	キャベツのおひたし	キャベツ、だし			
		野菜スープ	味噌汁	味噌汁	さつま芋、だし (味噌)				
13 (火)	赤ちゃん せんべい	10倍粥ペースト 又は重湯	7倍粥	5倍粥	軟飯〜ご飯	米	鮭粥	鮭粥	米、鮭
		じゃが芋の ペースト	チキンクリームシチューつぶし	チキンクリームシチュー粗つぶし	チキンクリームシチュー	じゃが芋、玉ねぎ、ささみ 豆乳 (コンソメ、鶏肉)	ヨーグルト	ヨーグルト	ヨーグルト
		野菜スープ	キャベツのサラダきざみ	キャベツのサラダ粗きざみ	キャベツのサラダ	キャベツ、きゅうり、人参 (酢、砂糖)			
		いちご	いちご	いちご	いちご				
14 (水)	赤ちゃん せんべい	10倍粥ペースト 又は重湯	7倍粥	5倍粥	軟飯〜ご飯	米	ブロッコリー 粥	ブロッコリー 粥	米、ブロッコリー コンソメ
		きゅうりの ペースト	ひらめの煮つけ漬し	さばの味噌煮粗つぶし	さばの味噌煮	ひらめ、だし、片栗粉 (さば、味噌、砂糖)	赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい
		野菜スープ	野菜スティックつぶし	野菜スティック	野菜スティック	人参、きゅうり			
		スープ	スープ	スープ	人参、右やし (コンソメ、万能ねぎ)				
15 (木)	赤ちゃん せんべい	10倍粥ペースト 又は重湯	7倍粥	5倍粥	軟飯〜ご飯	米	しらす粥	しらす粥	米、しらす、だし、醤油
		ほうれん草の ペースト	ささみのもやしあんかけつぶし	鶏肉の照り焼き粗つぶし	鶏肉の照り焼き	ささみ、もやし、人参、だし、片栗粉 (鶏肉、砂糖、醤油)	味噌汁	味噌汁	鮭、味噌
		野菜スープ	ほうれん草のサラダきざみ	ほうれん草のサラダ粗きざみ	ほうれん草のサラダ	ほうれん草、人参、きゅうり (ひじき、醤油、砂糖)			
		スープ	味噌汁	味噌汁	じゃが芋、だし (味噌)				

※使用する食材の欄に目を通して頂き、お子様が口にしたい事の無いものが含まれている場合は、給食提供日までにご家庭で試してみてください。  
 試すことが出来ずに、ご心配な時は声をかけてください。  
 ( )内はより後期、< >内は完了期のみ使用する食材です。

朝 おやつ	昼食					おやつ		
	5~6ヶ月頃 初期	7~8ヶ月頃 中期	9~11ヶ月頃 後期	12~18ヶ月頃 完了期	使われる食品	9~11ヶ月頃 後期	12~18ヶ月頃 完了期	使われる食品
16 (金) 赤ちゃん せんべい	10倍粥ペースト 又は重湯	7倍粥	5倍粥	軟飯〜ご飯	米	いちご	いちご	いちご
	グリーンピースの ペースト	ささみと野菜のうま煮つぶし	レバーと野菜のうま煮つぶし	レバーと野菜のうま煮つぶし	ささみ、人参、玉ねぎ、だし (醤油、砂糖)	ほうれん草粥	ほうれん草粥	米、ほうれん草、だし
	野菜スープ	レタスのサラダきざみ	レタスのサラダ粗きざみ	レタスのサラダ	レタス、トマト、きゅうり (醤油、酢)			
		スープ	味噌汁	味噌汁	じゃが芋、だし (里芋、味噌)			
17 (土) 赤ちゃん せんべい	10倍粥ペースト 又は重湯	7倍粥	5倍粥	軟飯〜ご飯	米	バナナ	バナナ	バナナ
	チンゲン菜の ペースト	人参の和え物きざみ	人参の和え物粗きざみ	人参の和え物	人参、きゅうり、レタス	豆乳 ヨーグルト	豆乳 ヨーグルト	豆乳 ヨーグルト
	野菜スープ	肉団子スープ	肉団子スープ	肉団子スープ	人参、白菜、玉ねぎ、チンゲン菜、 鶏ひき肉、片栗粉、だし (コンソメ)			
19 (月) 赤ちゃん せんべい	10倍粥ペースト 又は重湯	7倍粥	5倍粥	軟飯〜ご飯	米	人参粥	人参粥	人参粥
	りんごの ペースト	ポトフ煮つぶし	ツナポトフ粗つぶし	ツナポトフ	じゃが芋、トマト、人参、玉ねぎ (ツナ、コンソメ)	赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい
	野菜スープ	コールスローサラダきざみ	コールスローサラダ粗きざみ	コールスローサラダ	キャベツ、トマト (砂糖、酢)			
		りんご	りんご	りんご	りんご			
20 (火) 赤ちゃん せんべい	10倍粥ペースト 又は重湯	煮込みうどんきざみ	煮込みうどん粗きざみ	煮込みうどん	人参、玉ねぎ、キャベツ、うどん だし、ささみ (豚肉、醤油)	バナナ	バナナ	バナナ
	大根の ペースト	大根サラダきざみ	大根サラダ粗きざみ	大根サラダ	大根、人参、きゅうり (酢、砂糖)	スープ	スープ	じゃが芋、コンソメ
	野菜スープ	野菜スープ	わかめスープ	わかめスープ	ほうれん草、だし (わかめ、コンソメ)			
21 (水) 赤ちゃん せんべい	10倍粥ペースト 又は重湯	7倍粥	5倍粥	軟飯〜ご飯	米	食パン	食パン	食パン
	かぶの ペースト	めかじきの照り煮つぶし	めかじきの照り煮粗つぶし	めかじきの照り煮	めかじき、だし、片栗粉 (砂糖、醤油)	味噌汁	味噌汁	小松菜、味噌
	野菜スープ	小松菜のおひたしきざみ	小松菜のおひたし粗きざみ	小松菜のおひたし	小松菜、人参、もやし、だし			
		野菜スープ	味噌汁	味噌汁	かぶ、だし (味噌)			
22 (木) 赤ちゃん せんべい	10倍粥ペースト 又は重湯	7倍粥	5倍粥	軟飯〜ご飯	米	雑炊	雑炊	人参、大根、小松菜、 米、だし、鶏肉
	おくらの ペースト	ささみのかぼちゃあんかけつぶし	鶏肉のかぼちゃあんかけ粗つぶし	鶏肉のかぼちゃあんかけ	ささみ、かぼちゃ、だし 片栗粉 (鶏肉)	ブルーン	ブルーン	ブルーン
	野菜スープ	人参ときゅうりのサラダきざみ	切干大根のサラダきざみ	切干大根のサラダ粗きざみ	人参、きゅうり (切干大根、醤油、酢)			
		おくらのスープ	おくらのスープ	おくらのスープ	おくら、人参、玉ねぎ (コンソメ)			
23 (金) 赤ちゃん せんべい	10倍粥ペースト 又は重湯	温麺	温麺	温麺	素麺、人参、大根、ささみ、だし	わかめ粥	わかめ粥	米、わかめ、だし
	バナナの ペースト	ヨーグルト	ヨーグルト	ヨーグルト	ヨーグルト	味噌汁	味噌汁	かぼちゃ、味噌
	野菜スープ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ			
24 (土) 赤ちゃん せんべい	10倍粥ペースト 又は重湯	7倍粥	5倍粥	軟飯〜ご飯	米	菜めし粥	菜めし粥	米、菜めしの素
	白身の ペースト	かれいの和風あんかけつぶし	さわらの香味焼き粗つぶし	さわらの香味焼き	かれい、だし、片栗粉 (さわら、ゆず、醤油)	赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい
	野菜スープ	キャベツのおひたしきざみ	キャベツのおひたし粗きざみ	キャベツのおひたし	キャベツ、だし			
		野菜スープ	味噌汁	味噌汁	白菜、さつまい、だし (味噌)			
26 (月) 赤ちゃん せんべい	10倍粥ペースト 又は重湯	7倍粥	5倍粥	軟飯〜ご飯	米	りんご	りんご	りんご
	豆腐の ペースト	豆腐と野菜の煮物つぶし	豆腐と野菜の煮物粗つぶし	豆腐と野菜の煮物	豆腐、じゃが芋、人参、玉ねぎ だし (醤油、砂糖)	青のり粥	青のり粥	米、青のり、だし
	野菜スープ	小魚サラダきざみ	小魚サラダ粗きざみ	小魚サラダ	しらす、きゅうり、キャベツ			
		スープ	味噌汁	味噌汁	鮎、だし (味噌)			
27 (火) 赤ちゃん せんべい	10倍粥ペースト 又は重湯	7倍粥	5倍粥	軟飯〜ご飯	米	ひじき粥	ひじき粥	米、ひじき、だし
	じゃが芋の ペースト	シチューつぶし	コーンシチュー粗つぶし	コーンシチュー	人参、じゃが芋、玉ねぎ、ささみ 豆乳 (コーン、コンソメ)	ヨーグルト	ヨーグルト	ヨーグルト
	野菜スープ	グリーンサラダきざみ	グリーンサラダ粗きざみ	グリーンサラダ	キャベツ、きゅうり、レタス (酢、砂糖)			
		バナナ	バナナ	バナナ	バナナ			
28 (水) 赤ちゃん せんべい	10倍粥ペースト 又は重湯	7倍粥	5倍粥	軟飯〜ご飯	米	にゅうめん	にゅうめん	素麺、人参、キャベツ、 玉ねぎ、だし
	人参の ペースト	ひらめのポテトあんかけ	あじのポテトあんかけ	あじのポテトあんかけ	ひらめ、じゃが芋、だし、片栗粉 (あじ、コンソメ)	赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい
	野菜スープ	納豆和えきざみ	納豆和え粗きざみ	納豆和え	ほうれん草、人参、白菜 ひきわり納豆			
		野菜スープ	味噌汁	味噌汁	玉ねぎ、だし (味噌)			
29 (木)	<p><b>昭和の日</b></p> 							
30 (金) 赤ちゃん せんべい	10倍粥ペースト 又は重湯	7倍粥	5倍粥	軟飯〜ご飯	米	スープ	スープ	里芋、コンソメ
	大根の ペースト	鶏肉のみぞれ煮	鶏肉のみぞれ煮	鶏肉のみぞれ煮	ささみ、大根、だし、いんげん (鶏肉、醤油)	いちご	いちご	いちご
	野菜スープ	ほうれん草の和え物きざみ	ツナの和え物粗きざみ	ツナの和え物	ほうれん草、キャベツ、人参 (ツナ)			
		野菜スープ	味噌汁	味噌汁	もやし、だし (わかめ、味噌)			