

日	曜日	午前食	午後食	主な食材
2	月	七倍粥 鶏ささみと青菜の煮つけ 白菜とじゃが芋のスープ	青菜粥 鶏ささみの香味煮	とりさき身, かつお節, こめ, 片栗粉, じゃがいも, 砂糖, こまつな, はくさい, にんじん, 根深ねぎ
3	火	七倍粥 豆腐と白菜のスープ煮 きゅうりのみかん和え	野菜粥 みそ汁	豆腐, かつお節, こめ, はくさい, きゅうり, みかん缶, たまねぎ, にんじん
4	水	七倍粥 鮭と青菜のスープ煮 バナナ	鮭入り粥 人参のスープ	さけ, こめ, 片栗粉, ほうれんそう, バナナ, にんじん, たまねぎ
5	木	七倍粥 キャベツと挽肉の炒め煮 きゅうりと人参の和え物	あけぼの粥 豆腐の挽肉あんかけ	とりひき肉, 豆腐, かつお節, こめ, 植物油脂, 砂糖, 片栗粉, キャベツ, たまねぎ, きゅうり, にんじん
6	金	七倍粥 鶏ささみのくず煮 人参の甘煮	野菜粥 鶏ささみとレタスのスープ煮	とりさき身, かつお節, こめ, 片栗粉, 砂糖, にんじん, たまねぎ, レタス
7	土	ツナスパゲッティ プレーンヨーグルト	ベビーフード	まぐろ缶, ヨーグルト, スパゲッティ, 植物油脂, 砂糖, トマト缶, たまねぎ, にんじん
9	月	七倍粥 里芋のそぼろ煮 人参とブロッコリーの刻み和え	青菜粥 みかんほぐし	とりひき肉, かつお節, こめ, さといも, 砂糖, マヨネーズ, にんじん, ブロッコリー, こまつな, みかん
11	水	七倍粥 ほうれん草の白和え みそ汁	野菜粥 バナナのヨーグルト和え	豆腐, かつお節, ヨーグルト, こめ, ほうれんそう, にんじん, キャベツ, たまねぎ, バナナ
12	木	煮うどん バナナ	鶏ささみ入り粥 さつま芋の甘煮	とりさき身, かつお節, うどん, こめ, さつまいも, 砂糖, キャベツ, にんじん, バナナ, こまつな
13	金	七倍粥 鮭と根菜のあんかけ みそ汁	野菜粥 鮭と青菜のスープ煮	さけ, かつお節, こめ, 砂糖, 片栗粉, だいこん, にんじん, はくさい, たまねぎ, こまつな
14	土	蒸煮焼きそば バナナ	ベビーフード	とりひき肉, あおのり, 中華めん, 植物油脂, たまねぎ, にんじん, ピーマン, キャベツ, バナナ
16	月	七倍粥 鶏ひき肉のあんかけ バナナ	鶏ひき肉入り粥 人参のスープ	とりひき肉, かつお節, こめ, 片栗粉, にんじん, バナナ, こまつな, たまねぎ
17	火	七倍粥 鮭とじゃが芋のマッシュ いちご	鮭入り粥 人参のみかん和え	さけ, こめ, じゃがいも, いちご, にんじん, みかん缶
18	水	七倍粥 白身魚と青菜のスープ煮 キャベツのお浸し	きな粉パン粥 さつま芋ステーキ	まだら, かつお節, 牛乳, きな粉, こめ, 食パン, さつまいも, バター, ほうれんそう, キャベツ, にんじん
19	木	七倍粥 里芋の甘煮 みそ汁	豆腐粥 きゅうりと人参の和え物	かつお節, 豆腐, こめ, さといも, 砂糖, にんじん, きゅうり
20	金	七倍粥 かじきの煮つけ キャベツとみかんのサラダ	青菜粥 かぼちゃサラダ	めかじき, かつお節, こめ, 砂糖, マヨネーズ, キャベツ, みかん缶, こまつな, かぼちゃ
21	土	ミートソーススパゲッティ プレーンヨーグルト	ベビーフード	とりひき肉, ヨーグルト, スパゲッティ, 植物油脂, トマト缶, たまねぎ, にんじん
23	月	七倍粥 鶏ささみのおろし煮 みかんほぐし	鶏ささみ入り粥 人参のスープ	とりさき身, かつお節, こめ, だいこん, にんじん, みかん, ほうれんそう
24	火	七倍粥 鶏ひき肉のくず煮 人参とブロッコリーの刻み和え	鶏ひき肉入り粥 ブロッコリーのおかか煮	とりひき肉, かつお節, こめ, 片栗粉, 砂糖, マヨネーズ, にんじん, ブロッコリー, たまねぎ
25	水	七倍粥 鶏ささみのケチャップ煮 きゅうりとレタスの刻み和え	トマトリゾット 鶏ささみとレタスのスープ煮	とりさき身, かつお節, こめ, たまねぎ, きゅうり, レタス, トマト
26	木	ベビーカレーライス バナナ	野菜粥 鶏ささみのあけぼの煮	とりさき身, かつお節, こめ, 植物油脂, 砂糖, じゃがいも, たまねぎ, にんじん, バナナ
27	金	七倍粥 キャベツとしらすの煮浸し みかんほぐし	しらす粥 大根のくず煮	しらす干し, かつお節, こめ, 砂糖, 片栗粉, キャベツ, みかん, だいこん, ひじき, にんじん
28	土	ツナスパゲッティ プレーンヨーグルト	ベビーフード	まぐろ缶, ヨーグルト, スパゲッティ, 植物油脂, 砂糖, トマト缶, たまねぎ, にんじん

※都合により、献立を変更することがありますのでご了承ください。
※麦茶は、献立表には記載してありません。

★初めて食べる食材については、アレルギー症状の有無について
事前にご家庭で確認をしていただくようご協力をお願いします。