



日付	献立	材 料 名				3時おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料	
01月	ミートスパゲティ コールスローサラダ 果物 すまし汁	マカロニ・スパゲティ ○米 ○卵黄 油 きび砂糖	豚ひき肉 牛ひき肉 ハム ○煮干 ○かつお削り節 鶏ひき肉	玉葱 オレンジ キャベツ 果物 トマト ほうれんそう 人参 コーン缶 パセリ にんにく	かつおだし汁 ケチャップ フレン チドレッシング(分縮型) ウス ターソース ○しょうゆ しょうゆ 塩(並塩) 食塩	おかかおにぎり 食べる炒り子 お茶
02火	ご飯 魚のネギだれ 彩り野菜のサラダ 果物 みそ汁	米 ○食パン ジャがいも 油 小麦粉 ごま油 きび砂糖	○スキムミルク さば ○おろけるチーズ みそ ○ツナ 油揚げ 白ごま 絹ごし豆腐 白身魚	しめじ 長ネギ 人参 ピーマン ○玉葱 貴ピーマン ○ピーマン 豆腐 ○コーン缶 ねぎ 果物	かつおだし汁 ノンオイルドレッシ ング 焼餃ごま(卵・ごま) ○ケ チャップ しょうゆ みりん 酢 ○ ウスターソース 食塩	ピザトースト スキムミルク
03水	チキンカレー 海苔とレタスのサラダ 果物 野菜スープ	米 ジャがいも ○強力粉 ○黒砂糖 ごま油 油	○スキムミルク 鶏もも肉 豚レバー 牛乳 鶏ひき肉	バナナアップル 玉葱 レタス 小松菜 人参 トマト セロリ えのき のり パナナ	かつおだし汁 カレールウ しょう ゆ(うすくち) しょうゆ ○じゅ うそう 食塩 おろしにんにく	アガラサー スキムミルク
04木	麦ご飯 豚肉のしぐれ煮 キャベツのごまゆかりあえ 果物 すまし汁	米 ○ホットケーキ粉 押麦 ○きび砂糖	○スキムミルク 豚肉 絹ごし豆腐 ○牛乳 ○卵 ○煎塩バター 黒ごま 鶏ひき肉	キャベツ 玉葱 人参 果物 ごぼう ねぎ あおさ 生薑	かつおだし汁 しょうゆ みりん しょうゆ(うすくち) 食塩	パウンドケーキ スキムミルク
05金	発芽玄米ご飯 豆腐ハンバーグ 温野菜 果物 スープ	米 発芽米 片栗粉 ○きび砂糖	絹ごし豆腐 豚ひき肉 鶏ひき肉 卵	○オレンジ天然果汁 玉葱 人参 ブロッコリー キャベツ ひじき 果物	かつおだし汁 ノンオイル和風ド レッシング ケチャップ ウスター ソース しょうゆ 食塩	オレンジゼリー クラッカー お茶
06土	ご飯 鶏野菜煮 もやし和え物 果物 みそ汁	米 片栗粉 きび砂糖 ごま油	○スキムミルク 鶏もも肉 みそ 油揚げ 鶏ひき肉	○パナナ チングンサイ もやし 玉葱 ほうれんそう 人参 干しいたけ わかめ 生薑 果物	かつおだし汁 しょうゆ みりん 酢 酒 食塩	通替わりおやつ スキムミルク
08月	もぐく井 酢の物 果物 みそ汁	米 ○小麦粉 ○オートミール ○黒砂糖 きび砂糖 油 片栗粉	○スキムミルク 鶏ひき肉 ○煎塩バター みそ 油揚げ ツナ油漬缶 ○卵 絹ごし豆腐	すいか もぐく 玉葱 胡瓜 人参 モーウイ ごぼう コーン缶 ねぎ とうがん	かつおだし汁 しょうゆ 本みりん 酢 酒 おろし生薑 食塩 ○ペー キングパウダー	オートミール クッキー スキムミルク
09火	きびごはん 大根&冬瓜のそぼろあんかけ 果物 ほうれん草白和え アーサのみそ汁	米 ○食パン きび ○きび砂糖 油 片栗粉 きび砂糖	○スキムミルク 木綿豆腐 鶏ひき肉 みそ ちくわ ○煎塩バター 絹ごし豆腐	大根 冬瓜 ほうれんそう 人参 いんげん 果物 赤ピーマン あおさ	かつおだし汁 ごまドレッシング (ごま・卵) しょうゆ ○シナモ ン	シナモンシュガ ラスク スキムミルク
10水	肉みそ焼 野菜サラダ 果物 すまし汁	ゆで中華めん ○米 きび砂糖 ごま油 ゆでうどん	豚ひき肉 みそ ○ツナ ハム 鶏ひき肉	バナナアップル 玉葱 人参 小松菜 胡瓜 えのき コーン ○人参 ○万能ねぎ 椎茸 ○ひじき 生薑	かつお・昆布だし汁 青しそドレッシ ング しょうゆ ○しょうゆケ チャップ 食塩 ○塩(並塩)	ウンケー じゅーしー お茶
12金	あわご飯 鶏煮込み クレープイリチー 果物 パパイアすまし汁	米 ○さつまいも ○小麦粉 ○揚げ油 こんにゃく あわ 油 きび砂糖	さけ 豚肉 ○卵 油揚げ みそ 絹ごし豆腐 白身魚	パパイア(未熟果) 人参 切干大根 鮭ごんが 果物 万能ねぎ ほうれんそう 大根	かつおだし汁 みりん しょうゆ しょうゆ(うすくち) 酒 食塩 ○ 食塩	さつま芋の天ぷら お茶
13土	彩りそぼろどんぶり 子魚サラダ 果物 すまし汁	米 油 オリーブ油 きび砂糖	○スキムミルク 鶏ひき肉 卵 ○チーズ しらす干し	キャベツ 小松菜 いんげん 赤ピーマン 人参 ひじき 椎茸 生薑 コーン缶 南瓜 果物	かつおだし汁 しょうゆ 酒 酢 塩 (並塩) 食塩	通替わりおやつ スキムミルク
15月	麦ご飯 マーボ豆腐 春雨青じそサラダ 果物 すまし汁	米 はるさめ 押麦 おつゆ粉 片栗粉 ごま油 きび砂糖	木綿豆腐 豚ひき肉 みそ ○スキムミルク ハム ○牛乳 ○煎塩バター 鶏ひき肉	ほうれんそう 胡瓜 玉葱 人参 長ネギ たら 万能ねぎ 果物	煮干だし汁 かつおだし汁 青しそ ドレッシング しょうゆ 食塩 おろ し生薑	プリン お茶
16火	ご飯 魚のネギだれ 彩り野菜のサラダ 果物 みそ汁	○さつまいも 米 ジャがいも 油 小麦粉 ごま油 きび砂糖	○スキムミルク さば みそ 油揚げ 白ごま 絹ごし豆腐 白身魚	しめじ 長ネギ 人参 ピーマン 貴ピーマン トウモロコ ねぎ 果物	かつおだし汁 ノンオイルドレッシ ング 焼餃ごま(卵・ごま) しょ うゆ みりん 酢 食塩	焼き手 スキムミルク
17水	チキンカレー 海苔とレタスのサラダ 果物 野菜スープ	米 ジャがいも ○小麦粉 ○きび砂糖 ごま油 油	○スキムミルク 鶏もも肉 ○バター 豚レバー ○卵 スキムミルク ○きな粉 鶏ひき肉 ○牛乳	バナナアップル 玉葱 レタス 小松菜 人参 トマト セロリー えのき のり パナナ	かつおだし汁 カレールウ しょう ゆ(うすくち) しょうゆ ○ペー キングパウダー 食塩 おろしに んにく	きな粉サブレ スキムミルク
18木	麦ご飯 豚肉のしぐれ煮 キャベツのごまゆかりあえ 果物 すまし汁	米 ○小麦粉 押麦 ○きび砂糖	○スキムミルク 豚肉 絹ごし豆腐 ○卵 ○バター 黒ごま 鶏ひき肉	キャベツ 玉葱 ○オレンジ 人参 ごぼう ○オレンジ皮 ねぎ あおさ 生薑 果物	かつおだし汁 しょうゆ みりん しょうゆ(うすくち) 食塩 ○ ペーキングパウダー	オレンジケーキ スキムミルク
19金	三枚肉そば 大根イリチー 胡瓜の和え物 果物	沖縄そば ○米 こんにゃく ○黒米 砂糖 油 きび砂糖 ゆでうどん	豚骨 豚三枚肉 さつまいも かまぼこ 豚肉黒肉 鶏ひき肉 ちくわ	オレンジ 胡瓜 人参 切干大根 万能ねぎ わかめ 長ネギ 玉葱 南瓜	しょうゆ みりん 酢 しょうゆ(う すくち) 食塩 湯 ○ゆかり かつ おだし汁	ゆかりおにぎり お茶
20土	ご飯 鶏野菜煮 もやし和え物 果物 みそ汁	米 片栗粉 ○きび砂糖 ごま油	○スキムミルク 鶏もも肉 ○クリームチーズ みそ 油揚げ 鶏ひき肉	チングンサイ もやし 玉葱 ほうれんそう ○パイン缶 人参 干しいたけ わかめ 生薑 果物	かつおだし汁 しょうゆ みりん 酢 酒 食塩	通替わりおやつ スキムミルク
22月	もぐく井 酢の物 果物 みそ汁	米 ○ホットケーキ粉 ○黒砂糖 きび砂糖 ○ココア ○きび砂糖 油 片栗粉	○スキムミルク 鶏ひき肉 ○卵みそ ○豆腐 油揚げ ツナ 絹ごし豆腐	すいか もぐく 玉葱 胡瓜 ○パナナ 人参 モーウイ ごぼう コーン缶 ねぎ 冬瓜	かつおだし汁 しょうゆ 本みりん 酢 酒 ○ペーキングパウダー おろ し生薑 食塩	ココアとバナナ 煮しパン スキムミルク
23火	きびごはん 大根&冬瓜のそぼろあんかけ ほうれん草白和え 果物 アーサのみそ汁	米 ○黒砂糖 きび ○くず粉 ○きび砂糖 ○タピオカ粉 油 片栗粉	木綿豆腐 鶏ひき肉 みそ ちくわ ○きな粉 絹ごし豆腐	大根 とうがん ほうれんそう 人参 いんげん 果物 赤ピーマン あおさ	かつおだし汁 ごまドレッシング (ごま・卵) しょうゆ	くずもち お茶
24水	肉みそ焼 野菜サラダ 果物 すまし汁	ゆで中華めん ○米 きび砂糖 ごま油 ゆでうどん	○スキムミルク 豚ひき肉 ○さけ みそ ハム 鶏ひき肉	バナナアップル 玉葱 人参 小松菜 胡瓜 えのき コーン ねぎ 椎茸 生薑	かつお・昆布だし汁 青しそドレッシ ング しょうゆ ケチャップ 食塩 ○食塩	鮭おにぎり スキムミルク
25木	麦ご飯 照り焼きチキン ブロッコリーとツナサラダ 果物 ゆし豆腐	米 ○ホットケーキ粉 押麦 ○マヨネーズ 砂糖 油	○スキムミルク ゆし豆腐 鶏もも肉 ○卵 ツナ ○チーズ ○ハム 絹ごし豆腐	ブロッコリー とうもろこし 人参 ○玉葱 ねぎ あおさ 果物	かつおだし汁 ノンオイルドレッシ ング 和風 しょうゆ みりん 食塩 ○パセリ粉	オニオンブレッド スキムミルク
26金	発芽玄米ご飯 豚肉の生薑焼き モーウイのレモン和え 果物 わかめと卵みそ汁	米 ○小麦粉 発芽米 ○きび砂糖 油	○スキムミルク 豚肉 卵 みそ ○煎塩バター ○牛乳 鶏ひき肉	オレンジ モーウイ 玉葱 トマト 胡瓜 キャベツ ○干しぶどう レモン果汁 ねぎ 生薑 わかめ	かつおだし汁 ノンオイルドレッシ ング 和風 しょうゆ ○ペーキン グパウダー 食塩	ソフトクッキー スキムミルク
27土	彩りそぼろどんぶり 子魚サラダ 果物 すまし汁	米 油 オリーブ油 きび砂糖	鶏ひき肉 卵 しらす干し	キャベツ 小松菜 いんげん 赤ピーマン 人参 ひじき 果物 椎茸 生薑 コーン缶 南瓜	かつおだし汁 しょうゆ 酒 酢 塩 (並塩) 食塩	通替わりおやつ お茶
29月	麦ご飯 マーボ豆腐 春雨青じそサラダ 果物 すまし汁	米 ○食パン はるさめ 押麦 ○きび砂糖 おつゆ粉 片栗粉 ごま油	○スキムミルク 木綿豆腐 鶏ひき肉 ○牛乳 ○卵 ハム 赤みそ 絹ごし豆腐 鶏ひき肉	ほうれんそう 胡瓜 玉葱 人参 長ネギ たら 万能ねぎ 果物	煮干だし汁 かつおだし汁 青しそ ドレッシング しょうゆ 食塩 おろ し生薑	フレンチトースト スキムミルク
30火	ご飯 鶏肉のきのこだれ チーズと豆のサラダ 果物 みそ汁	米 ○ホットケーキ粉 ○きび砂糖 オリーブ油 油 片栗粉	鶏もも肉 ○ヨーグルト ○卵 チーズ だいず水漬 みそ バター 絹ごし豆腐 鶏ひき肉	玉葱 人参 チングンサイ コーン缶 ○ブルーベリー マッシュルーム ○レモン 椎茸 果物	かつおだし汁 酢 みりん しょうゆ 食塩	ヨーグルトケーキ お茶
31水	五穀米ご飯 あじふライ タルタルソース キャベツの塩昆布和え 果物 豚汁	米 ○小麦粉 五穀米 パン粉 マヨネーズ 小麦粉 ○きび砂糖 ごま油	○スキムミルク あじ 卵 ○バター 豚肉 みそ ○粉チーズ 白身魚	キャベツ トマト 大根 ごぼう 長ネギ 人参 塩こんぶ 玉葱 果物	かつおだし汁 食塩 パセリ粉	チーズサブレ スキムミルク

※1日(木)は山の目で休みます

※食料の都合により献立を変更する場合があります。



# 離乳食献立表



あらた保育園

日付	時間帯	完了期	離乳後期	離乳中期	離乳初期
01(月)	昼食	ミートスパゲティー コールスローサラダ 果物 すまし汁	マカロニトマト煮 キャベツサラダ 果物 すまし汁	マカロニトマト煮 キャベツマッシュ 果物 すまし汁	つぶし粥 ペースト(キャベツ・ほうれん草・トマト) すまし汁
	午後おやつ	おかかおにぎり&食べる炒り子 お茶	おかかおにぎり		
02(火)	昼食	ご飯 魚のネギだれ 彩り野菜のサラダ みそ汁 果物	軟飯 白身魚の塩焼き 彩り野菜サラダ みそ汁 果物	全粥 白身魚の塩焼き じゃが芋と野菜マッシュ みそ汁 果物	つぶし粥 ペースト(白身魚・豆腐・トマト) すまし汁
	午後おやつ	ピザトースト スキムミルク	チーズトースト		
03(水)	昼食	チキンカレー 海苔とレタスのサラダ 果物 野菜スープ	軟飯 ポトフ レタスのサラダ 果物 野菜スープ	全粥 ポトフ レタスマッシュ 果物 野菜スープ	つぶし粥 ペースト(小松菜・人参・じゃが すまし汁
	午後おやつ	アガラサー スキムミルク	蒸しパン		
04(木)	昼食	麦ご飯 豚肉のしぐれ煮 キャベツのごまゆかりあえ すまし汁 果物	軟飯 豚肉と野菜煮 キャベツあえ すまし汁 果物	全粥 鶏団子煮 キャベツマッシュ すまし汁 果物	つぶし粥 ペースト(キャベツ・人参・豆腐) すまし汁
	午後おやつ	パウンドケーキ スキムミルク	パンケーキ		
05(金)	昼食	発芽玄米ご飯 豆腐ハンバーグ 温野菜 スープ 果物	軟飯 煮込み豆腐バーグ 温野菜 スープ 果物	全粥 煮込み豆腐バーグ 温野菜マッシュ スープ 果物	つぶし粥 ペースト(豆腐・人参・ブロッコリー) すまし汁
	午後おやつ	オレンジゼリー クラッカー お茶	オレンジゼリー		
06(土)	昼食	ご飯 鶏野菜煮 もやし和え物 みそ汁 果物	軟飯 肉と野菜のとろみ炒め もやし和え物 みそ汁 果物	全粥 肉と野菜のとろみ炒め みそ汁 果物	つぶし粥 ペースト(チンゲン菜・人参・玉葱) すまし汁
	午後おやつ	週替わりおやつ スキムミルク	週替わりおやつ		
08(月)	昼食	もずく丼 酢の物 果物 みそ汁	軟飯 もずく野菜煮 胡瓜和え 果物 みそ汁	全粥 野菜そぼろ煮 胡瓜マッシュ 果物 みそ汁	つぶし粥 ペースト(冬瓜・人参・豆腐) すまし汁
	午後おやつ	オートミールクッキー(無糖) スキムミルク	クッキー		
09(火)	昼食	きびごぼん 大根&冬瓜のそぼろあんかけ ほうれん草白和え アーサのみそ汁 果物	軟飯 大根と冬瓜の肉団子あんかけ ほうれん草白和え 果物 アーサのみそ汁	全粥 大根と冬瓜の肉団子あんかけ ほうれん草と豆腐マッシュ 果物 みそ汁	つぶし粥 ペースト(冬瓜・豆腐・ほうれん草) すまし汁
	午後おやつ	シナモンシュガーラスク スキムミルク	バタートースト		
10(水)	昼食	肉みそ麺 野菜サラダ 果物 すまし汁	肉みそうどん 野菜サラダ 果物 すまし汁	煮込みうどん 野菜サラダマッシュ 果物 すまし汁	つぶし粥 ペースト(人参・玉ねぎ・小松菜) くたくた煮うどん
	午後おやつ	ウンケーじゅーしー お茶	炊き込みおにぎり		
12(金)	昼食	あわご飯 西京焼き クープイリチー パパイヤすまし汁 果物	軟飯 白身魚のみそ煮焼き 大根炒め煮 すまし汁 果物	全粥 白身魚と野菜のマッシュ 大根マッシュ すまし汁 果物	つぶし粥 ペースト(白身魚・大根・人参) すまし汁
	午後おやつ	さつま芋の天ぷら お茶	さつまいもペースト		
13(土)	昼食	彩りそぼろどんぶり 子魚サラダ すまし汁 果物	軟飯 いんげんとつくね煮 子魚サラダ すまし汁 果物	全粥 いんげんつくね煮 子魚サラダマッシュ すまし汁 果物	つぶし粥 ペースト(しらす・玉葱・キャベツ) すまし汁
	午後おやつ	週替わりおやつ スキムミルク	週替わりおやつ		
15(月)	昼食	麦ご飯 マーボ豆腐 春雨青じそサラダ すまし汁 果物	軟飯 豆腐そぼろ煮 春雨サラダ すまし汁 果物	全粥 豆腐そぼろ煮 野菜マッシュ すまし汁 果物	つぶし粥 ペースト(豆腐・人参・ほうれん草) すまし汁
	午後おやつ	プリン お茶	ゼリー		
16(火)	昼食	ご飯 魚のネギだれ 彩り野菜のサラダ みそ汁 果物	軟飯 白身魚の塩焼き 彩り野菜サラダ みそ汁 果物	全粥 白身魚の塩焼き じゃが芋と野菜マッシュ みそ汁 果物	つぶし粥 ペースト(白身魚・豆腐・トマト) すまし汁
	午後おやつ	焼き芋 スキムミルク	さつま芋マッシュ		

※11日は山の日の掲替休日でお休みになります。

日付	時間帯	完了期	離乳後期	離乳中期	離乳初期
17(水)	昼食	チキンカレー 海苔とレタスのサラダ 果物 野菜スープ	軟飯 ポトフ レタスのサラダ 果物 野菜スープ	全粥 ポトフ レタスマッシュ 果物 野菜スープ	つぶし粥 ペースト(小松菜・人参・じゃが すまし汁
	午後おやつ	きな粉サブレ スキムミルク	きな粉クッキー		
18(木)	昼食	麦ご飯 豚肉のしぐれ煮 キャベツのごまゆかりあえ すまし汁 果物	軟飯 豚肉と野菜煮 キャベツあえ すまし汁 果物	全粥 鶏団子煮 キャベツマッシュ すまし汁 果物	つぶし粥 ペースト(キャベツ・人参・豆腐) すまし汁
	午後おやつ	オレンジケーキ スキムミルク	オレンジケーキ		
19(金)	昼食	三枚肉そば 大根イリチー きゅうりの和え物 果物	軟飯 肉野菜炒め きゅうりの和え物 煮うどん 果物	全粥 鶏だんご煮 胡瓜マッシュ 煮うどん 果物	つぶし粥 ペースト(玉葱・人参・大根) くたくた煮うどん
	午後おやつ	ゆかりおにぎり お茶	おにぎり		
20(土)	昼食	ご飯 鶏野菜煮 もやし和え物 みそ汁 果物	軟飯 肉と野菜のとりみ炒め もやし和え物 みそ汁 果物	全粥 肉と野菜のとりみ炒め みそ汁 果物	つぶし粥 ペースト(チンゲン菜・人参・玉葱) すまし汁
	午後おやつ	週替わりおやつ スキムミルク	週替わりおやつ		
22(月)	昼食	もずく丼 酢の物 果物 みそ汁	軟飯 もずく野菜煮 胡瓜和え 果物 みそ汁	全粥 野菜そばろ煮 胡瓜マッシュ 果物 みそ汁	つぶし粥 ペースト(冬瓜・人参・豆腐) すまし汁
	午後おやつ	ココアとバナナ蒸しパン スキムミルク	バナナ蒸しパン		
23(火)	昼食	きびごぼん 大根&冬瓜のそばろあんかけ ほうれん草白和え アーサのみそ汁 果物	軟飯 大根と冬瓜の肉団子あんかけ ほうれん草白和え 果物 アーサのみそ汁	全粥 大根と冬瓜の肉団子あんかけ ほうれん草と豆腐マッシュ 果物 みそ汁	つぶし粥 ペースト(冬瓜・豆腐・ほうれん草) すまし汁
	午後おやつ	おじや お茶	おじや		
24(水)	昼食	肉みそ麺 野菜サラダ 果物 すまし汁	肉みそうどん 野菜サラダ 果物 すまし汁	煮込みうどん 野菜サラダマッシュ 果物 すまし汁	つぶし粥 ペースト(人参・玉ねぎ・小松菜) くたくた煮うどん
	午後おやつ	鮭おにぎり スキムミルク	おにぎり		
25(木)	昼食	麦ご飯 照り焼きチキン ブロッコリーとツナサラダ ゆし豆腐 果物	軟飯 鶏つくねコーン煮 ブロッコリーサラダ 豆腐すまし汁 果物	全粥 鶏つくね煮 ブロッコリーマッシュ 豆腐すまし汁 果物	つぶし粥 ペースト(豆腐・人参・ブロッコリー) すまし汁
	午後おやつ	オニオンブレッド スキムミルク	野菜とチーズのパンケーキ		
26(金)	昼食	発芽玄米ご飯 豚肉のしょうが焼き モウイのレモン和え 果物 わかめと卵みそ汁	軟飯 豚肉と野菜トマト煮 胡瓜和え物 果物 わかめすまし汁	全粥 鶏だんごと野菜トマト煮 胡瓜マッシュ 果物 すまし汁	つぶし粥 ペースト(トマト・キャベツ・ほうれん草) すまし汁
	午後おやつ	ソフトクッキー スキムミルク	ソフトクッキー		
27(土)	昼食	彩りそばろどんぶり 子魚サラダ すまし汁 果物	軟飯 いんげんとつくね煮 子魚サラダ すまし汁 果物	全粥 いんげんつくね煮 子魚サラダマッシュ すまし汁 果物	つぶし粥 ペースト(しらす・玉葱・キャベツ) すまし汁
	午後おやつ	週替わりおやつ お茶	週替わりおやつ		
29(月)	昼食	麦ご飯 マーボ豆腐 春雨青じそサラダ すまし汁 果物	軟飯 豆腐そばろ煮 春雨サラダ すまし汁 果物	全粥 豆腐そばろ煮 野菜マッシュ すまし汁 果物	つぶし粥 ペースト(豆腐・人参・ほうれん草) すまし汁
	午後おやつ	フレンチトースト スキムミルク	トースト		
30(火)	昼食	ご飯 鶏肉のきのこだれ チーズと豆のサラダ みそ汁 果物	軟飯 鶏肉の照り煮 野菜と豆腐のサラダ すまし汁 果物	全粥 鶏だんご煮 チーズと豆腐のマッシュ すまし汁 果物	つぶし粥 ペースト(玉葱・チンゲン菜・豆腐) すまし汁
	午後おやつ	ヨーグルトケーキ お茶	ヨーグルトケーキ		
31(水)	昼食	五穀米ご飯 あじフライ タルタルソース キャベツの塩昆布和え 豚汁 果物	軟飯 魚と野菜の蒸し煮 キャベツ和え みそ汁 果物	全粥 魚と野菜のマッシュ キャベツマッシュ すまし汁 果物	つぶし粥 ペースト(白身魚・トマト・大根) すまし汁
	午後おやつ	チーズサブレ スキムミルク	チーズサブレ		

※食材の都合により献立を変更する場合があります。  
 ※離乳食は個々の発達・体調に合わせて調整しています