



【令和 5年】

- ★ 厚生労働省『授乳・離乳の支援ガイド』に沿って、離乳食を進めます。
- ★ 献立は月齢ごとの目安です。使用食品・調理形態・分量など、個人差を考慮します。
- ★ 離乳の完了は1歳から1歳6ヶ月頃です。進み具合をみながら、幼児食へ移行していきます。



【 NO 1 】

(作成者) 栄養士 野原正子

回数	1回食 (午前)			2回食 (午後)	
月令	離乳初期 5・6ヶ月頃 (開始後1ヶ月間)	離乳中期 7・8ヶ月頃	離乳後期 9・10・11ヶ月頃	離乳中期 7・8ヶ月頃	離乳後期 9・10・11ヶ月頃
形態 固さ	なめらかにすりつぶした状態 プレーンヨーグルト状(ごっくん)	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(かみかみ)	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(かみかみ)
1 金	つぶしがゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し 人参ペースト ブロッコリーすり流し すまし汁 (主な材料) 米 ブロッコリー 白身魚 玉ねぎ 人参 そうめん ネーブル	みどりがゆ(べたべた) 魚と野菜のうま煮 くたくたそうめん汁 ネーブル	みどりがゆ(べたべた) 魚と野菜のうま煮 そうめん汁 ネーブル	おじや ブロッコリースープ バナナ 米 玉ねぎ 人参 じゃが芋 ブロッコリー 絹ごし豆腐 コーン缶 パナナ	おじや ブロッコリースープ バナナ(手づかみ)
2 土	10倍がゆ(とろとろ) 豆腐のすり流し 人参ペースト すまし汁 	全がゆ(べたべた) 炒り豆腐 あおさ汁 ネーブル (主な材料) 米 絹ごし豆腐 玉ねぎ 人参 ブロッコリー あおさ ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 炒り豆腐 あおさ汁 ネーブル	全がゆ(べたべた) ささみと根菜のだし煮 野菜スープ ネーブル 米 ささみ 人参 じゃが芋 ブロッコリー コーン缶 ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 ささみと根菜のだし煮 野菜スープ ネーブル 
4 月	つぶしがゆ(とろとろ) ポテトすり流し ほうれん草ペースト 野菜スープ (主な材料) 米 人参 ほうれん草 じゃが芋 ささみ 白菜 コーン缶	野菜がゆ(べたべた) マッシュポテト チキンスープ ネーブル	野菜がゆ ⇒ 軟飯 手づかみポテト チキンスープ ネーブル	全がゆ(べたべた) ほうれん草ツナ煮 野菜スープ ネーブル 米 ほうれん草 ツナ缶 人参 あおさ 白菜 りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 ほうれん草ツナ煮 野菜スープ ネーブル
5 火	つぶしがゆ(とろとろ) 白身魚すり流し 根菜ペースト すまし汁 (主な材料) 米 青のり 白身魚 人参 ブロッコリー 大根 パナナ	のりがゆ(べたべた) 白身魚と野菜のだし煮 大根の汁(みそ風味) バナナ	のりがゆ ⇒ 軟飯 白身魚と野菜のだし煮 大根みそ汁 手づかみ大根 バナナ	パンがゆ⇒ココロトースト チキンクリームスープ ネーブル 食パン 鶏肉 じゃが芋 人参 玉ねぎ ブロッコリー コーン缶 ジャム	スティックトースト(手づかみ) チキンクリームスープ ネーブル
6 水	10倍がゆ(とろとろ) かぼちゃペースト ポテトすり流し すまし汁 (主な材料) 米 ささみ かぼちゃ じゃが芋 そうめん パナナ	鶏がゆ(べたべた) かぼちゃとポテトのマッシュ くたくたそうめん汁 バナナ	鶏がゆ ⇒ 軟飯 ころころかぼちゃとポテト そうめん汁 バナナ	しらすがゆ(べたべた) ツナじゃが かぼちゃのスープ ネーブル 米 しらす干し じゃが芋 人参 玉ねぎ ツナ缶 かぼちゃ コーン缶 ネーブル	しらすがゆ ⇒ 軟飯 ツナじゃが かぼちゃのスープ ネーブル
7 木	10倍がゆ(とろとろ) 人参ペースト キャベツ・小松菜のすり流し すまし汁 (主な材料) 米 人参 キャベツ 小松菜 ゆし豆腐 あおさ ネーブル	全がゆ(べたべた) 野菜のだし煮 ゆし豆腐(薄) ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 野菜のだし煮 ゆし豆腐(薄) ネーブル	みどりがゆ チキンスープ りんご寒天 米 小松菜 キャベツ ささみ じゃが芋 人参 コーン缶 粉寒天 りんごジュース	みどりがゆ ⇒ 軟飯 チキンスープ りんご寒天 手づかみポテト
8 金	つぶしがゆ(とろとろ) ポテトすり流し 人参ペースト すまし汁 (主な材料) 米 キャベツ 人参 ツナ缶 じゃが芋 ほうれん草 コーン缶 ネーブル	おじや ポテトスープ(みそ風味) ネーブル	おじや ポテトのみそ汁 ネーブル	全がゆ(べたべた) 白身魚の磯風味 野菜スープ バナナ 米 白身魚 じゃが芋 青のり キャベツ 玉ねぎ 人参 パナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚の磯風味 野菜スープ バナナ
9 土	つぶしがゆ(とろとろ) とうがんですり流し 人参ペースト すまし汁 (主な材料) 米 白身魚 レタス 人参 トマト あおさ ネーブル	全がゆ(べたべた) 白身魚の野菜あん あおさ汁 ネーブル	全がゆ(べたべた) 白身魚の野菜あん あおさ汁 ネーブル	職員研修のため、 13時までの保育です。 	
11 月	10倍がゆ(とろとろ) かぼちゃすり流し 人参ペースト 白菜すり流し すまし汁 (主な材料) 米 あおさ かぼちゃ 玉ねぎ ささみ 白菜 コーン缶	あおさがゆ(べたべた) かぼちゃそぼろ煮 白菜スープ ネーブル	あおさがゆ ⇒ 軟飯 かぼちゃそぼろ煮 白菜スープ ネーブル	全がゆ(べたべた) ツナじゃが かぼちゃスープ バナナ 米 じゃが芋 人参 玉ねぎ ツナ缶 かぼちゃ パナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 ツナじゃが 手づかみポテト かぼちゃスープ バナナ
12 火	10倍がゆ(とろとろ) とうがんですり流し 人参ペースト とろとろバナナ すまし汁 (主な材料) 米 しらす干し 豆腐 とうがん 人参 あおさ 麩 パナナ	しらすがゆ(べたべた) 豆腐ととうがんのうま煮 すまし汁 バナナ	しらすがゆ ⇒ 軟飯 豆腐ととうがんのうま煮 すまし汁 バナナ	みどりがゆ(べたべた) 鶏のかぼちゃあん くたくたそうめん汁 ネーブル 米 ブロッコリー ささみ かぼちゃ そうめん 人参 ネーブル	みどりがゆ ⇒ 軟飯 鶏のかぼちゃあん くたくたそうめん汁 ネーブル
13 水	つぶしがゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し ブロッコリーすり流し 人参ペースト すまし汁 (主な材料) 米 白身魚 人参 ブロッコリー じゃが芋 わかめ ネーブル	全がゆ(べたべた) 白身魚と野菜のだし煮 ポテト汁(みそ風味) ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 豆腐と野菜のだし煮 みそ汁 ネーブル	豆腐おじや 野菜スープ バナナ 米 豆腐 ブロッコリー キャベツ 人参 玉ねぎ コーン缶 パナナ	豆腐おじや 野菜スープ バナナ

※ 離乳食の進め方など気になることは、担任の先生へお気軽にお問合せください。





回数	1回食 (午前)			2回食 (午後)	
	離乳初期 5・6ヶ月頃 (開始後1ヶ月間)	離乳中期 7・8ヶ月頃	離乳後期 9・10・11ヶ月頃	離乳中期 7・8ヶ月頃	離乳後期 9・10・11ヶ月頃
形態 固さ	なめらかにすりつぶした状態 プレーンヨーグルト状(ごっくん)	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(かみかみ)	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(かみかみ)
14 木	 <b>カレーパーティー</b>			全がゆ(べたべた) 魚と野菜のうま煮 かぼちゃスープ ネーブル 米 白身魚 玉ねぎ 人参 青のり かぼちゃ ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 魚と野菜のうま煮 かぼちゃスープ ネーブル
15 金	つぶしがゆ(とろとろ) 白身魚すり流し 白菜すり流し ポテトすり流し (主な材料) 米 白身魚 白菜 人参 玉ねぎ あおさ ネーブル	全がゆ(べたべた) 魚と野菜のスープ煮 すまし汁 ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 魚と野菜のスープ煮 すまし汁 手づかみポテト ネーブル	のりがゆ 鶏肉と野菜のトマトスープ バナナゼリー 米 青のり ささみ トマト缶 人参 ジャが芋 バナナ 粉寒天	のりがゆ ⇒ 軟飯 鶏肉と野菜のトマトスープ バナナゼリー
16 土	つぶしがゆ(とろとろ) 人参ペースト ほうれん草ペースト すまし汁 (主な材料) 米 人参 キャベツ 玉ねぎ ツナ缶 ゆし豆腐 あおさ ネーブル	ツナ入りおじや ゆし豆腐(薄) ネーブル	ツナ入り入りおじや ゆし豆腐(薄) ネーブル	全がゆ(べたべた) 魚汁(みそ風味) ネーブル 米 白身魚 ほうれん草 人参 ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 魚のみそ汁 ネーブル
19 火	つぶしがゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し ブロッコリーすり流し 人参ペースト (主な材料) 米 白身魚 ブロッコリー 玉ねぎ 人参 ジャが芋 ネーブル	全がゆ(べたべた) 白身魚のみどり煮 人参スープ(みそ風味) ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のみどりあんかけ 人参のみそ汁 ネーブル	全がゆ(べたべた) 豆腐のだし煮 かぼちゃスープ バナナヨーグルト 米 絹ごし豆腐 ブロッコリー かぼちゃ コーン缶 バナナ ヨーグルト	全がゆ ⇒ 軟飯 豆腐のだし煮 かぼちゃスープ バナナヨーグルト
20 水	つぶしがゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し 人参ペースト 野菜スープ ブロッコリーすり流し (主な材料) 米 白身魚 人参 ブロッコリー トマト缶 キャベツ バナナ	全がゆ(べたべた) 魚の二色あん トマトスープ バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 魚の二色あん トマトスープ バナナ	トマトがゆ(べたべた) 鶏肉と野菜のスープ ゆるゆるりんごゼリー 米 トマト缶 鶏肉 人参 ジャが芋 玉ねぎ 粉寒天 りんごジュース	トマトがゆ ⇒ 軟飯 鶏肉と野菜のスープ りんごゼリー 手づかみ人参
21 木	つぶしがゆ(とろとろ) 絹ごし豆腐のすり流し ポテトすり流し 野菜スープ (主な材料) 米 ひきわり納豆 ジャが芋 人参 ツナ缶 玉ねぎ とうがん あおさ ネーブル	納豆がゆ(べたべた) ツナじゃが とうがんスープ(みそ風味) ネーブル	納豆がゆ ⇒ 軟飯 ツナじゃが 手づかみポテト とうがんのみそ汁 ネーブル	全がゆ(べたべた) 豆腐と野菜のうま煮 コーンポタージュ バナナ 米 豆腐 ブロッコリー 人参 ジャが芋 レタス コーン缶 バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 豆腐のみどりあん みそ汁 手づかみポテト バナナ
22 金	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し 人参ペースト すまし汁 ブロッコリーすり流し (主な材料) 米 キャベツ 青のり 白身魚 ブロッコリー そうめん 人参 ネーブル	菜がゆ(べたべた) 白身魚のみどり煮 くたくたそうめん汁 ネーブル	菜がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のみどり煮 そうめん汁 ネーブル	みどりがゆ(べたべた) 鶏野菜スープ バナナ 米 ブロッコリー ささみ ジャが芋 玉ねぎ 人参 キャベツ バナナ	みどりがゆ ⇒ 軟飯 鶏野菜スープ バナナ
25 月	つぶしがゆ(とろとろ) ポテトすり流し 人参ペースト 野菜スープ (主な材料) 米 しらす干し きゅうり ジャが芋 人参 玉ねぎ ささみ ネーブル	しらすがゆ(べたべた) きゅうりのおかか煮 チキンスープ ネーブル	しらすがゆ ⇒ 軟飯 きゅうりのおかか煮 チキンスープ 手づかみポテト ネーブル	菜がゆ(べたべた) 人参トマト煮 魚スープ(みそ風味) ネーブル 米 白菜 人参 玉ねぎ トマト缶 ジャが芋 白身魚 コーン缶	菜がゆ ⇒ 軟飯 人参トマト煮 魚のみそ汁 ネーブル
26 火	つぶしがゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し かぼちゃペースト 人参ペースト すまし汁 (主な材料) 米 白身魚 玉ねぎ 人参 かぼちゃ ほうれん草 バナナ	全がゆ(べたべた) 白身魚の野菜あんかけ かぼちゃスープ バナナ	全がゆ(べたべた) 白身魚の野菜あんかけ かぼちゃスープ 手づかみかぼちゃ バナナ	あおさがゆ(べたべた) ツナかぼちゃ くたくたそうめん汁 ネーブル 米 あおさ ツナ缶 玉ねぎ かぼちゃ そうめん 人参 ネーブル	あおさがゆ(べたべた) ツナかぼちゃ そうめん汁 ネーブル
27 水	10倍がゆ(とろとろ) 人参ペースト すまし汁 とうがんすり流し ブロッコリーすり流し (主な材料) 米 豆腐 人参 ブロッコリー 大根 あおさ ネーブル	全がゆ(べたべた) 豆腐と野菜のだし煮 大根スープ(みそ風味) ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 豆腐と野菜のだし煮 大根のみそ汁 ネーブル	鶏おじや さつま芋マッシュ 野菜スープ バナナ 米 ささみ 青のり さつま芋 きなこ 玉ねぎ 人参 ブロッコリー コーン缶	鶏おじや さつま芋だんご(手づかみ) 野菜スープ バナナ
28 木	つぶしがゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し 人参ペースト すまし汁 ブロッコリーすり流し (主な材料) 米 ブロッコリー 白身魚 玉ねぎ 人参 ジャが芋 コーン缶 ネーブル	みどりがゆ(べたべた) 魚と野菜のうま煮 ポテトスープ ネーブル	みどりがゆ ⇒ 軟飯 あけぼの豆腐 ポテトスープ スイカ	全がゆ(べたべた) ささみとポテトのスープ煮 くたくたそうめん汁 バナナ 米 ささみ 玉ねぎ ジャが芋 ブロッコリー そうめん 人参 バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 ささみとポテトのスープ煮 くたくたそうめん汁 バナナ
29 金	つぶしがゆ(とろとろ) ほうれん草ペースト ポテトすり流し とろとろバナナ 野菜スープ (主な材料) 米 ジャが芋 人参 ツナ缶 玉ねぎ ほうれん草 コーン缶 ネーブル	全がゆ(べたべた) ツナじゃが ほうれん草スープ ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 ツナじゃが 手づかみポテト ほうれん草スープ ネーブル	のりがゆ(べたべた) 白身魚と野菜のスープ煮 バナナゼリー 米 青のり 白身魚 ジャが芋 人参 ほうれん草 玉ねぎ バナナ 粉寒天	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚と野菜のスープ煮 バナナゼリー
30 土	つぶしがゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し 人参ペースト ポテトすり流し すまし汁 (主な材料) 米 玉ねぎ 人参 豆腐 ジャが芋 ネーブル	トマト風味おじや 豆腐のスープ(みそ風味) ネーブル	トマト風味おじや 豆腐のみそ汁 ネーブル	全がゆ(べたべた) ブロッコリーのツナ煮 人参スープ ネーブル 米 ブロッコリー 玉ねぎ ツナ缶 人参 コーン缶 ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 ブロッコリーのツナ煮 人参スープ ネーブル



令和5年

◆昨今の物価上昇や、物流等の諸事情により、やむを得ず、献立や食材の変更がありますことをご了承ください。

★赤・黄・緑の食べ物のグループ分けは、6つの基礎食品(厚生労働省)と、食べ物の3つのはたらき(文部科学省)をもとにしています。

(作成者)栄養士 野原正子

日曜	献立名	おやつ		おもな材料(昼食)			日曜	献立名	おやつ		おもな材料(昼食)		
		午前(1~2歳児)	午後(1~5歳児)	あか	きいろ	みどり			午前(1~2歳児)	午後(1~5歳児)	あか	きいろ	みどり
1	ごはん 豚肉のしょうが焼き 昆布イリチー ブロッコリー(マヨ) そうめん汁 ネーブル	バナナ	いなり寿司	豚肩ロース かまぼこ	精白米 強化米 そうめん	赤ピーマン 玉ねぎ 人参 刻み昆布 かんぴょう 糸こんにゃく ブロッコリー ねぎ ネーブル	15	お楽しみメニュー ランキング 1位 なんだろう?お楽しみに~	バナナ	みそおにぎり	牛ひき肉 豚ひき肉 粉チーズ 油揚げ わかめ ツナ缶	スパゲティ じゃが芋 白すりごま	人参 玉ねぎ トマト セロリ ピーマン きゅうり 白菜 ネーブル
2	鶏肉の照り焼き丼 カリカリきゅうり もずくスープ ネーブル	***	亀の甲せんべい	鶏もも肉 もずく 絹ごし豆腐	精白米 強化米 白ゴマ	人参 ニラ きゅうり えのきたけ ねぎ ネーブル	16	鶏肉のあんかけ丼 ブロッコリーとトマトのごまあえ ゆし豆腐汁 ネーブル	***	げんまい棒	鶏もも肉 ゆし豆腐	精白米 強化米 練りごま	干しいたけ 玉ねぎ 人参 ねぎ ホーン缶 ブロッコリー トマト ネーブル
4	豚丼 フライドポテト 春雨スープ ネーブル	米せんべい	ちんすこう(ココア風味)	豚肩ロース 鶏ささみ	精白米 強化米 じゃが芋 春雨	玉ねぎ ほうれん草 (冷) えのきたけ 人参 ネギ たけのこ 白菜 ネーブル	19	ごはん サバの味噌焼 きんぴらごぼう ブロッコリー すまし汁 梨 食育の日	米せんべい	ちんびん	鶏ひき肉 しらす干し わかめ	精白米 強化米 じゃが芋	人参 なす 玉ねぎ オクラ ホールトマト缶 きゅうり コーン缶 白菜 ネーブル
5	黒米ごはん お魚バーグ 人参シリシリー きゅうりの中華風 みそ汁 りんご	バナナ	きなこトースト	魚すり身 鶏ひき肉 豆腐 わかめ	精白米 黒米 強化米	玉ねぎ 人参 もやし ブロッコリー きゅうり 大根 ねぎ 生しいたけ ねぎ りんご	20	パン チキンカレー揚げ マカロニサラダ ミネストローネ バナナ	米せんべい	わかめおにぎり	鶏もも肉	ロールパン マカロニ	レーズン きゅうり 玉ねぎ 大根 人参 キャベツ ブロッコリー トマト缶 バナナ
6	冷やし中華 ポイルウイナー パンブキンサラダ バナナ	米せんべい	しらすおにぎり	鶏ささみ ウイナー しらす干し	中華めん すりごま じゃが芋	Hコーン缶 きゅうり かぼちゃ きゅうり Hコーン缶 バナナ	21	マーজনごはん 納豆ツナみそ 肉じゃが 温サラダ みそ汁 梨	バナナ	グレープゼリー せんべい	ひきわり納豆 ツナ缶 豚肉 ハム 豆腐 わかめ	精白米 もちきび 白ゴマ じゃが芋	ねぎ 人参 糸こんにゃく 玉ねぎ GP しめじ ブロッコリー レタス コーン 缶 とうがんと梨
7	マーজনごはん レバーフライ こんにゃくのソテー キャベツのツナあえ ゆし豆腐汁 ネーブル	米せんべい	もずく入りヒラヤーチー	豚レバー 竹小町 ツナ缶 ゆし豆腐 ハム もずく	精白米 もちきび	糸こんにゃく 人参 Hコーン缶 小松菜 キャベツ きゅうり ねぎ ネーブル	22	黒米ごはん 白身魚のパン粉焼き 春雨の中華炒め カリカリきゅうり そうめん汁 ネーブル	米せんべい	アップルケーキ	白身魚 竹小町 調製豆乳	精白米 黒米 強化米 春雨 白ゴマ そうめん	たけのこ 人参 キャベツ しめじ さやいんげん きゅうり ねぎ ネーブル
8	もずくどんぶり ポイルウイナー キャベツのツナあえ みそ汁 ネーブル	米せんべい	ゴマ風味焼き菓子	もずく 豚ひき肉 ウイナー ツナ缶 油揚げ	精白米 強化米 じゃが芋 白ゴマ	ピーマン 赤ピーマン Hコーン缶 キャベツ きゅうり ニラ ネーブル	25	キーマカレー きゅうりの甘酢あえ コーンと白菜のスープ	バナナ	ヨーグルト入りスコーン	さば 豚肉 わかめ	精白米 強化米 白ゴマ	ごぼう 人参 糸こんにゃく ニラ ねぎ ほんしめじ ブロッコリー たけのこ レタス 梨
9	クワアージュシー トマトサラダ 豚汁 ネーブル	***	職員研修の為 13時までの保育	ツナ缶 豚肉	精白米 強化米	人参 干しいたけ ニラ トマト レタス ねぎ きゅうり とうがんと ネーブル	26	沖縄そば かぼちゃの煮物 カリカリきゅうり 梨 お楽しみメニュー 3位	バナナ	みそおにぎり	豚三枚肉 丸かまぼこ ツナ缶	沖縄そば (茹) 白ゴマ	刻み昆布 かぼちゃ さやいんげん きゅうり 梨
11	ごはん 鶏肉のマーレード焼き ひじきの五目煮 かぼちゃのコロコロ揚げ みそ汁 ネーブル	米せんべい	玄米フレークスナック	鶏もも肉 干ひじき 竹小町 油揚げ	精白米 強化米	人参 糸こんにゃく GP ニラ かぼちゃ 白菜 ネーブル	27	マーজনごはん 鶏肉のさっぱり煮 ひじきの五目煮 ブロッコリーとトマトのごまあえ みそ汁 ネーブル	米せんべい	蒸し芋	鶏もも肉 干ひじき 竹小町 油揚げ 豆腐	精白米 強化米 もちきび 練りごま (白) さつま芋	人参 糸こんにゃく GP ニラ ブロッコリー トマト 大根 ねぎ ネーブル
12	マーজনごはん 豆腐ナゲット きんぴらごぼう(カレー風味) きゅうりの甘酢あえ とうがんと汁 りんご	バナナ	マシュマロサンド	鶏ひき肉 豆腐 鶏もも肉 しらす干し わかめ	精白米 強化米 もちきび	玉ねぎ ごぼう 人参 ねぎ さやいんげん きゅうり とうがんと りんご	28	黒米ごはん 鮭のタルタル焼き 人参シリシリー 拌三絲(パンサンスー) すまし汁 りんご	米せんべい	ジャムパン	鮭 豚肉 ツナ缶 ハム わかめ	精白米 黒米 強化米 春雨	玉ねぎ 人参 ブロッコリー もやし きゅうり たけのこ ねぎ りんご
13	黒米ごはん 鮭のもみじ焼き 春雨の中華炒め ブロッコリー みそ汁 ネーブル	米せんべい	揚げパン	鮭 豚もも肉 豆腐 わかめ	精白米 黒米 強化米 春雨	人参 たけのこ キャベツ しめじ ねぎ さやいんげん ブロッコリー えのきたけ ネーブル	29	マーজনごはん ハンバーグ ほうれん草炒め フライドポテト コーンスープ 十五夜	バナナ	うさぎさんクッキー	豚ひき肉 牛ひき肉 竹小町	精白米 強化米 もちきび じゃが芋	玉ねぎ ほうれん草 人参 コーン缶 えのきたけ ネーブル
14	カレーパーティー	米せんべい	人参ケーキ	豚肩ロース 竹小町 もずく	精白米 強化米 もちきび	大根 人参 糸こんにゃく きゅうり たけのこ ねぎ 梨	30	ハヤシライス スティックきゅうり すまし汁 ネーブル	***	スティックパン	鶏もも肉 豆腐 わかめ	精白米 強化米 じゃが芋	玉ねぎ 人参 Hコーン缶 GP きゅうり えのきたけ ねぎ ネーブル

★ 材料、行事、その他の都合により、献立を変更することがあります。  
★ 食物アレルギー対応食は、医師の診断書に基づき、『保育所におけるアレルギー対応ガイドライン(厚生省2019)』に沿って実施します。

★ 「離乳食の献立表」は、該当者だけに配布しています。  
★ 幼児食移行期(1歳~1歳半頃)は、咀嚼能力にあわせて調理形態や食材を替える場合があります。

