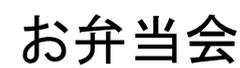


令和5年

◆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			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	スパゲティミートソース スティックきゅうり(マヨ) ゴマじゃが みそ汁 ネーブル	バナナ			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	***			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							
4	豚丼 フライドポテト 春雨スープ ネーブル	米せんべい			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	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 ネーブル	米せんべい			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 へち ま 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 きゅうりの中華風 みそ汁 りんご	バナナ			魚すり身 鶏ひき肉 豆腐 わかめ	精白米 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							
6	冷やし中華 ポイルウィンナー パンプキンサラダ バナナ	米せんべい			鶏ささみ ウィンナー 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	マージンごはん 納豆ツナみそ 肉じゃが 温サラダ みそ汁 梨	バナナ			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ן 梨
7	マージンごはん 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			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			白身魚 竹小町 調整豆乳	精白米 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	ごはん さばのみそ焼き きんぴらごぼう ブロッコリー すまし汁 梨	バナナ			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	25	もずくどんぶり ポイルウィンナー キャベツのツナあえ みそ汁 ネーブル	米せんべい			もずく 豚ひき肉 ウィンナー 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
9	ハヤシライス スティックきゅうり すまし汁 ネーブル	***			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	26	沖縄そば かぼちゃの煮物 カリカリきゅうり 梨	バナナ			豚3枚肉 丸かまぼこ ツナ缶	沖縄そば (茹) 白ゴマ	刻み昆布 ねぎ かぼちゃ さやいんげん きゅうり 梨
11	ごはん 鶏肉のマーメレード焼き 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			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	マージンごはん 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			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 白ゴマ 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	マージンごはん 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 とうがん汁 りんご	バナナ			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 りんご	28	黒米ごはん 白身魚のタルタル焼き 人参シリシリ 拌三絲(パンサンズー) すまし汁 りんご	米せんべい			白身魚 豚肉 ツナ缶 ハム わかめ	精白米 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 白身魚のもみじ焼き 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			白身魚 豚もも肉 豆腐 わかめ	精白米 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	マージンごはん ハンバーグ ほうれん草炒め フライドポテト ネーブル コーンスープ	バナナ			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	マージンごはん ちくわの磯辺揚げ 豚大根のみそ煮 スティックきゅうり もずくスープ 梨	米せんべい			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	クファージュシー トマトサラダ 豚汁 ネーブル	***			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 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(厚労省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。





【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。



【NO1】

(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 Cコーン缶 バナナ	おじや ブロッコリースープ バナナ
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 (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(べたべた) 炒り豆腐 あおさ汁 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 C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 C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 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 バナナ	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 バナナ	パンがゆ ⇒ コロコロトースト 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 Cコーン缶 ジャム	スティックトースト 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 バナナ	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 C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 C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
8 金	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 じゃが芋 ネーブル	全がゆ(べたべた) 白身魚のみどり煮 人参の汁(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 Cコーン缶 バナナ P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
9 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 じゃが芋 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 C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
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 C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 バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 ツナじゃが 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 バナナ	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 Cコーン缶 バナナ	豆腐おじや 野菜スープ バナナ

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)
14 木	10倍がゆ(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 青のり 白身魚 大根 人参 ブロッコリー ジャが芋 コーン缶 バナナ	のりがゆ(べたべた) 魚と根菜だし煮 ブロッコリースープ バナナ	のりがゆ ⇒ 軟飯 根菜だし煮 ブロッコリースープ バナナ	全がゆ(べたべた) 炒り豆腐 ほうれん草スープ ネーブル 米 豆腐 玉ねぎ 人参 ほうれん草 ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 炒り豆腐 ほうれん草スープ 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 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					
19 火	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 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
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
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 とうがんのみそ汁 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 野菜スープ 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 すまし汁 (主な材料) 米 キャベツ 人参 ツナ缶 ジャが芋 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 ネーブル 米 白身魚 ジャが芋 青のり キャベツ 玉ねぎ 人参 ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚の磯風味 野菜スープ 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 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	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 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 魚と野菜のうま煮 ポテトスープ ネーブル	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 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) とうがんすり流し 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	全がゆ(べたべた) 冬瓜のそぼろ煮風 ポテト汁(みそ風味) ネーブル 米 青のり とうがん 人参 鶏ひき肉 ジャが芋 ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 冬瓜のそぼろ煮風 みそ汁 ネーブル

※ 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。