

日 (曜日)		7.8カ月頃 (中期)		12~15カ月頃 (完了前期)	
		献立名	主な材料	献立名	主な材料
1 29 (月)	午前 食	おかゆ 味噌汁 豆腐煮 じゃが芋煮	米 長葱 冬瓜 エリンギ 豆腐 玉葱 じゃが芋 青のり	ごはん 味噌汁 いり豆腐 じゃが芋煮	米 長葱 冬瓜 エリンギ 豆腐 玉葱 椎茸 人参 じゃが芋 青のり
	午後 食	煮込みうどん そばろ煮 ブロッコリー煮	うどん ニラ エノキ 大根 人参 鶏挽肉 玉葱 ブロッコリー	煮込みうどん ブロッコリー煮	うどん ニラ エノキ 椎茸 人参 ブロッコリー
2 16 (火)	午前 食	おかゆ 味噌汁 ささみ煮 人参煮	米 小松菜 エノキ 豆腐 鶏ささみ 玉葱 人参 きゃべつ	ごはん 味噌汁 ささみ煮 人参煮	米 小松菜 エノキ 豆腐 鶏ささみ 玉葱 人参 きゃべつ
	午後 食	にゅうめん 麩の含め煮 三色煮	そうめん 人参 もやし 水菜 麩 玉葱 じゃが芋 ピーマン 椎茸	にゅうめん 三色煮	そうめん 人参 もやし 水菜 舞茸 じゃが芋 ピーマン 椎茸
3 17 (水)	午前 食	おかゆ 味噌汁 白身魚煮 もやし煮	米 きゃべつ 長葱 しめじ 白身魚 玉葱 もやし 人参	ごはん 味噌汁 かじき煮 もやし煮	米 きゃべつ 長葱 しめじ 白身魚 玉葱 もやし 人参
	午後 食	煮込みうどん 五目煮 かぼちゃ煮	うどん なす いんげん きゃべつ 豆腐 玉葱 人参 もやし ニラ かぼちゃ	煮込みうどん かぼちゃ煮	うどん なす いんげん きゃべつ かぼちゃ
4 18 (木)	午前 食	にゅうめん ささみ煮 じゃが芋煮	そうめん わかめ 長葱 コー ン缶 鶏ささみ 玉葱 人	にゅうめん ささみ煮 じゃが芋煮	そうめん わかめ 長葱 コー ン缶 鶏ささみ 玉葱 人参 じゃが芋 グリンピース
	午後 食	おかゆ 味噌汁 納豆煮 いんげん煮	米 水菜 きゃべつ 納豆 玉葱 いんげん 人参	おにぎり 味噌汁 いんげん煮	米 水菜 きゃべつ いんげん 人参
5 19 (金)	午前 食	おかゆ 味噌汁 肉じゃが きゃべつ煮	米 もやし 小松菜 なす 鶏ささみ 人参 じゃが芋 玉葱 きゃべつ きゅうり	カレーライス 味噌汁 トマト きゃべつ煮	米 鶏ささみ 人参 じゃが芋 玉葱トマ ト もやし 小松菜 なす きゃべつ きゅうり
	午後 食	にゅうめん 豆腐煮 ひじき煮	そうめん 大根 しめじ 万能葱 豆腐 玉葱 人参 ひじき 人参 いんげん	にゅうめん ひじき煮	そうめん 大根 しめじ 万能葱 ひじき 人参 いんげん 人参
6 20 (土)	午前 食	おかゆ 味噌汁 ささみ煮 大根煮	米 なめこ 大根 鶏ささみ 大根 きゅうり	ごはん 味噌汁 ささみ煮 大根煮	米 なめこ 大根 鶏ささみ 大根 きゅうり
	午後 食	煮込みうどん 麩の含め煮 人参煮	うどん 大根 人参 麩 玉葱 人参 きゅうり	煮込みうどん 人参煮	うどん 大根 人参 人参 きゅうり
30 (火)	午前 食	おかゆ 味噌汁 鶏団子煮 春雨煮	米 エノキ 小松菜 もやし 鶏挽肉 玉葱 春雨 人参 きゅうり	ごはん 味噌汁 鶏団子煮 春雨煮	米 エノキ 小松菜 もやし 鶏挽肉 玉葱 春雨 人参 きゅうり
	午後 食	にゅうめん 豆腐煮 さつま芋煮	そうめん 長葱 椎茸 なす 豆腐 玉葱 さつま芋	にゅうめん さつま芋煮	そうめん 長葱 椎茸 なす さつま芋
8 22 (月)	午前 食	おかゆ 味噌汁 ささみ煮 切干大根煮	米 冬瓜 わかめ きゃべつ 鶏ささみ 玉葱 切干大根 人参	ごはん 味噌汁 豚肉ソテー 切干大根煮	米 冬瓜 わかめ きゃべつ 豚肉 切干大根 人参
	午後 食	煮込みうどん 納豆煮 きゃべつ煮	うどん もやし 椎茸 チンゲン菜 納豆 玉葱 人参 きゃべつ きゅうり	煮込みうどん きゃべつ煮	うどん もやし 椎茸 チンゲン菜 きゃべつ きゅうり 人 参
9 23 (火)	午前 食	にゅうめん 豆腐煮 さつま芋煮	そうめん 水菜 しめじ 椎茸 人参 豆腐 玉葱 さつま芋	にゅうめん 豆腐煮 さつま芋りんご煮	そうめん 水菜 しめじ 椎茸 人参 豆腐 玉葱 さつま芋 りんご
	午後 食	おかゆ 味噌汁 麩の含め煮 五目煮	米 しめじ 万能葱 きゃべつ 麩 玉葱 人参 じゃが芋 いんげん	おにぎり 味噌汁 五目煮	米 しめじ 万能葱 きゃべつ 人参 じゃが芋 いんげん

10 31 (水)	午前食	パンがゆ スープ ささみ煮 大根煮	パン チンゲン菜 エノキ 人参 鶏ささみ 玉葱 大根 もやし	トースト スープ ささみ煮 大根煮	パン チンゲン菜 エノキ 人参 鶏ささみ 玉葱 大根 もやし
	午後食	おかゆ 味噌汁 白身魚煮 さつまい煮	米 しめじ 万能葱 人参 白身魚 玉葱 さつまい	おにぎり 味噌汁 さつまい煮	米 しめじ 万能葱 人参 さつまい
11 25 (木)	午前食	煮込みうどん 豆腐煮 かぼちゃ煮	うどん 長葱 もやし 人参 豆腐 玉葱 かぼちゃ	煮込みうどん 豆腐煮 かぼちゃ煮	うどん 長葱 もやし 人参 豆腐 玉葱 かぼちゃ
	午後食	おかゆ 味噌汁 麩の含め煮 じゃが芋煮	米 人参 きゃべつ 麩 玉葱 じゃが芋 コーン缶	おにぎり 味噌汁 じゃが芋煮	米 人参 きゃべつ じゃが芋 コーン缶
12 26 (金)	午前食	おかゆ 味噌汁 白身魚煮 冬瓜煮	米 なす 万能葱 もやし 白身魚 玉葱 冬瓜	ごはん 味噌汁 鮭煮 冬瓜煮	米 なす 万能葱 もやし 鮭 玉葱 冬瓜
	午後食	パンがゆ スープ 納豆煮 ほうれん草煮	パン わかめ じゃが芋 しめじ 納豆 玉葱 ほうれん草 人参	トースト スープ ほうれん草煮	パン わかめ じゃが芋 しめじ ほうれん草 人参
13 27 (土)	午前食	煮込みうどん ささみ煮 トマト煮	うどん 人参 大根 しめじ 長葱 鶏ささみ トマト	煮込みうどん ささみ煮 トマト煮	うどん 人参 大根 しめじ 長葱 鶏ささみ トマト
	午後食	雑炊 麩の含め煮 ほうれん草煮	米 大根 しめじ 麩 玉葱 ほうれん草 人参	雑炊 ほうれん草煮	米 大根 しめじ ほうれん草 人参
24 (水)	午前食	おかゆ 味噌汁 ささみ煮 春雨煮	米 人参 チンゲン菜 きくらげ 鶏ささみ 玉葱 春雨 ほうれん草 もやし	ごはん 味噌汁 ささみ煮 春雨煮	米 人参 チンゲン菜 きくらげ 鶏ささみ 玉葱 春雨 ほうれん草 もやし
	午後食	にゅうめん 白身魚煮 じゃが芋煮	そうめん きゃべつ 水菜 なめこ 白身魚 玉葱 じゃが芋 ミックスベジタブル	にゅうめん じゃが芋煮	そうめん きゃべつ 水菜 なめこ じゃが芋 ミックスベジタブル