

	14・28 日(月)	1・15・29 日(火)	2・16・30 日(水)	3・17・31 日(木)	4・18 日(金)	5・26 日(土)
初期食 らいちばん (5日まで つぶしがゆと) ★印の野菜一品)	つぶしがゆ 玉ねぎペースト 南瓜ペースト	つぶしがゆ ★人参ペースト ちんげん菜ペースト	つぶしがゆ ★小松菜ペースト 玉ねぎペースト	つぶしがゆ ★さつま芋ペースト ほうれん草ペースト	つぶしがゆ ★ちんげん菜ペースト 人参ペースト	つぶしがゆ ★玉ねぎペースト じゃが芋ペースト
後期食	全がゆ 鶏ミンチと人参の煮物 (鶏ミンチ・人参・しょうゆ・だし) 南瓜と玉ねぎの和え物 (南瓜・玉ねぎ・塩) 青ねぎのみそ汁 (青ねぎ・みそ・だし) スティック: きゅうり	全がゆ 豆腐とパプリカの煮物 (豆腐・パプリカ・しょうゆ・だし) 人参とちんげん菜の和え物 (人参・ちんげん菜・塩) じゃが芋のみそ汁 (じゃが芋・みそ・だし) スティック: じゃが芋	全がゆ しらすと小松菜の煮物 (しらす・小松菜・しょうゆ・だし) 冬瓜と人参の和え物 (冬瓜・人参・塩) 玉ねぎの清汁 (玉ねぎ・しょうゆ・だし) スティック: 人参	全がゆ 白身魚とさつま芋の煮物 (白身魚・さつま芋・しょうゆ・だし) ほうれん草と玉ねぎの和え物 (ほうれん草・玉ねぎ・塩) 人参の清汁 (人参・しょうゆ・だし) スティック: さつま芋	全がゆ 豚ミンチとちんげん菜の煮物 (豚ミンチ・ちんげん菜・しょうゆ・だし) 茄子と人参の和え物 (茄子・人参・塩) 玉ねぎのみそ汁 (玉ねぎ・みそ・だし) スティック: 南瓜	全がゆ しらすと人参の煮物 (しらす・人参・しょうゆ・だし) 玉ねぎとじゃが芋の和え物 (玉ねぎ・じゃが芋・塩) 小松菜の清汁 (小松菜・しょうゆ・だし) スティック: 人参
おやつ	お菓子・しらす	ふんわりガーリックトースト (フランスパン・オリゴオイル) にんにく・パセリ	2・16日 すいか・お菓子 30日 バナナ・お菓子	キャロットゼリー (人参・オレンジジュース) アガー・さとう	きな粉とごまのパンケーキ (きな粉・小麦粉・さとう・ごま) ベーキングパウダー・豆乳・サラダ油	お菓子
	7・21 日(月)	8・22 日(火)	9・23 日(水)	10・24 日(木)	25 日(金)	19 日(土)
初期食 らいちばん	つぶしがゆ 小松菜ペースト 南瓜ペースト	つぶしがゆ 人参ペースト 玉ねぎペースト	つぶしがゆ きびだまペースト 大根ペースト	つぶしがゆ さつま芋ペースト 玉ねぎペースト	つぶしがゆ 人参ペースト ほうれん草ペースト	つぶしがゆ きびだまペースト ちんげん菜ペースト
後期食	全がゆ 豆腐と人参の煮物 (豆腐・人参・しょうゆ・だし) 玉ねぎと小松菜の和え物 (玉ねぎ・小松菜・塩) もやしのみそ汁 (もやし・しょうゆ・だし) スティック: 南瓜	全がゆ しらすとズッキーニの煮物 (しらす・ズッキーニ・しょうゆ・だし) 人参とパプリカの和え物 (人参・パプリカ・塩) 玉ねぎのみそ汁 (玉ねぎ・みそ・だし) スティック: 人参	全がゆ 牛ミンチと茄子の煮物 (牛ミンチ・茄子・しょうゆ・だし) きびだまと大根の和え物 (きびだま・大根・塩) ほうれん草のみそ汁 (ほうれん草・しょうゆ・だし) スティック: 大根	全がゆ 鶏ミンチとさつま芋の煮物 (鶏ミンチ・さつま芋・しょうゆ・だし) ズッキーニと玉ねぎの和え物 (ズッキーニ・玉ねぎ・塩) オクラのみそ汁 (オクラ・みそ・だし) スティック: さつま芋	全がゆ 白身魚と人参の煮物 (白身魚・人参・しょうゆ・だし) きゅうりとオクラの和え物 (きゅうり・オクラ・塩) わかめのみそ汁 (わかめ・みそ・だし) スティック: きゅうり	全がゆ 豆腐とちんげん菜の煮物 (豆腐・ちんげん菜・しょうゆ・だし) きびだまと人参の和え物 (きびだま・人参・塩) 白ねぎのみそ汁 (白ねぎ・しょうゆ・だし) スティック: 人参
おやつ	お菓子・しらす	むし芋 (さつま芋)	コロコロ南瓜 (南瓜)	わかめおじや (米・わかめ・しょうゆ・だし)	煮りんご (りんご)	お菓子