

	13・27日(月)	14・28日(火)	1・15・29日(水)	2・16・30日(木)	3・17日(金)	4・18日(土)
中期	5倍がゆ 豆腐のだし煮 玉ねぎと人参のだし煮 野菜スープ	5倍がゆ 白身魚のだし煮 南瓜とじゃが芋のだし煮 野菜スープ	5倍がゆ しらすのだし煮 ほうれん草と人参のだし煮 野菜スープ	5倍がゆ 鶏ササミのだし煮 小松菜と玉ねぎのだし煮 野菜スープ	5倍がゆ 白身魚のだし煮 きゅうりとじゃが芋のだし煮 野菜スープ	5倍がゆ 鶏ササミのだし煮 ほうれん草と人参のだし煮 野菜スープ
後期	全がゆ 豆腐ときゅうりの煮物 (豆腐、きゅうり、しょうゆ、だし) 玉ねぎと人参の和え物 (玉ねぎ、人参、塩) ほうれん草の清汁 (ほうれん草、しょうゆ、だし) スティック: 人参	全がゆ 白身魚と人参の煮物 (白身魚、人参、しょうゆ、だし) 南瓜とじゃが芋の和え物 (南瓜、じゃが芋、塩) 人参のみそ汁 (人参、みそ、だし) スティック: 南瓜	全がゆ しらすと玉ねぎの煮物 (しらす、玉ねぎ、しょうゆ、だし) ほうれん草と人参の和え物 (ほうれん草、人参、塩) きゅうりの清汁 (きゅうり、しょうゆ、だし) スティック: 人参	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) 小松菜と玉ねぎの和え物 (小松菜、玉ねぎ、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 白身魚と人参の煮物 (白身魚、人参、しょうゆ、だし) きゅうりとじゃが芋の和え物 (きゅうり、じゃが芋、塩) ほうれん草のみそ汁 (ほうれん草、みそ、だし) スティック: きゅうり	全がゆ 鶏ササミと小松菜の煮物 (鶏ササミ、小松菜、しょうゆ、だし) ほうれん草と人参の和え物 (ほうれん草、人参、塩) 玉ねぎの清汁 (玉ねぎ、しょうゆ、だし) スティック: さつま芋
おやつ	赤ちゃんお菓子	さつま芋煮 (さつま芋、だし)	やわらかうどん (うどん、鶏ミンチ、きゅうり、だし)	煮りんご (りんご)	コロコロかぼちゃ (南瓜)	赤ちゃんお菓子
	6・20日(月)	7・21日(火)	8・22日(水)	9・23日(木)	10・24日(金)	11・25日(土)
中期	5倍がゆ しらすのだし煮 ちんげん菜と人参のだし煮 野菜スープ	5倍がゆ 豆腐のだし煮 南瓜ときゅうりのだし煮 野菜スープ	5倍がゆ 鶏ササミのだし煮 白菜と玉ねぎのだし煮 野菜スープ	5倍がゆ 白身魚のだし煮 人参とほうれん草のだし煮 野菜スープ	5倍がゆ 豆腐のだし煮 小松菜と玉ねぎのだし煮 野菜スープ	5倍がゆ しらすのだし煮 ちんげん菜と人参のだし煮 野菜スープ
後期	全がゆ しらすとほうれん草の煮物 (しらす、ほうれん草、しょうゆ、だし) ちんげん菜と人参の和え物 (ちんげん菜、人参、塩) きゅうりの清汁 (きゅうり、しょうゆ、だし) スティック: 人参	全がゆ 豆腐と人参の煮物 (豆腐、人参、しょうゆ、だし) 南瓜ときゅうりの和え物 (南瓜、きゅうり、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 鶏ミンチと小松菜の煮物 (鶏ミンチ、小松菜、しょうゆ、だし) 白菜と玉ねぎの和え物 (白菜、玉ねぎ、塩、だし) アスパラののみそ汁 (アスパラ、みそ、だし) スティック: さつま芋	全がゆ 白身魚ときゅうりの煮物 (白身魚、きゅうり、しょうゆ、だし) 人参とほうれん草の和え物 (人参、ほうれん草、塩) じゃが芋の清汁 (じゃが芋、しょうゆ、塩) スティック: じゃが芋	全がゆ 豆腐と人参の煮物 (豆腐、人参、しょうゆ、だし) 小松菜と玉ねぎの和え物 (小松菜、玉ねぎ、塩) ほうれん草のみそ汁 (ほうれん草、みそ、だし) スティック: きゅうり	全がゆ しらすとじゃが芋の煮物 (しらす、じゃが芋、しょうゆ、塩) ちんげん菜と人参の和え物 (ちんげん菜、人参、塩) きゅうりの清汁 (きゅうり、しょうゆ、塩) スティック: 南瓜
おやつ	赤ちゃんお菓子	じゃが芋のおやき (じゃが芋、塩)	赤ちゃんお菓子	しらすおじや (米、しらす、しょうゆ、だし)	にゅうめん (そうめん、鶏ミンチ、しょうゆ、だし)	赤ちゃんお菓子

* 中期の野菜スープはだし煮の野菜と同じ食材です