



9~11か月頃				
	午前食	食材	午後食	食材
1(水)	おかゆ 豆腐の味噌煮 ほうれん草軟らか煮 わかめスープ	米 豆腐・豚挽肉・長ねぎ ほうれん草・人参・もやし わかめ・大根	パン ほうれん草スープ	プティポワン ほうれん草・人参
2(木)	パン ミートボール いんげんのコーン煮 オニオンスープ	プティポワン 豚挽肉・玉ねぎ いんげん・人参・コーン 玉ねぎ	人参がゆ	米・人参・いんげん・コーン
3(金)	おかゆ ささみの軟らか煮 コロコロ野菜 味噌汁	米 ささみ・玉ねぎ 人参・いんげん 大根	玉ねぎがゆ	米・玉ねぎ・人参
4(土)	ねぎと挽肉のおかゆ 二色野菜 もやしスープ	米・豚挽肉・長ねぎ 人参・胡瓜 もやし・わかめ	パン キャベツスープ	プティポワン キャベツ・人参
6(月)	おかゆ 鮭のほうれん草煮 スティック人参 味噌汁	米 鮭・ほうれん草 人参 わかめ・万能ねぎ	ほうとう風うどん	うどん・大根・人参・長ねぎ・南瓜
7(火)	チキンミルクスパゲティ キャベツのトマト煮 白菜スープ	スパゲティ・鶏挽肉・玉ねぎ・コーン・ブロッコリー キャベツ・トマト・胡瓜 白菜	パン ブロッコリースープ	プティポワン ブロッコリー・玉ねぎ・コーン
8(水)	五目がゆ かぶの軟らか煮 玉ねぎスープ	米・豚挽肉・白菜・人参・長ねぎ・チンゲン菜 かぶ・胡瓜 玉ねぎ	さつま芋スティック チンゲン菜スープ	さつま芋 チンゲン菜・玉ねぎ・人参
9(木)	パン 挽肉とじゃが芋のスープ 胡瓜のコーン煮	プティポワン 豚挽肉・じゃが芋・玉ねぎ 胡瓜・人参・コーン	わかめがゆ	米・わかめ・キャベツ・人参
10(金)	おかゆ かじきと大根の煮物 スティック人参 味噌汁	米 カジキマグロ・大根 人参・ほうれん草 キャベツ	ホットケーキ ほうれん草スープ	ホットケーキミックス粉・牛乳 ほうれん草・キャベツ・人参
11(土)	鶏がゆ 人参ツナ煮 ポテトスープ	米・鶏挽肉・玉ねぎ 人参・ツナ じゃが芋・玉ねぎ	パン ベジタブルスープ	プティポワン 玉ねぎ・人参・キャベツ
13(月)	おかゆ 肉じゃが ブロッコリーコーン煮 味噌汁	米 豚挽肉・じゃが芋・人参・玉ねぎ ブロッコリー・コーン 玉ねぎ	蒸しパン ツナスープ	小麦粉・牛乳 ツナ・ブロッコリー・人参
14(火)	もやしうどん 南瓜煮	うどん・豚挽肉・もやし・キャベツ・コーン 南瓜	肉入り雑炊	米・鶏挽肉・長ねぎ
15(水)	おかゆ 豆腐の味噌煮 ほうれん草軟らか煮 わかめスープ	米 豆腐・豚挽肉・長ねぎ ほうれん草・人参・もやし わかめ・大根	パン ほうれん草スープ	プティポワン ほうれん草・人参
16(木)	パン ミートボール いんげんのコーン煮 オニオンスープ	プティポワン 豚挽肉・玉ねぎ いんげん・人参・コーン 玉ねぎ	人参がゆ	米・人参・いんげん・玉ねぎ
17(金)	おかゆ ハンバーグ コロコロ胡瓜 かぶのスープ	米 豚挽肉・玉ねぎ 胡瓜 かぶ・人参	コーンがゆ	米・コーン・玉ねぎ・人参
18(土)	ねぎと挽肉のおかゆ 二色野菜 もやしスープ	米・豚挽肉・長ねぎ 人参・胡瓜 もやし・わかめ	パン キャベツスープ	プティポワン キャベツ・人参
20(月)	おかゆ 鮭のほうれん草煮 スティック人参 味噌汁	米 鮭・ほうれん草 人参 わかめ・万能ねぎ	ほうとう風うどん	うどん・大根・人参・長ねぎ・南瓜
21(火)	チキンミルクスパゲティ キャベツのトマト煮 白菜スープ	スパゲティ・鶏挽肉・玉ねぎ・コーン・ブロッコリー キャベツ・トマト・胡瓜 白菜	パン ブロッコリースープ	プティポワン ブロッコリー・玉ねぎ・コーン
22(水)	五目がゆ かぶの軟らか煮 玉ねぎスープ	米・豚挽肉・白菜・人参・長ねぎ・チンゲン菜 かぶ・胡瓜 玉ねぎ	南瓜煮 チンゲン菜スープ	南瓜 チンゲン菜・玉ねぎ・人参
23(木)	パン 挽肉のキャベツ煮 茹で野菜 ほうれん草スープ	プティポワン 豚挽肉・玉ねぎ・キャベツ ブロッコリー・人参 ほうれん草・玉ねぎ	キャベツがゆ	米・キャベツ・玉ねぎ・人参
24(金)	おかゆ かじきと大根の煮物 スティック人参 味噌汁	米 カジキマグロ・大根 人参・ほうれん草 キャベツ	ホットケーキ ほうれん草スープ	ホットケーキミックス粉・牛乳 ほうれん草・キャベツ・人参
25(土)	鶏がゆ 人参ツナ煮 ポテトスープ	米・鶏挽肉・玉ねぎ 人参・ツナ じゃが芋・玉ねぎ	パン ベジタブルスープ	プティポワン 玉ねぎ・人参・キャベツ
27(月)	おかゆ 肉じゃが ブロッコリーコーン煮 味噌汁	米 豚挽肉・じゃが芋・人参・玉ねぎ ブロッコリー・コーン 玉ねぎ	蒸しパン ツナスープ	小麦粉・牛乳 ツナ・ブロッコリー・人参
28(火)	もやしうどん 南瓜煮	うどん・豚挽肉・もやし・キャベツ・コーン 南瓜	肉入り雑炊	米・鶏挽肉・長ねぎ

