



9~11か月頃				
	午前食	食材	午後食	食材
4(水)	ツナがゆ コーンポテト 人参スープ	米・ツナ・玉ねぎ・人参 じゃが芋・コーン 人参・白菜	マカロニスープ	マカロニ・玉ねぎ・人参・コーン
5(木)	ミートがゆ 胡瓜のツナ煮 味噌汁	米・豚挽肉・玉ねぎ・人参 胡瓜・ツナ 玉ねぎ・じゃが芋	ホットケーキ ベジタブルスープ	ホットケーキミックス粉・牛乳 玉ねぎ・人参・じゃが芋
6(金)	おかゆ かじき煮 切干大根煮 味噌汁	米 かじきまぐろ・万能ねぎ 切干大根・人参 かぶ・かぶの葉	鶏雑炊	米・鶏挽肉・大根・かぶ
7(土)	玉ねぎがゆ 人参煮 味噌汁	米・玉ねぎ・豚挽肉 人参・胡瓜・コーン 大根・万能ねぎ	パン キャベツスープ	キャロットロール キャベツ・コーン
10(火)	ミートスパゲティ 白菜の軟らか煮 ほうれん草スープ	スパゲティ・豚挽肉・玉ねぎ・人参 白菜・胡瓜 ほうれん草・玉ねぎ	りんご蒸しパン 白菜スープ	小麦粉・BP・牛乳・りんご 白菜・玉ねぎ・人参
11(水)	おかゆ ぶり大根 小松菜煮 味噌汁	米 ぶり・大根 小松菜・人参・もやし 麩・万能ねぎ	青菜がゆ	米・小松菜・大根・人参
12(木)	パン 鮭のミルク煮 スティック胡瓜 ベジタブルスープ	食パン 鮭・じゃが芋・牛乳 胡瓜 玉ねぎ・キャベツ・人参	わかめがゆ 味噌汁	米・かつおぶし じゃが芋・玉ねぎ・人参
13(金)	おかゆ チキンボール 人参コーン煮 白菜スープ	米 鶏挽肉・玉ねぎ 人参・コーン 白菜・玉ねぎ・人参	コーン蒸しパン オニオンスープ	小麦粉・BP・コーン・牛乳 玉ねぎ・キャベツ・人参
14(土)	ツナがゆ 肉じゃが 味噌汁	米・ツナ・万能ねぎ じゃが芋・玉ねぎ・人参・豚挽肉 キャベツ	パン ポテトスープ	プティポワン じゃが芋・キャベツ・玉ねぎ
16(月)	おかゆ 豚挽肉と玉ねぎの煮物 いんげんのおかか煮 具だくさん汁	米 豚挽肉・玉ねぎ いんげん・人参・かつおぶし 里芋・かぶ・長ねぎ・豆腐	パン かぶスープ	プティポワン かぶ・人参・キャベツ
17(火)	肉うどん ブロッコリー煮	うどん・豚挽肉・キャベツ・人参 ブロッコリー・人参・コーン	チンゲン菜がゆ ブロッコリースープ	米・チンゲン菜・玉ねぎ・人参 ブロッコリー・キャベツ
18(水)	ミートがゆ 胡瓜のツナ煮 味噌汁	米・豚挽肉・玉ねぎ・人参 胡瓜・ツナ 玉ねぎ・じゃが芋	ホットケーキ ベジタブルスープ	ホットケーキミックス粉・牛乳 玉ねぎ・人参・じゃが芋
19(木)	パン 鶏肉のミルク煮 茹でブロッコリー さつま芋スープ	食パン 鶏ささみ・玉ねぎ・コーン・牛乳 ブロッコリー さつま芋・玉ねぎ・人参	マカロニスープ	マカロニ・玉ねぎ・人参・ブロッコリー
20(金)	おかゆ かじき煮 切干大根煮 味噌汁	米 かじきまぐろ・万能ねぎ 切干大根・人参 かぶ・かぶの葉	鶏雑炊	米・鶏挽肉・かぶ・かぶの葉・人参
21(土)	玉ねぎがゆ 人参煮 味噌汁	米・玉ねぎ・豚挽肉 人参・胡瓜・コーン 大根・万能ねぎ	パン キャベツスープ	キャロットロール キャベツ・コーン
23(月)	おかゆ 白菜の旨煮 コロコロポテト 味噌汁	米 白菜・豚挽肉・人参・もやし じゃが芋・胡瓜・人参 玉ねぎ	五目がゆ	米・白菜・人参・玉ねぎ・もやし・じゃが芋
24(火)	ミートスパゲティ 白菜の軟らか煮 ほうれん草スープ	スパゲティ・豚挽肉・玉ねぎ・人参 白菜・胡瓜 ほうれん草・玉ねぎ	りんご蒸しパン 白菜スープ	小麦粉・BP・牛乳・りんご 白菜・玉ねぎ・人参
25(水)	おかゆ ぶり大根 小松菜煮 味噌汁	米 ぶり・大根 小松菜・人参・もやし 麩・万能ねぎ	青菜がゆ	米・小松菜・大根・人参
26(木)	人参がゆ ハンバーグ ほうれん草煮 ミルクスープ	米・人参 豚挽肉・玉ねぎ ほうれん草・人参・もやし 玉ねぎ・人参・牛乳	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・玉ねぎ・人参
27(金)	おかゆ チキンボール 人参コーン煮 白菜スープ	米 鶏挽肉・玉ねぎ 人参・コーン 白菜・玉ねぎ・人参	コーン蒸しパン オニオンスープ	小麦粉・BP・コーン・牛乳 玉ねぎ・キャベツ・人参
28(土)	ツナがゆ 肉じゃが 味噌汁	米・ツナ・万能ねぎ じゃが芋・玉ねぎ・人参・豚挽肉 キャベツ	パン ポテトスープ	プティポワン じゃが芋・キャベツ・玉ねぎ
30(月)	おかゆ 豚挽肉と玉ねぎの煮物 いんげんのおかか煮 具だくさん汁	米 豚挽肉・玉ねぎ いんげん・人参・かつおぶし 里芋・かぶ・長ねぎ・豆腐	パン かぶスープ	プティポワン かぶ・人参・キャベツ
31(火)	肉うどん ブロッコリー煮	うどん・豚挽肉・キャベツ・人参 ブロッコリー・人参・コーン	チンゲン菜がゆ ブロッコリースープ	米・チンゲン菜・玉ねぎ・人参 ブロッコリー・キャベツ

