



9~11か月頃				
	午前食	食材	午後食	食材
1(木)	パン 鶏肉のミルク煮 茹でブロッコリー 南瓜スープ	食パン 鶏ささみ・玉ねぎ・牛乳 ブロッコリー 南瓜・玉ねぎ	マカロニスープ	マカロニ・玉ねぎ・ブロッコリー
2(金)	おかゆ チキンボール 三色野菜 味噌汁	米 鶏挽肉・玉ねぎ いんげん・人参・もやし キャベツ	いんげんがゆ オニオンスープ	米・いんげん・人参 玉ねぎ・キャベツ
3(土)	コーンがゆ キャベツ煮 もやしスープ	米・コーン・長ねぎ・豚挽肉 キャベツ・胡瓜・人参 もやし・玉ねぎ・わかめ	パン 人参スープ	プティポワン 人参・玉ねぎ
5(月)	おかゆ 鮭の玉ねぎ煮 肉じゃが 味噌汁	米 鮭・玉ねぎ じゃが芋・玉ねぎ・人参・豚挽肉 切干大根・万能ねぎ・豆腐	ほうとう	うどん・南瓜・大根・人参・長ねぎ
6(火)	チキンミルクスパゲティ 胡瓜とキャベツのツナ煮 白菜スープ	スパゲティ・鶏挽肉・玉ねぎ・ブロッコリー・牛乳 胡瓜・キャベツ・ツナ 白菜・玉ねぎ	パン トマトスープ	食パン トマト・玉ねぎ・ブロッコリー
7(水)	五目がゆ キャベツ煮 わかめスープ	米・豚挽肉・白菜・人参・長ねぎ・チンゲン菜 キャベツ・胡瓜 わかめ・玉ねぎ	芋がゆ 味噌ミルクスープ	米・さつまい キャベツ・人参・玉ねぎ・牛乳
8(木)	パン ハンバーグ ミックスベジタブル ミルクスープ	食パン 豚挽肉・玉ねぎ 人参・いんげん・コーン 玉ねぎ・人参・牛乳	おかかがゆ 味噌汁	米・かつおぶし じゃが芋・玉ねぎ・人参
9(金)	おかゆ かじきと大根の煮物 二色野菜 味噌汁	米 かじきまぐろ・大根 ほうれん草・人参 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
10(土)	鶏がゆ 胡瓜のツナ煮 ポテトスープ	米・鶏挽肉・玉ねぎ 胡瓜・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 キャベツ・人参・玉ねぎ
12(月)	おかゆ 味噌肉豆腐 やわらかナムル風 大根スープ	米 豆腐・豚挽肉・長ねぎ ほうれん草・人参・もやし 大根・わかめ	鶏挽肉のスープスパゲティ	スパゲティ・鶏挽肉・玉ねぎ・人参
13(火)	肉うどん スティック胡瓜	うどん・豚挽肉・ほうれん草・長ねぎ 胡瓜・もやし	蒸しパン 南瓜スープ	小麦粉・BP・牛乳 南瓜・長ねぎ
14(水)	人参がゆ ひじきキャベツ煮 味噌汁	米・人参・玉ねぎ・鶏挽肉 ひじき・キャベツ・コーン 玉ねぎ・じゃが芋	ホットケーキ キャベツスープ	ホットケーキミックス粉・牛乳 キャベツ・玉ねぎ・コーン
15(木)	パン 鶏肉のミルク煮 茹でブロッコリー 南瓜スープ	食パン 鶏ささみ・玉ねぎ・牛乳 ブロッコリー 南瓜・玉ねぎ	マカロニスープ	マカロニ・玉ねぎ・ブロッコリー
16(金)	おかゆ チキンボール コロコロ野菜 かぶスープ	米 鶏挽肉・玉ねぎ じゃが芋・人参・ツナ かぶ・かぶの葉	かぶがゆ コーンスープ	米・かぶ・人参・ツナ コーン・玉ねぎ
17(土)	コーンがゆ キャベツ煮 もやしスープ	米・コーン・長ねぎ・豚挽肉 キャベツ・胡瓜・人参 もやし・玉ねぎ・わかめ	パン 人参スープ	プティポワン 人参・玉ねぎ
19(月)	おかゆ 鮭の玉ねぎ煮 肉じゃが 味噌汁	米 鮭・玉ねぎ じゃが芋・玉ねぎ・人参・豚挽肉 切干大根・万能ねぎ・豆腐	ほうとう	うどん・南瓜・大根・人参・長ねぎ
20(火)	チキンミルクスパゲティ 胡瓜とキャベツのツナ煮 白菜スープ	スパゲティ・鶏挽肉・玉ねぎ・ブロッコリー・牛乳 胡瓜・キャベツ・ツナ 白菜・玉ねぎ	パン トマトスープ	食パン トマト・玉ねぎ・ブロッコリー
21(水)	五目がゆ キャベツ煮 わかめスープ	米・豚挽肉・白菜・人参・長ねぎ・チンゲン菜 キャベツ・胡瓜 わかめ・玉ねぎ	南瓜がゆ 味噌ミルクスープ	米・南瓜 キャベツ・人参・玉ねぎ・牛乳
22(木)	おかゆ 挽肉とキャベツの旨煮 茹で野菜 ほうれん草スープ	米 豚挽肉・キャベツ・玉ねぎ ブロッコリー・人参 ほうれん草・玉ねぎ	ほうれん草がゆ 味噌汁	米・ほうれん草・人参 玉ねぎ・わかめ
23(金)	おかゆ かじきと大根の煮物 二色野菜 味噌汁	米 かじきまぐろ・大根 ほうれん草・人参 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
24(土)	鶏がゆ 胡瓜のツナ煮 ポテトスープ	米・鶏挽肉・玉ねぎ 胡瓜・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 キャベツ・人参・玉ねぎ
26(月)	おかゆ 味噌肉豆腐 やわらかナムル風 大根スープ	米 豆腐・豚挽肉・長ねぎ ほうれん草・人参・もやし 大根・わかめ	鶏挽肉のスープスパゲティ	スパゲティ・鶏挽肉・玉ねぎ・人参
27(火)	肉うどん スティック胡瓜	うどん・豚挽肉・ほうれん草・長ねぎ 胡瓜・もやし	蒸しパン 南瓜スープ	小麦粉・BP・牛乳 南瓜・長ねぎ
28(水)	人参がゆ ひじきキャベツ煮 味噌汁	米・人参・玉ねぎ・鶏挽肉 ひじき・キャベツ・コーン 玉ねぎ・じゃが芋	キャベツがゆ	米・キャベツ・玉ねぎ・コーン

