



| 7・8か月頃 | | 9～11か月頃 | | | | |
|----------|---|---------------------------------------|-------------------------------------|---|---------------------|------------------------------|
| 午前食 | 食材 | 午前食 | 食材 | | | |
| 1 (水) | 7倍がゆ 鶏肉の軟らか煮 キャベツ煮 スープ(汁のみ) | 米 鶏挽肉・玉ねぎ・絹さや キャベツ・人参 | おかゆ 鶏肉の軟らか煮 キャベツ煮 味噌汁 | 米 鶏挽肉・玉ねぎ・絹さや キャベツ・人参 長ねぎ・胡瓜 | パン 人参スープ | ブティボワン 人参・玉ねぎ・キャベツ |
| 2(木) | パンがゆ 魚の野菜煮 アスパラすり煮 スープ(汁のみ) | ブティボワン・豆乳 カレー・キャベツ・人参 アスパラガス・人参 | パン 魚の野菜煮 アスパラスティック オニオンスープ | ブティボワン カレー・キャベツ・人参 アスパラガス・人参 玉ねぎ | しらすがゆ キャベツスープ | 米・しらす干し キャベツ・玉ねぎ・人参 |
| 3(金) | 7倍がゆ 肉豆腐 いんげん煮 スープ(汁のみ) | 米 豚挽肉・豆腐・玉ねぎ いんげん・人参 | おかゆ 肉豆腐 いんげん煮 味噌汁 | 米 豚挽肉・豆腐・玉ねぎ いんげん・人参 もやし・玉ねぎ | ホットケーキ 豆腐スープ | ホットケーキMix粉・豆乳 豆腐・いんげん・玉ねぎ |
| 4(土) | 鶏がゆ 野菜煮 スープ(汁のみ) | 米・鶏挽肉・玉ねぎ キャベツ・人参・ピーマン | 鶏がゆ 野菜煮 ポテトスープ | 米・鶏挽肉・玉ねぎ キャベツ・人参・ピーマン じゃが芋・玉ねぎ | パン チンゲン菜スープ | ブティボワン チンゲン菜・玉ねぎ・人参 |
| 6(月) | 7倍がゆ ハンバーグ 人参すり煮 スープ(汁のみ) | 米 豚挽肉・玉ねぎ・トマト 人参・ブロッコリー | おかゆ ハンバーグ 人参スティック 味噌汁 | 米 豚挽肉・玉ねぎ・トマト 人参・ブロッコリー キャベツ | 蒸しパン トマトスープ | 小麦粉・豆乳 トマト・玉ねぎ・ツナ |
| 7(火) | 7倍がゆ 茹で魚 なすのすり煮 スープ(汁のみ) | 米 カレー なす・胡瓜 | おかゆ 煮魚 なすの煮びたし 味噌汁 | 米 カレー なす・胡瓜 玉ねぎ・人参 | きのこがゆ じゃが芋煮 | 米・しめじ・玉ねぎ じゃが芋・人参 |
| 8(水) | わかめうどん 大根煮 | うどん・わかめ・長ねぎ 大根・人参・鶏挽肉 | わかめうどん 大根煮 | うどん・わかめ・長ねぎ 大根・人参・鶏挽肉 | パン ベジタブルスープ | ブティボワン いんげん・人参・大根 |
| 9(木) | パンがゆ ささみの軟らか煮 コロコロ野菜 スープ(汁のみ) | ブティボワン・豆乳 ささみ・玉ねぎ 胡瓜・人参 | パン ささみの軟らか煮 コロコロ野菜 キャベツスープ | ブティボワン ささみ・玉ねぎ 胡瓜・人参 キャベツ・玉ねぎ | ツナがゆ コーンスープ | 米・ツナ・玉ねぎ コーン・キャベツ・人参 |
| 10(金) | 7倍がゆ 肉じゃが もやし煮 スープ(汁のみ) | 米 豚挽肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参 もやし・胡瓜・わかめ | おかゆ 肉じゃが もやし煮 味噌汁 | 米 豚挽肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参 もやし・胡瓜・わかめ 玉ねぎ | コーンフレークがゆ 玉ねぎの煮物 | コーンフレーク・豆乳 玉ねぎ・人参 |
| 11(土) | 人参がゆ キャベツのすり煮 スープ(汁のみ) | 米・人参・豚挽肉 キャベツ・玉ねぎ | 人参がゆ キャベツの煮物 味噌汁 | 米・人参・豚挽肉 キャベツ・玉ねぎ 大根・万能ねぎ | パン キャベツスープ | ブティボワン キャベツ・人参・玉ねぎ |
| 13(月) | 7倍がゆ 小判焼き 小松菜軟らか煮 スープ(汁のみ) | 米 鶏挽肉・長ねぎ 小松菜・もやし・人参 | おかゆ 小判焼き 小松菜軟らか煮 味噌汁 | 米 鶏挽肉・長ねぎ 小松菜・もやし・人参 長ねぎ・人参 | りんご寒天 せんべい | りんごジュース・寒天 |
| 14(火) | 肉うどん スティックポテト | うどん・豚挽肉・玉ねぎ・人参 じゃが芋 | 肉うどん スティックポテト | うどん・豚挽肉・玉ねぎ・人参 じゃが芋 | 蒸しパン トマトスープ | 小麦粉・豆乳 トマト・玉ねぎ・人参 |
| 15(水) | 7倍がゆ 鶏肉の軟らか煮 キャベツ煮 スープ(汁のみ) | 米 鶏挽肉・玉ねぎ・絹さや キャベツ・人参 | おかゆ 鶏肉の軟らか煮 キャベツ煮 味噌汁 | 米 鶏挽肉・玉ねぎ・絹さや キャベツ・人参 長ねぎ・胡瓜 | パン 人参スープ | ブティボワン 人参・玉ねぎ・キャベツ |
| 16(木) | パンがゆ 魚の野菜煮 アスパラすり煮 スープ(汁のみ) | ブティボワン・豆乳 カレー・キャベツ・人参 アスパラガス・人参 | パン 魚の野菜煮 アスパラスティック オニオンスープ | ブティボワン カレー・キャベツ・人参 アスパラガス・人参 玉ねぎ | しらすがゆ キャベツスープ | 米・しらす干し キャベツ・玉ねぎ・人参 |
| 17(金) | 7倍がゆ 肉豆腐 いんげん煮 スープ(汁のみ) | 米 豚挽肉・豆腐・玉ねぎ いんげん・人参 | おかゆ 肉豆腐 いんげん煮 味噌汁 | 米 豚挽肉・豆腐・玉ねぎ いんげん・人参 もやし・玉ねぎ | ホットケーキ 豆腐スープ | ホットケーキMix粉・豆乳 豆腐・いんげん・玉ねぎ |
| 18(土) | 鶏がゆ 野菜煮 スープ(汁のみ) | 米・鶏挽肉・玉ねぎ キャベツ・人参・ピーマン | 鶏がゆ 野菜煮 ポテトスープ | 米・鶏挽肉・玉ねぎ キャベツ・人参・ピーマン じゃが芋・玉ねぎ | パン チンゲン菜スープ | ブティボワン チンゲン菜・玉ねぎ・人参 |
| 20(月) | 7倍がゆ ハンバーグ 人参すり煮 スープ(汁のみ) | 米 豚挽肉・玉ねぎ・トマト 人参・ブロッコリー | おかゆ ハンバーグ 人参スティック 味噌汁 | 米 豚挽肉・玉ねぎ・トマト 人参・ブロッコリー キャベツ | 蒸しパン トマトスープ | 小麦粉・豆乳 トマト・玉ねぎ・ツナ |
| 21(火) | 7倍がゆ 茹で魚 なすのすり煮 スープ(汁のみ) | 米 カレー なす・胡瓜 | おかゆ 煮魚 なすの煮びたし 味噌汁 | 米 カレー なす・胡瓜 玉ねぎ・人参 | きのこがゆ じゃが芋煮 | 米・しめじ・玉ねぎ じゃが芋・人参 |
| 22(水) | わかめうどん 大根煮 | うどん・わかめ・長ねぎ 大根・人参・鶏挽肉 | わかめうどん 大根煮 | うどん・わかめ・長ねぎ 大根・人参・鶏挽肉 | パン ベジタブルスープ | ブティボワン いんげん・人参・大根 |
| 25(土) | 人参がゆ キャベツのすり煮 スープ(汁のみ) | 米・人参・豚挽肉 キャベツ・玉ねぎ | 人参がゆ キャベツの煮物 味噌汁 | 米・人参・豚挽肉 キャベツ・玉ねぎ 大根・万能ねぎ | パン キャベツスープ | ブティボワン キャベツ・人参・玉ねぎ |
| 27(月) | 7倍がゆ 小判焼き 小松菜軟らか煮 スープ(汁のみ) | 米 鶏挽肉・長ねぎ 小松菜・もやし・人参 | おかゆ 小判焼き 小松菜軟らか煮 味噌汁 | 米 鶏挽肉・長ねぎ 小松菜・もやし・人参 長ねぎ・人参 | りんご寒天 せんべい | りんごジュース・寒天 |
| 28(火) | 肉うどん スティックポテト | うどん・豚挽肉・玉ねぎ・人参 じゃが芋 | 肉うどん スティックポテト | うどん・豚挽肉・玉ねぎ・人参 じゃが芋 | 蒸しパン トマトスープ | 小麦粉・豆乳 トマト・玉ねぎ・人参 |
| 29(水) | パンがゆ ささみの軟らか煮 コロコロ野菜 スープ(汁のみ) | ブティボワン・豆乳 ささみ・玉ねぎ 胡瓜・人参 | パン ささみの軟らか煮 コロコロ野菜 キャベツスープ | ブティボワン ささみ・玉ねぎ 胡瓜・人参 キャベツ・玉ねぎ | ツナがゆ コーンスープ | 米・ツナ・玉ねぎ コーン・キャベツ・人参 |
| 30(木) | 7倍がゆ カレーのトマト煮 人参の軟らか煮 スープ(汁のみ) | 米 カレー・トマト・玉ねぎ 人参・胡瓜 | おかゆ カレーのトマト煮 人参の軟らか煮 味噌汁 | 米 カレー・トマト・玉ねぎ 人参・胡瓜 玉ねぎ | ホットケーキ カラフルスープ | ホットケーキMix粉・豆乳 人参・ピーマン・玉ねぎ |
| 31(金) | 7倍がゆ 肉じゃが もやし煮 スープ(汁のみ) | 米 豚挽肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参 もやし・胡瓜・わかめ | おかゆ 肉じゃが もやし煮 味噌汁 | 米 豚挽肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参 もやし・胡瓜・わかめ 玉ねぎ | コーンフレークがゆ 玉ねぎの煮物 | コーンフレーク・豆乳 玉ねぎ・人参 |

※主食・主菜・副菜の分量については乳児食の8割からを目安としています。

※ブティボワンは、国産小麦使用、卵・乳不使用のパンの名称です。

