

日付	完了食・移行食 ★「移行食」は「1歳3ヶ月～」を目安としています		後期食		中期食	
	午前食	午後食	午前食	午後食	午前食	午後食
1 15 29 土	ごはん 茄子と豚肉のケチャップ炒め ゆでそら豆 味噌汁 果物 麦茶	こんぶおにぎり タラとキャベツの バター醤油炒め 味噌汁 牛乳	おかゆ 茄子と 豚肉のケチャップ炒め ゆでそら豆 味噌汁 果物	おかゆ タラとキャベツの バター醤油炒め 味噌汁	おかゆ ささみの野菜煮 そら豆マッシュ 味噌汁 果物	おかゆ 魚の野菜煮 味噌汁
3 17 月	ごはん 鶏のねぎ塩焼き きんぴらごぼう 味噌汁 果物 麦茶	茶巾絞り スズキと ズッキーニの炒め物 すまし汁 牛乳	おかゆ 鶏のねぎ塩焼き じゃがいもきんぴら 味噌汁 果物	茶巾絞り スズキと ズッキーニの炒め物 すまし汁	おかゆ ささ身のほぐし煮 野菜マッシュ 味噌汁 果物	おかゆ 魚の野菜煮 さつまいもマッシュ すまし汁
4 18 火	雑穀ごはん 魚の照り焼き 茄子とピーマンの味噌炒め すまし汁 果物 麦茶	ミートソーススパゲティ かぼちゃサラダ 野菜スープ 牛乳	おかゆ 魚の照り焼き 茄子と ピーマンの味噌炒め すまし汁 果物	ミートソーススパゲティ かぼちゃサラダ 野菜スープ	おかゆ 魚のほぐし煮 野菜の刻み煮 すまし汁 果物	ささ身と 野菜のスープスパゲティ きゅうりマッシュ
5 19 水	ごはん あじのさんが焼き 切り干し大根の炒り煮 味噌汁 果物 麦茶	コーンパンケーキ 豚肉と スナップエンドウのソテー 野菜スープ 牛乳	おかゆ あじのさんが焼き 切り干し大根の炒り煮 味噌汁 果物	コーンパンケーキ 豚肉と スナップエンドウのソテー 野菜スープ	おかゆ 魚の野菜煮 大根マッシュ 味噌汁 果物	おかゆ ささ身の野菜煮 野菜の刻み煮 野菜スープ
6 20 木	ごはん 五目煮豆 ポリポリきゅうり 味噌汁 果物 麦茶	チーズ入り芋もち シラスと レタスの胡麻酢和え すまし汁 牛乳	おかゆ 五目煮豆 ポリポリきゅうり 味噌汁 果物	チーズ入り芋もち シラスと レタスの胡麻酢和え すまし汁	おかゆ 大豆の野菜煮 きゅうりマッシュ 味噌汁 果物	おかゆ シラスの野菜煮 じゃがいもマッシュ すまし汁
7 21 金	ロールパン 鶏の唐揚げ キャベツサラダ 野菜スープ 果物 牛乳	わかめおにぎり 鮭と青菜の炒め物 味噌汁 麦茶	ロールパン 鶏の照り焼き キャベツサラダ 野菜スープ 果物	おかゆ 鮭と青菜の炒め物 味噌汁	パン粥 ささ身の野菜煮 キャベツの刻み煮 野菜スープ 果物	おかゆ 鮭の野菜煮 味噌汁
8 22 土	ごはん 魚の煮つけ 三色野菜の炒め物 味噌汁 果物 麦茶	ゆかりおにぎり 炒り豆腐 味噌汁 牛乳	おかゆ 魚の煮つけ 三色野菜の炒め物 味噌汁 果物	おかゆ 炒り豆腐 味噌汁	おかゆ 魚のほぐし煮 野菜の刻み煮 味噌汁 果物	おかゆ 豆腐の野菜煮 野菜マッシュ 味噌汁
10 24 月	ごはん 豚肉のしょうが焼き キャベツのゆかり和え 味噌汁 果物 麦茶	ヨーグルトバウンドケーキ うまみサラダ 野菜スープ 牛乳	おかゆ 豚肉のしょうが焼き キャベツのゆかり和え 味噌汁 果物	ヨーグルトバウンドケーキ うまみサラダ 野菜スープ	おかゆ ささ身の野菜煮 野菜の刻み煮 味噌汁 果物	パン粥 ツナの野菜煮 野菜スープ
11 25 火	ジャージャーうどん 焼きかぼちゃ すまし汁 果物 麦茶	鯖おにぎり ひじきの炒り煮 味噌汁 牛乳	ジャージャーうどん 焼きかぼちゃ すまし汁 果物	おかゆ 煮魚 ひじきの炒り煮 味噌汁	ささ身入りうどん かぼちゃマッシュ 果物	おかゆ 魚のほぐし煮 野菜の刻み煮 味噌汁
12 26 水	雑穀ごはん 魚の塩焼き オクラとモヤシの和え物 味噌汁 果物 麦茶	レーズンロールパン 鶏肉のトマト煮 野菜スープ 牛乳	おかゆ 魚の塩焼き オクラとモヤシの和え物 味噌汁 果物	レーズンロールパン 鶏肉のトマト煮 野菜スープ	おかゆ 魚のほぐし煮 もやしの刻み煮 味噌汁 果物	パン粥 ささ身の野菜煮 野菜スープ
13 27 木	ごはん 肉豆腐 人参甘煮 味噌汁 果物 麦茶	マカロニきなこ カジキとアスパラのソテー 野菜スープ 牛乳	おかゆ 肉豆腐 人参甘煮 味噌汁 果物	マカロニきなこ カジキとアスパラのソテー 野菜スープ	おかゆ 豆腐の野菜煮 人参マッシュ 味噌汁 果物	おかゆ カジキの野菜煮 野菜マッシュ 野菜スープ
14 28 金	食パン 魚のムニエル ポテトサラダ 野菜スープ 果物 牛乳	梅おかかおにぎり 野菜の納豆和え 豚汁 麦茶	食パン 魚のムニエル ポテトサラダ 野菜スープ 果物	おかかがゆ 野菜の納豆和え 豚汁	パン粥 魚の野菜煮 きゅうりマッシュ 野菜スープ 果物	おかかがゆ 納豆の野菜煮 味噌汁