| | | 2023年04月 | 離乳食献立表 | | 逗子なないろ保育園 |
|--------|-----------|---|---|---|------------------------------|
| - 6 | 3 | 離乳完了期 (12~18ヶ月頃) | 離乳後期 (9~11ヶ月頃) | 離乳中期 (7~8ヶ月頃) | 離乳初期 (5~6ヶ月頃) |
| | | ミートスパグティー | チーズリゾット | チーズリゾット | 10倍すりつぶし粥 |
| 1 | | スパゲティー27.0g、豚ひき肉23.6g、たまねぎ18.9g、にんじん3.4g、油0.9g、トマ | 米14.0g、鶏むね肉15.0g、たまねぎ 15.1g、にんじん2.7g、粉チーズ0.5g | 米9.0g、鶏むね肉10.5g、たまねぎ 10.6g、にんじん1.9g、粉チーズ0.4g | 米3.0g キャベツペースト |
| _ | т | ト缶詰18.9g、ケチャップ1.4g、小麦粉 | キャベツときゅうりのサラダ | キャベツときゅうりのサラダ | キャベツ12.0g |
| 土 | 午前 | 1.3g、粉チーズ0.7g | Bg、粉チーズ0.7g キャベツ18.9g、きゅうり10.8g | | 人参のスープ |
| | 食 | キャベツときゅうりのサラダ | 白菜のスープ | 白菜のスープ | にんじん7.0g |
| | | キャベツ23.6g、きゅうり13.5g 白菜のスープ | はくさい8.1g、たまねぎ6.5g、昆布だし汁 64.0g、しょうゆ0.3g | はくさい5.7g、たまねぎ4.5g、昆布だし 汁44.8g | 昆布だし汁30.0g |
| | | はくさい10.1g、たまねぎ8.1g、昆布だし | 04.050 0 0 0 100.05 | 71-4-06 | |
| | | 汁80.0g、しょうゆ0.4g | | | |
| | | チキンピラフ | チキン粥 | チキン粥 | |
| | 午 | 米27.0g、鶏ささみ10.0g、たまねぎ 5.4g、にんじん3.4g、しょうゆ0.4g | 米14.0g、鶏むね肉8.0g、たまねぎ4.3g、 にんじん2.7g、しょうゆ0.3g | 米9.0g、鶏むね肉5.6g、たまねぎ3.0g、 にんじん1.9g | |
| | 後金 | 牛乳 | きゃべつののり和え | きゃべつののり和え | |
| | 食 | 牛乳100.0g | キャベツ20.0g、あおのり0.2g、しょうゆ0.1g | キャベツ14.0g、あおのり0.1g | |
| | | 軟飯 | 5倍粥 | 7倍粥 | 10倍すりつぶし粥 |
| 3 | | 米27.0g | 米14.0g | 米9.0g | 米3.0g |
| | | 白身魚の照り焼き | 白身魚の照り焼き | 煮魚 | 白身魚ペースト |
| | 午 | かれい25.0g、しょうゆ1.0g、油0.5g | かれい20.0g、しょうゆ0.8g、油0.4g | かれい14.0g | かれい10.0g 小松菜のスープ |
| 月 | 前 | 二色煮 にんじん10.0g、だいこん15.0g、しょうゆ | 二色煮 にんじん8.0g、だいこん12.0g、しょうゆ | 二色煮 にんじん5.6g、だいこん8.4g | 小仏来のスープ こまつな7.0g |
| | 食 | 0.5g | 0.4g | 小松菜のすまし汁 | 昆布だし汁30.0g |
| | | 小松菜のみそ汁 | 小松菜のみそ汁 | こまつな4.2g、たまねぎ2.1g、昆布だし | |
| | | こまつな7.5g、たまねぎ3.8g、昆布だし汁 80.0g、みそ1.0g | こまつな6.0g、たまねぎ3.0g、昆布だし汁 64.0g、みそ0.8g | 汁44.8g | |
| | | GO.Og. のと1.Og 南瓜ペーストサンド | 南瓜ペーストサンド | 南瓜パン粥 | |
| | 午 | 食パン30.0g、かぼちゃ15.0g | 食パン24.0g、かぼちゃ12.0g | 食パン16.8g、かぼちゃ8.4g、育児用ミ | |
| | | 牛乳 | 茹でプロッコリー | ルク0.8g | |
| | 食 | 牛乳100.0g | ブロッコリー13.0g | 茹でブロッコリー ブロッコリー10.0g | |
| | | 食パン | 食パン | プロッコリー10.0g パン粥 | 10倍すりつぶし粥 |
| 4 | | 食パン30.0g | 食パン24.0g | 食パン16.8g、育児用ミルク0.8g | 米3.0g |
| | | そぼろと大豆のトマト煮 | 鶏団子のトマト風煮 | 鶏団子のトマト風煮 | 豆腐ペースト |
| 火 | ١. | だいず水煮缶詰13.5g、豚ひき肉16.9g、た まねぎ23.6g、にんじん6.8g、油1.3g、ケ | 絹ごし豆腐13.5g、鶏むね肉13.5g、たまねぎ18.9g、にんじん5.4g、ケチャップ | 絹ごし豆腐9.5g、鶏むね肉9.5g、たまねぎ13.2g、にんじん3.8g、トマトピュー | 絹ごし豆腐10.0g かぶのスープ |
| | 午 | チャップ1.7g、しょうゆ0.7g、片栗粉1.0g | 1.4g、しょうゆ0.5g、片栗粉1.5g | し3.8g、片栗粉1.1g | かぶ8.0g |
| | 前食 | コロコロサラダ | コロコロサラダ | マッシュポテト | 見布だし汁30.0g |
| | 尺 | じゃがいも20.0g、きゅうり10.0g、にんじ | | じゃがいも11.2g、きゅうり5.6g、にん | |
| i | | ん5.0g かぶのミルクスープ | ん4.0g かぶのスープ | じん2.8g かぶのスープ | |
| | | かぶ・葉6.8g、たまねぎ5.4g、牛乳54.0g | かぶ・葉5.4g、たまねぎ4.3g、昆布だし汁 | かぶ3.8g、たまねぎ3.0g、昆布だし汁49.0g | 5 |
| | | | 70.0g | | |
| | | しらすわかめおにぎり | しらすわかめ粥 | しらすわかめ粥 | |
| | 午 | ************************************ | 米14.0g、しらす干し1.9g、炊き込みわかめ0.3g ほうれん草の白和え | 米9.0g、しらす干し1.3g、炊き込みわかめ0.2g ほうれん草の白和え | |
| | 後金 | 午乳 牛乳100.0g | はつれん早の日和え ほうれんそう10.0g、にんじん5.0g、絹ご | ほうれんそう7.0g、にんじん3.5g、絹ご | |
| | 食 | | し豆腐20.0g、しょうゆ0.5g | し豆腐14.0g | |
| | | 100 고(ゴァ ~ (+ / | 10名 スルデフ 342 | 198 Z.Izt 7 342 | 4.0位まりつご! 3回 |
| 5 | | 鶏そぼろごはん 米27.0g、鶏むね肉20.0g、ほうれんそう | 鶏そぼろ粥 米14.0g、鶏むね肉16.0g、ほうれんそう | 鶏そぼろ粥 米9.0g、鶏むね肉11.2g、ほうれんそう | 10倍すりつぶし粥 米3.0g |
| ĕ | | 126g しょうめ10g | 10.1g、しょうゆ0.8g | 7.1g | 白菜ペースト |
| | 午 | 白菜のおかか和え | 白菜のおかか和え | 白菜と人参の和え物 | はくさい10.0g |
| 水 | 前 | はくさい25.0g、きゅうり6.8g、にんじん 3.4g、かつお節0.6g、しょうゆ0.5g | はくさい20.0g、にんじん2.7g、かつお節 0.4g、しょうゆ0.4g | はくさい14.0g、にんじん1.9g | 人参のスープ にんじんフ○σ |
| | 食 | 3.4g、ガウの朗O.0g、ひょうゆO.0g もやしのみそ 汁 | し.4g、しょうゆし.4g 玉ねぎのみそ汁 | 玉ねぎのすまし汁 | にんじん7.0g 昆布だし汁30.0g |
| | | もやし8.1g、ねぎ3.4g、昆布だし汁 | たまねぎ10.0g、昆布だし汁70.2g、みそ | たまねぎ7.0g、昆布だし汁49.1g | 25.5.00.05 |
| | | 80.0g、みそ1.0g | 0.8g | | |
| | | さつま芋のきな粉団子 | さつま芋のきな粉団子 | さつま芋のきな粉団子 | |
| | 午 | さつま手のさな初回于 さつまいも55.0g、きな粉5.0g | さつまいも44.0g、きな粉4.0g | さつまいも30.8g、きな粉2.8g | |
| | 後 | 牛乳 | きゅうりののり和え | きゅうりののり和え | |
| | 食 | 牛乳100.0g | きゅうり20.0g、にんじん5.0g、あおのり0.1g | きゅうり14.0g、にんじん3.5g、あおのり0.1g | |
| - | | 和風うどん | あんかけうどん | あんかけうどん | 10倍すりつぶし粥 |
| 6 | | ゆでうどん80.0g、鶏肉(もも)16.9g、はく | ゆでうどん70.0g、鶏むね肉13.5g、はくさ | ゆでうどん60.0g、鶏むね肉9.5g、はく | 米3.0g |
| Ē | <u>بر</u> | さい13.5g、にんじん4.8g、ねぎ3.4g、か | い10.8g、にんじん3.9g、昆布だし汁 | さい7.6g、にんじん2.7g、昆布だし汁 | 南瓜ペースト |
| + | 午前 | つおだし汁101.3g、しょうゆ1.0g | 81.0g、しょうゆ0.8g、片栗粉2.0g | 56.7g、片栗粉1.4g | かぼちゃ10.0g |
| 木 | 良 | 南瓜煮 かぼちゃ33.8g | 南瓜煮 かぼちゃ27.0g | 南瓜煮 かぼちゃ18.9g | 白菜のスープ はくさい7.0g |
| i | عد ا | パナナ | パナナ | バ ナナ | 昆布だし汁30.0g |
| | | バナナ40.5g | バナナ32.4g | バナナ22.7g | |
| | | そぼろ混ぜごはん | ささみ粥 | ささみ粥 | |
| | <u>ب</u> | てはつ底せこはん 米27.0g、豚ひき肉6.8g、しょうゆ0.7g、 | ************************************ | その第 米9.0g、鶏ささみ5.6g | |
| | 午後 | にんじん4.4g、こまつな4.1g、しょうゆ | 小松菜の煮浸し | 小松菜の煮浸し | |
| | 食 | 0.8g | こまつな15.0g、にんじん5.0g、昆布だし | こまつな10.5g、にんじん3.5g、昆布だ | |
| | ^ ` | 牛乳 牛乳100.0g | 汁20.0g、しょうゆ0.5g | し汁14.0g | |
| | | 軟飯 | 5倍粥 | 7倍粥 | 10倍すりつぶし粥 |
| 7 | | 米27.0g | 米14.0g | ₩9.0g | ₩3.0g |
| \Box | | 鶏肉の照り焼き ・ 鶏肉(キキ皮がし)27.8g しょう(か1.8g | ささみと大根のとろみ煮 | ささみと大根のとろみ煮 | 大根ペースト だいこん100g |
| 金 | 午前 | 鶏肉(もも皮なし)37.8g、しょうゆ1.8g 切干大根の旨煮 | 鶏ささみ12.0g、だいこん30.0g、にんじん 5.0g、いんげん3.0g、しょうゆ0.7g、昆布 | 鶏ささみ8.4g、だいこん21.0g、にんじん3.5g、いんげん2.1g、昆布だし汁 | だいこん10.0g きゃべつのスープ |
| | 前食 | 切り干しだいこん5.4g、にんじん4.7g、い | だし汁20.0g、片栗粉2.0g | 14.0g、片栗粉1.4g | キャベツ5.0g |
| | 尺 | んげん2.0g、しょうゆ1.4g | きゃべつのみそ汁 | きゃべつのすまし汁 | 昆布だし汁30.0g |
| | | きゃべつのみそ汁 キャベツ10.1g、昆布だし汁80.0g、みそ1.0g | キャベツ8.0g、昆布だし汁60.0g、みそ | キャベツ5.6g、昆布だし汁42.0g | |
| | | -1 Yハン 10.1g、比IIIにU/100.0g、ので1.0g | | | |
| | | ヨーグルト蒸しパン | 青のりしらすお焼き | 青のりしらすポテト | |
| i | 午 | ホットケーキミックス20.0g、ヨーグルト | じゃがいも60.0g、しらす干し3.0g、あお | じゃがいも42.0g、しらす干し2.1g、あ | |
| | 後 | (無糖)15.0g 牛乳 | のり0.2g、油1.0g 青梗菜のおかか和え | おのり0.1g 茹で青梗菜 | |
| | 食 | 午乳 牛乳100.0g | 再使来のおかかねえ チンゲンサイ25.0g、かつおだし汁0.5g | 如で再使来 チンゲンサイ17.5g | |
| i | 1 | 1 | | | |

| | 2023年04月 離乳食献立表 逗子なた | | | | | | |
|-------|----------------------|---|--|--|--|---|---|
| [| 3 | 離乳完了期 (12~18ヶ月頃) | 離乳後期 | (9~11ヶ月頃) | 離乳中期 | (7~8ヶ月頃) | 離乳初期 (5~6ヶ月以 |
| 8 🗏 | 午 | 豚丼 ※27.0g、豚肉(もも)30.4g、たまねぎ 27.0g、かつおだし汁33.8g、しょうゆ 1.0g | 5.0g、しょうゆ ひじきサラダ | | きゃべつと人参のち | | 10倍すりつぶし粥 米3.0g 人参ペースト にんじん10.0g |
| 土 | 前食 | ひじきサラダ ひじき1.3g、キャベツ18.9g、にんじん3.4g、しょうゆ1.0g 豆腐のみそ汁 絹ごし豆腐10.1g、ねぎ2.0g、昆布だし汁80.0g、みそ1.0g | 2.7g、しょうゆ 豆腐のみそ汁 | ャベツ15.1g、にんじん 0.8g s、昆布だし汁64.0g、みそ 0.8g | 豆腐のすまし汁 | 、にんじん1.9g 、昆布だし汁44.8g | 豆腐のスープ 絹ごし豆腐10.0g 昆布だし汁30.0g |
| | 午後食 | きな粉サンド 食パン30.0g、きな粉1.4g、バター1.0g 牛乳 牛乳100.0g | きな粉サンド 食パン24.0g、る キャベツのチーズ和 キャベツ20.0g、 | え | ク0.8g キャベツのチーズ 和 | きな粉0.8g、育児用ミル 0え 、粉チーズ0.4g | |
| 10日月 | 午前食 | 軟飯 ※27.0g 白身魚のおろし煮 かれい20.0g、しょうゆ1.0g、かぶ10.0g きゃべつと人参の和え物 キャベツ20.0g、にんじん5.0g、しょうゆ 0.5g わかめと玉ねぎのみそ汁 蒸掘れかかり5.5。 ちまわぎ8.1。 早年だし | きゃべつと人参の和 キャベツ16.0g わかめと玉ねぎのみ | 、にんじん4.0g、しょうゆ 0.4g そ汁 | 7倍粥 ※9.0g 白身魚のおろし煮 かれい11.2g、 きゃべつと人参の和 キャベツ11.2g わかめと玉ねぎの3 | かぶ5.6g え物 、にんじん2.8g | 10倍すりつぶし粥 ※3.0g 白身像ペースト かれい10.0g 人参のスープ にんじん8.0g 昆布だし汁30.0g |
| | 午後食 | 牛乳 牛乳100.0g | 汁70.0g、みそ(納豆お焼き じゃがいも43.2 り納豆6.4g、あ しょうゆ0.8g、 かぶのみそ煮 かぶ・葉20.0g、 | g、にんじん12.0g、挽きわおのり0.2g、小麦粉3.2g、油0.8g | 青のりポテト団子 じゃがいも30.2 のり0.2g、しよ かぶ煮 かぶ14.0g | 2g、にんじん8.4g、あお うゆ0.6g | |
| 11日 火 | 午前食 | 軟飯 ※27.0g 豚肉とじゃが芋の煮物 豚肉にも)16.9g、じゃがいも20.3g、たまねぎ 16.9g、にんじん6.3g、油1.0g、しょうゆ1.0g ほうれん草の白和え ほうれんそう15.0g、にんじん5.0g、絹ご し豆腐20.0g、しょうゆ0.5g 青梗菜のみそ汁 | ぎ13.5g、にん ほうれん草の白和え | じゃがいも16.2g、たまね ごん5.0g、しょうゆ0.8g .0g、にんじん4.0g、絹ご | ねぎ9.5g、にん ほうれん草の白和え | じゃがいも11.3g、たま じん3.5g | 10倍すりつぶし粥 米3.0g 豆腐ペースト 絹ごし豆腐10.0g じゃが手のスープ じゃがいも15.0g 昆布だし汁30.0g |
| | 午後食 | # 大 | チンゲンサイ4.0 そ0.4g にゅうめん ゆでそうめん43 さい5.4g、にん | og、昆布だし汁64.0g、み .2g、鶏ささ身10.0g、はく じん2.7g、昆布だし汁 p0.5g、片栗粉1.6g | チンゲンサイ2.8 にゅうめん ゆでそうめん30 | | |
| 12日水 | 午前食 | 食パン 食パン27.0g 鶏肉の照り焼き 鶏もも肉30.0g、しょうゆ0.5g、油0.4g 大根ときゅうりのサラダ だいこん20.0g、きゅうり5.0g 小松菜のスープ たまねぎ10.1g、こまつな5.4g、昆布だし 汁80.0g、しょうゆ0.3g | ぎ5.0g、パン粉 大根ときゅうりのさ だいこん16.0g、 小松菜のスープ | | 豆腐のそぼろあんか 鶏むね肉10.5g ねぎ3.5g、昆布 大根ときゅうりのサ だいこん11.2g 小松菜のスープ | 、絹ごし豆腐24.5g、たま だし汁15.0g、片栗粉 ト ラダ | 10倍すりつぶし粥 ※3.0g 大根ペースト だいこん10.0g 小松菜のスープ こまつな7.0g 昆布だし汁30.0g |
| | 午後食 | ツナおかかおにぎり ※27.0g、ツナ水煮缶6.8g、かつお節0.2g 牛乳 牛乳100.0g | 64.0g、しょうり チーズおかか粥 米14.0g、チーン キャベツののり和え キャベツ25.0g、 | ズ5.4g、かつお節0.2g | 汁44.8g チーズ粥 米9.0g、チース キャベツののり和え キャベツ17.5g | | |
| 13日 木 | 午前食 | 軟飯 ※27.0g 豆腐ハンバーグ 鶏むね肉25.0g、絹ごし豆腐20.0g、たまねぎ10.0g、パン粉3.5g、しょうゆ1.0g、片栗粉2.0g 小松菜のおかか和えキャベツ20.3g、こまつな10.1g、にんじん3.4g、かつお節0.3g、しょうゆ0.8g じゃが芋のみそ汁じゃがいも13.5g、ねぎ3.4g、昆布だし汁80.0g、みそ1.0g | ぎ8.0g、パン粉 粉1.6g 小松菜のおかか和え キャベツ16.2g、 2.7g、かつお節 じゃが芋のみそ汁 | こまつな8.1g、にんじん O.3g、しょうゆO.6g g、たまねぎ5.0g、昆布だ | ねぎ5.6g、片栗 小松菜の和えもの キャベツ11.3g ん1.9g じゃが芋のすまし じゃがいも7.6g | 、絹ごし豆腐11.2g、たま 粉1.1g 、こまつな5.7g、にんじ | じゃが芋のスープ じゃがいも10.8g 昆布だし汁30.0g |
| | 午後食 | 南瓜ペーストサンド 食パン25.0g、かほちゃ10.0g 牛乳 牛乳100.0g | 南瓜ペーストサンド 食パン20.0g、7 人参煮 にんじん20.0g | | 南瓜パン粥 食パン14.0g、 ルク0.8g 人参煮 にんじん14.0g | かぼちゃ5.6g、育児用ミ | |
| 14日 | 午 | きゃべつとささみのマカロ二炒め マカロニ36.0g、油1.4g、鶏ささみ 15.0g、キャベツ20.3g、たまねぎ6.8g、 しょうゆ0.7g プロッコリーとチーズのサラダ | 12.0g、キャベ | .8g、油1.1g、鶏ささみ ツ16.2g、たまねぎ5.4g、 _{ンようゆ0.5g} | きゃべつとささみの | お粥 さみ8.4g、キャベツ ぎ3.8g | 10倍すりつぶし粥 米3.0g 人参ペースト にんじん10.0g きゃべつのスープ |
| 717 | 前食 | ブロッコリー13.5g、にんじん3.4g、チース4.7g トマトスープ トマト10.1g、たまねぎ5.0g、昆布だし汁80.0g オレンジ オレンジ31.5g | ブロッコリー10 ズ3.8g トマトスープ トマト8.1g、たま オレンジ オレンジ25.2g | A09 79 .8g、にんじん2.7g、チー ねぎ4.0g、昆布だし汁64.0g | プロッコリー7.6 ズ2.6g トマトスープ トマト5.7g、たま オレンジ オレンジ17.6g | 6g、にんじん1.9g、チー ねぎ2.8g、昆布だし汁44.8g | キャベツ7.0g 昆布だし汁30.0g |
| | 午後食 | しらすわかめおにぎり 米27.0g、炊き込みわかめ0.3g、しらす干 し2.0g 牛乳 牛乳100.0g | し1.6g かぶのと人参の煮物 | 込みわかめ0.3g、しらす干 にんじん5.0g、しょうゆ0.5g | し1.1g かぶのと人参の煮物 | | |

| | | 立子なないろ保育園 | | | |
|-----------------|--|---|---|---|--|
| E | 8 | 離乳完了期 (12~18ヶ月頃) | 離乳後期 (9~11ヶ月頃) | 離乳中期 (7~8ヶ月頃) | 離乳初期 (5~6ヶ月頃) |
| 15 | | 麻婆丼 米27.0g、豚ひき肉13.5g、木綿豆腐 | 豆腐そぼろ粥丼 米14.0g、鶏むね肉10.8g、絹ごし豆腐 | 豆腐そぼろ粥丼 米9.0g、鶏むね肉7.6g、絹ごし豆腐 | 10倍すりつぶし粥 米3.0g |
| 1 🗆 | | 33.8g、ねぎ3.4g、にんじん2.0g、しょう | 27.0g、たまねぎ2.7g、にんじん1.6g、 | 18.9g、たまねぎ1.9g、にんじん1.1g、 | 豆腐ペースト |
| 土 | 午 | ゆ1.0g、みそ0.5g、片栗粉0.6g きゅうりともやしの和え物 | しょうゆ0.8g、みそ0.4g、片栗粉0.5g スティックきゅうり | 片栗粉O.4g 茹できゅうり | 絹ごし豆腐10.0g 人参のスープ |
| _ | 前 | きゅうり10.1g、もやし27.0g、しょうゆ | きゅうり15.0g | 知 ときゅうり きゅうり10.5g | にんじん7.2g |
| | 食 | 玉ねぎのみそ汁 | 玉ねぎのみそ汁 | 玉ねぎのすまし汁 | 昆布だし汁30.0g |
| | | 乾燥わかめ0.5g、たまねぎ10.1g、昆布だ し汁80.0g、みそ1.0g | 乾燥わかめ0.4g、たまねぎ8.1g、昆布だし 汁70.2g、みそ0.8g | 乾燥わかめ0.3g、たまねぎ5.7g、昆布だ し汁49.1g | |
| | | | | | |
| | 午 | チーズサンド 食パン27.0g、スライスチーズ3.4g | チーズサンド 食パン21.6g、スライスチーズ2.7g | チーズパン粥 食パン15.1g、スライスチーズ1.9g | |
| | 後 | 牛乳 | 人参煮 | 人参煮 | |
| | 食 | 牛乳100.0g | にんじん20.0g | にんじん14.0g | |
| | | 軟飯 | 5倍粥 | 7倍粥 | 10倍すりつぶし粥 |
| 17 日 | | 米27.0g 鮭の照り焼き | 米14.0g 白身魚の照り焼き | 米9.0g 煮魚 | 米3.0g 白身魚ペースト |
| | 午 | さけ30.0g、しょうゆ0.7g | かれい25.0g、しょうゆ0.5g | かれい17.5g | かれい8.0g |
| 月 | 前 | 根菜の煮物 にんじん6.3g、だいこん20.3g、いんげん | 根菜の煮物 にんじん5.0g、だいこん16.2g、いんげん | 根菜の煮物 にんじん3.5g、だいこん11.3g、いんげ | 小松菜のスープ こまつな7.0g |
| | 食 | 3.2g、しょうゆ1.6g | 2.5g、しょうゆ0.6g | <i>h</i> 1.8g | 昆布だし汁30.0g |
| | | 小松菜のみそ汁 こまつな8.0g、昆布だし汁80.0g、みそ0.5g | 小松菜のみそ汁 こまつな6.4g、昆布だし汁64.0g、みそ0.4g | 小松菜のすまし汁 こまつな4.5g、昆布だし汁60.0g | |
| | | 2 6 7 6 0.0 g. Entitle 071 0 0.0 g. 17 C 0.0 g | | | |
| | 午 | マカロニきな粉 マカロニ12.2g、きな粉3.0g | きな粉粥 米14.0g、きな粉2.4g | きな粉粥 米9.0g、きな粉1.7g | |
| | 後 | 牛乳 | じゃがいもののり和え | じゃがいもののり和え | |
| | 食 | 牛乳100.0g | じゃがいも25.0g、あおのり0.2g | じゃがいも17.5g、あおのり0.1g | |
| | | 食パン | 食パン | パン粥 | 10倍すりつぶし粥 |
| 18 日 | | 食パン27.0g チキンソテー | 食パン21.6g 肉団子スープ | 食パン15.1g、育児用ミルク0.8g 肉団子スープ | 米3.0g 豆腐ペースト |
| | _ | 鶏肉(胸皮なし)33.8g、小麦粉1.9g、バター | 絹ごし豆腐10.8g、鶏むね肉10.8g、キャベ | 絹ごし豆腐7.6g、鶏むね肉7.6g、キャベ | 絹ごし豆腐10.0g |
| 火 | 午前 | 1.9g マカロニサラダ | ツ15.0g、たまねぎ10.8g、昆布だし汁 70.0g、しょうゆ0.8g、片栗粉1.1g | ツ10.5g、たまねぎ7.6g、昆布だし汁 49.0g、片栗粉0.8g | きゃべつのスープ キャベツ10.0g |
| | 良 | マカロニ8.1g、きゅうり10.1g、ツナ水煮 | | 茹でプロッコリー | キャハツ10.0g 昆布だし汁30.0g |
| | | 缶6.8g 豆腐のスープ | ブロッコリー12.0g、ツナ水煮缶5.4g | ブロッコリー9.8g | |
| | | 絹ごし豆腐13.5g、たまねぎ13.5g、かつま | | | |
| | | だし汁80.0g、しょうゆ1.0g、片栗粉1.4g 人参としらすのおにぎり | | 人参としらす粥 | |
| | 午 | 入多としらすのおにさり 米27.0g、にんじん5.0g、しらす干し3.0g | | | |
| | 後食 | 牛乳 牛乳100.0g | キャベツのおかか和え キャベツ25.0g、かつお節0.2g | キャベツ煮 キャベツ17.5g | |
| | 艮 | T #100.0 6 | - ア・・ノ とし、しば、 とうとはし、人は | ア・ハン・ロ・いち | The second secon |
| | | | | | |
| 10 | | ささみと野菜のごはん ※270g 鶏ささみ150g にんじん | ささみと野菜のおじや *14.0g 鶏ささみ12.0g にんじん | ささみと野菜のおじや | 10倍すりつぶし粥 *3.0g |
| 19 日 | | 米27.0g、鶏ささみ15.0g、にんじん 5.0g、キャベツ8.0g、しょうゆ1.0g | 米14.0g、鶏ささみ12.0g、にんじん 4.0g、キャベツ6.4g、しょうゆ0.8g | ささみと野菜のおじや 米9.0g、鶏ささみ8.4g、にんじん2.8g、 キャベツ4.5g | 米3.0g 人参ペースト |
| | 午 | 米27.0g、鶏ささみ15.0g、にんじん 5.0g、キャベツ8.0g、しょうゆ1.0g コロコロポテト | 米14.0g、鶏ささみ12.0g、にんじん 4.0g、キャベツ6.4g、しょうゆ0.8g コロコロポテト | ささみと野菜のおじや 米9.0g、鶏ささみ8.4g、にんじん2.8g、 キャベツ4.5g マッシュポテト | 米3.0g 人参ペースト にんじん10.0g |
| | 午前 | 米27.0g、鶏ささみ15.0g、にんじん 5.0g、キャベツ8.0g、しょうゆ1.0g コロコロポテト じゃがいも25.0g、きゅうり10.0g 豆腐すまし汁 | 米14.0g、鶏ささみ12.0g、にんじん 4.0g、キャベツ6.4g、しょうゆ0.8g コロコロポテト じゃがいも20.0g、きゅうり8.0g 豆腐すまし汁 | ささみと野菜のおじや ※9.0g、鶏ささみ8.4g、にんじん2.8g、 キャベツュポテト じゃがいも14.0g、きゅうり5.6g 豆腐すまし汁 | 米3.0g 人参ペースト にんじん10.0g 豆腐のスープ 絹ごし豆腐10.0g |
| | 午 | 米27.0g、鶏ささみ15.0g、にんじん 5.0g、キャベツ8.0g、しょうゆ1.0g コロコロボテト じゃがいも25.0g、きゅうり10.0g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐15.0g、たまねぎ10.0g、昆布た | 米14.0g、鶏ささみ12.0g、にんじん 4.0g、キャベツ6.4g、しょうゆ0.8g コロコロポテト じゃがいも20.0g、きゅうり8.0g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐12.0g、たまねぎ8.0g、昆布だ | ささみと野菜のおじや ※9.0g、鶏ささみ8.4g、にんじん2.8g、 キャベツ4.5g マッシュポテト じゃがいも14.0g、きゅうり5.6g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐8.4g、たまねぎ5.6g、昆布だ | 米3.0g 人参ペースト にんじん10.0g 豆腐のスープ |
| | 午前 | 米27.0g、鶏ささみ15.0g、にんじん 5.0g、キャベツ8.0g、しょうゆ1.0g コロコロボテト じゃがいも25.0g、きゅうり10.0g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐15.0g、たまねぎ10.0g、昆布た し汁80.0g、しょうゆ0.5g | 米14.0g、鶏ささみ12.0g、にんじん 4.0g、キャベツ6.4g、しょうゆ0.8g コロコロボテト じゃがいも20.0g、きゅうり8.0g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐12.0g、たまねぎ8.0g、昆布だ し汁64.0g、しょうゆ0.4g オレンシ | ささみと野菜のおじや ※9.0g、鶏ささみ8.4g、にんじん2.8g、 キャベツ4.5g マッシュポテト じゃがいも14.0g、きゅうり5.6g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐8.4g、たまねぎ5.6g、昆布だ し汁44.8g オレンシ | 米3.0g 人参ペースト にんじん10.0g 豆腐のスープ 絹ごし豆腐10.0g |
| | 午前 | 米27.0g、鶏ささみ15.0g、にんじん 5.0g、キャベツ8.0g、しょうゆ1.0g コココポテト しゃがいも25.0g、きゅうり10.0g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐15.0g、たまねぎ10.0g、昆布だ し汁80.0g、しょうゆ0.5g オレンジ オレンジ30.0g | 米14.0g、鶏ささみ12.0g、にんじん 4.0g、キャベツ6.4g、しょうゆ0.8g コロコロポテト じゃがいも20.0g、きゅうり8.0g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐12.0g、たまねぎ8.0g、昆布だ し汁64.0g、しょうゆ0.4g オレンジ24.0g | ささみと野菜のおじや ※9.0g、鶏ささみ8.4g、にんじん2.8g、 キャベツ4.5g マッシュポテト じゃがいも14.0g、きゅうり5.6g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐8.4g、たまねぎ5.6g、昆布だ し汁44.8g オレンジ オレンジ16.8g | 米3.0g 人参ペースト にんじん10.0g 豆腐のスープ 絹ごし豆腐10.0g |
| | 午前食 | 米27.0g、鶏ささみ15.0g、にんじん 5.0g、キャベツ8.0g、しょうゆ1.0g ココロポテト じゃがいも25.0g、きゅうり10.0g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐15.0g、たまねぎ10.0g、昆布た し汁80.0g、しょうゆ0.5g オレンジ オレンジ30.0g 南瓜ペーストサンド 食パン27.0g、かぼちゃ15.0g | 米14.0g、鶏ささみ12.0g、にんじん 4.0g、キャペツ6.4g、しょうゆ0.8g コココロポテト じゃがいも20.0g、きゅうり8.0g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐12.0g、たまねぎ8.0g、昆布だ し汁64.0g、しょうゆ0.4g オレンジ24.0g 南瓜ペーストサンド 食パン21.6g、かぼちゃ12.0g | ささみと野菜のおじや ※9.0g、鶏ささみ8.4g、にんじん2.8g、 キャベツ4.5g マッシュポテト じゃがいも14.0g、きゅうり5.6g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐8.4g、たまねぎ5.6g、昆布だ し汁44.8g オレンジ オレンシ16.8g 南瓜パン粥 食パン15.1g、かぼちゃ8.4g、育児用ミ | 米3.0g 人参ペースト にんじん10.0g 豆腐のスープ 絹ごし豆腐10.0g |
| | 午前食 午後 | 米27.0g、鶏ささみ15.0g、にんじん 5.0g、キャベツ8.0g、しょうゆ1.0g コロポテト じゃがいも25.0g、きゅうり10.0g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐15.0g、たまねぎ10.0g、昆布だし汁80.0g、しょうゆ0.5g オレンジ オレンジ30.0g 南瓜ペーストサンド 食パン27.0g、かぼちゃ15.0g 牛乳 | 米14.0g、鶏ささみ12.0g、にんじん 4.0g、キャベツ6.4g、しょうゆ0.8g コロコロポテト じゃがいも20.0g、きゅうり8.0g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐12.0g、たまねぎ8.0g、昆布だ し汁64.0g、しょうゆ0.4g オレンジ オレンジ24.0g 南瓜ペーストサンド 食パン21.6g、かぼちゃ12.0g かぶと人参のグラッセ | ささみと野菜のおじや ※9.0g、鶏ささみ8.4g、にんじん2.8g、 キャベツ4.5g マッシュポテト じゃがいも14.0g、きゅうり5.6g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐8.4g、たまねぎ5.6g、昆布だ し汁44.8g オレンシ オレンシ16.8g 南瓜パン粥 食パン15.1g、かぼちゃ8.4g、育児用ミ ルク0.8g | 米3.0g 人参ペースト にんじん10.0g 豆腐のスープ 絹ごし豆腐10.0g |
| | 午前食 | 米27.0g、鶏ささみ15.0g、にんじん 5.0g、キャベツ8.0g、しょうゆ1.0g コロコポテト じゃがいも25.0g、きゅうり10.0g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐15.0g、たまねぎ10.0g、昆布た し汁80.0g、しょうゆ0.5g オレンジ オレンジ30.0g 南瓜ペーストサンド 食パン27.0g、かぼちゃ15.0g 牛乳 牛乳100.0g | 米14.0g、鶏ささみ12.0g、にんじん 4.0g、キャベツ6.4g、しょうゆ0.8g コロコロポテト じゃがいも20.0g、きゅうり8.0g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐12.0g、たまねぎ8.0g、昆布だ し汁64.0g、しょうゆ0.4g オレンジ オレンジ24.0g 南瓜ペーストサンド 食パン21.6g、かぼちゃ12.0g かぶと人参のグラッセ かぶ・葉20.0g、にんじん5.0g、バター0.6g | ささみと野菜のおじや ※9.0g、鶏ささみ8.4g、にんじん2.8g、 キャベツ4.5g マッシュポテト じゃがいも14.0g、きゅうり5.6g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐8.4g、たまねぎ5.6g、昆布だし汁44.8g オレンジ オレンシ16.8g 南瓜パン粥 食パン15.1g、かぼちゃ8.4g、育児用ミ ルク0.8g かぶと人参の煮物 かぶ14.0g、にんじん3.5g | 米3.0g 人参ペースト にんじん10.0g 豆腐のスープ 絹ごし豆腐10.0g 昆布だし汁30.0g |
| 水 | 午前食 午後 | 米27.0g、鶏ささみ15.0g、にんじん 5.0g、キャベツ8.0g、しょうゆ1.0g コロコポテト じゃがいも25.0g、きゅうり10.0g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐15.0g、たまねぎ10.0g、昆布た し汁80.0g、しょうゆ0.5g オレンジ30.0g 南瓜ペーストサンド 食パン27.0g、かぼちゃ15.0g 牛乳100.0g | 米14.0g、鶏ささみ12.0g、にんじん 4.0g、キャベツ6.4g、しょうゆ0.8g コロコロポテト しゃがいも20.0g、きゅうり8.0g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐12.0g、たまねぎ8.0g、昆布だ し汁64.0g、しょうゆ0.4g オレンジ オレンジ24.0g 南瓜ペーストサンド 食パン21.6g、かぼちゃ12.0g かぶと人参のグラッセ かぶ・葉20.0g、にんじん5.0g、バター0.6g | ささみと野菜のおじや ※9.0g、鶏ささみ8.4g、にんじん2.8g、 キャベツ4.5g マッシュポテト じゃがいも14.0g、きゅうり5.6g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐8.4g、たまねぎ5.6g、昆布だ し汁44.8g オレンジ オレンシ16.8g 南瓜パン場 食パン15.1g、かぼちゃ8.4g、育児用ミ ルク0.8g かぶと人参の煮物 かぶ14.0g、にんじん3.5g 7倍粥 | 米3.0g 人参ペースト にんじん10.0g 豆腐のスープ 絹ごし豆腐10.0g 昆布だし汁30.0g |
| | 午前食 午後 | 米27.0g、鶏ささみ15.0g、にんじん5.0g、キャベツ8.0g、しょうゆ1.0g コココポテト しゃがいも25.0g、きゅうり10.0g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐15.0g、たまねぎ10.0g、昆布だし汁80.0g、しょうゆ0.5g オレンジ オレンジ30.0g 南瓜ペーストサンド 食パン27.0g、かぼちゃ15.0g 牛乳 牛乳100.0g 軟飯 ※27.0g ミートローフ | 米14.0g、鶏ささみ12.0g、にんじん 4.0g、キャベツ6.4g、しょうゆ0.8g コロコロポテト じゃがいも20.0g、きゅうり8.0g 豆腐すまし汁 縄ごし豆腐12.0g、たまねぎ8.0g、昆布だ し汁64.0g、しょうゆ0.4g オレンジ オレンジ24.0g 南瓜ペーストサンド 食パン21.6g、かぼちゃ12.0g かぶと人参のグラッセ かぶ・葉20.0g、にんじん5.0g、パター0.6g 5倍粥 米14.0g ミートローフ | ささみと野菜のおじや ※9.0g、鶏ささみ8.4g、にんじん2.8g、キャベツ4.5g マッシュポテト じゃがいも14.0g、きゅうり5.6g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐8.4g、たまねぎ5.6g、昆布だし汁44.8g オレンシ オレンジ16.8g 南瓜パン第 食パン15.1g、かぼちゃ8.4g、育児用ミルク0.8g かぶと人参の煮物 かぶ14.0g、にんじん3.5g 7倍粥 ※9.0g 野菜そぼろあんかけ | 米3.0g 人参ペースト にんじん10.0g 豆腐のスープ 絹ごし豆腐10.0g 昆布だし汁30.0g |
| 20日 | 午前食 午後食 | **27.0g、鶏ささみ15.0g、にんじん 5.0g、キャベツ8.0g、しょうゆ1.0g コロコポテト しゃがいも25.0g、きゅうり10.0g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐15.0g、たまねぎ10.0g、昆布たし汁80.0g、しょうゆ0.5g オレンジ オレンジ30.0g 南瓜ペーストサンド 食パン27.0g、かぼちゃ15.0g 牛乳100.0g 軟飯 ※27.0g ミートローフ 鶏むね肉25.0g、絹ごし豆腐20.0g、パン粉 | 米14.0g、鶏ささみ12.0g、にんじん 4.0g、キャベツ6.4g、しょうゆ0.8g コロコロポテト じゃがいも20.0g、きゅうり8.0g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐12.0g、たまねぎ8.0g、昆布だ し汁64.0g、しょうゆ0.4g オレンジ オレンジ24.0g 南瓜ペーストサンド 食パン21.6g、かぼちゃ12.0g かぶと人参のグラッセ かぶ・葉20.0g、にんじん5.0g、バター0.6g 5倍粥 米14.0g ミートローフ 鶏むね肉20.0g、絹ごし豆腐16.0g、パン粉 | ささみと野菜のおじや ※9.0g、鶏ささみ8.4g、にんじん2.8g、 キャベツ4.5g マッシュポテト じゃがいも14.0g、きゅうり5.6g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐8.4g、たまねぎ5.6g、昆布だ し汁44.8g オレンシ オレンシ16.8g 南瓜パン粥 食パン15.1g、かぼちゃ8.4g、育児用ミ ルク0.8g かぶと人参の煮物 かぶ14.0g、にんじん3.5g 7倍粥 ※9.0g 野菜そぼろあんかけ 鶏むね肉14.0g、絹ごし豆腐11.2g、たま | 米3.0g 人参ペースト にんじん10.0g 豆腐のスープ 絹ごし豆腐10.0g 昆布だし汁30.0g 10倍すりつぶし粥 米3.0g かぶのペースト かぶ10.0g |
| 少 | 午前食 午後食 午前 | **27.0g、鶏ささみ15.0g、にんじん 5.0g、キャベツ8.0g、しょうゆ1.0g コロコポテト じゃがいも25.0g、きゅうり10.0g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐15.0g、たまねぎ10.0g、昆布たし汁80.0g、しょうゆ0.5g オレンジ30.0g 南瓜ペーストサンド 食パン27.0g、かぼちゃ15.0g 牛乳 牛乳100.0g 軟飯 ※27.0g ミートローフ 鶏むね肉25.0g、絹ごし豆腐20.0g、パン粉 3.2g、たまねぎ10.0g、にんじん5.4g、ケチャップ1.0g | 米14.0g、鶏ささみ12.0g、にんじん 4.0g、キャベツ6.4g、しょうゆ0.8g コロコロポテト じゃがいも20.0g、きゅうり8.0g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐12.0g、たまねぎ8.0g、昆布だ し汁64.0g、しょうゆ0.4g オレンジ オレンジ24.0g 南瓜ペーストサンド 食パン21.6g、かぼちゃ12.0g かぶと人参のグラッセ かぶ・葉20.0g、にんじん5.0g、バター0.6g 5倍粥 米14.0g ミートローフ 鶏むね肉20.0g、絹ごし豆腐16.0g、パン粉 2.5g、たまねぎ8.0g、にんじん4.3g、ケ チャップ0.8g | ささみと野菜のおじや ※9.0g、鶏ささみ8.4g、にんじん2.8g、 キャベツ4.5g マッシュポテト じゃがいも14.0g、きゅうり5.6g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐8.4g、たまねぎ5.6g、昆布だ し汁44.8g オレンジ オレンジ16.8g 南瓜パン粥 食パン15.1g、かぼちゃ8.4g、育児用ミ ルク0.8g かぶと人参の素物 かぶと人参の素物 かぶ14.0g、にんじん3.5g 7倍粥 ※9.0g 野菜そぼろあんかけ 鶏むね肉14.0g、絹ごし豆腐11.2g、たま ねぎ5.6g、にんじん3.0g、片栗粉1.0g 彩りサラダ | 米3.0g 人参ペースト にんじん10.0g 豆腐のスープ 絹ごし豆腐10.0g 昆布だし汁30.0g 10倍すりつぶし粥 米3.0g かぶのペースト かぶのペースト かぶ10.0g 人参のスープ にんじん7.0g |
| 20日 | 午前食 午後食 午前 | **27.0g、鶏ささみ15.0g、にんじん 5.0g、キャベツ8.0g、しょうゆ1.0g コココポテト しゃがいも25.0g、きゅうり10.0g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐15.0g、たまねぎ10.0g、昆布だし汁80.0g、しょうゆ0.5g オレンジ オレンジ30.0g 南瓜ペーストサンド 食パン27.0g、かぼちゃ15.0g 牛乳100.0g 軟飯 **27.0g ミートローフ 鶏むね肉25.0g、絹ごし豆腐20.0g、パン粉3.2g、たまねぎ10.0g、にんじん5.4g、ケチャップ1.0g **りサラダ | 米14.0g、鶏ささみ12.0g、にんじん 4.0g、キャベツ6.4g、しょうゆ0.8g コココロポテト じゃがいも20.0g、きゅうり8.0g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐12.0g、たまねぎ8.0g、昆布だ し汁64.0g、しょうゆ0.4g オレンジ24.0g 南瓜ペーストサンド 食パン21.6g、かぼちゃ12.0g かぶと人参のグラッセ かぶ・葉20.0g、にんじん5.0g、パター0.6g ************************************ | ささみと野菜のおじや ※9.0g、鶏ささみ8.4g、にんじん2.8g、キャベツ4.5g マッシュポテト じゃがいも14.0g、きゅうり5.6g 豆腐すまし汁 網ごし豆腐8.4g、たまねぎ5.6g、昆布だし汁44.8g オレンシ オレンシ16.8g 南瓜パン粥 食パン15.1g、かぼちゃ8.4g、育児用ミルク0.8g かぶと人参の煮物 かぶ14.0g、にんじん3.5g 7倍粥 ※9.0g 野菜そぼろあんかけ 鶏むね肉14.0g、絹ごし豆腐11.2g、たまねぎ5.6g、にんじん3.0g、片栗粉1.0g 彩りサラダ ブロッコリー5.7g、トマト3.8g | 米3.0g 人参ペースト にんじん10.0g 豆腐のスープ 絹ごし豆腐10.0g 昆布だし汁30.0g 10倍すりつぶし粥 米3.0g かぶのペースト かぶ10.0g 人参のスープ |
| 20日 | 午前食 午後食 午前 | 米27.0g、鶏ささみ15.0g、にんじん 5.0g、キャベツ8.0g、しょうゆ1.0g コロコポテト しゃがいも25.0g、きゅうり10.0g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐15.0g、たまねぎ10.0g、昆布たし汁80.0g、しょうゆ0.5g オレンジ30.0g 南瓜ペーストサンド 食パン27.0g、かぼちゃ15.0g 牛乳100.0g 軟飯 ※27.0g ・トローフ 鶏むね肉25.0g、絹ごし豆腐20.0g、パン粉3.2g、たまねぎ10.0g、にんじん5.4g、ケチャップ1.0g 彩りサラダ フロッコリー10.1g、カリフラワー8.1g、トマト6.8g | 米14.0g、鶏ささみ12.0g、にんじん 4.0g、キャベツ6.4g、しょうゆ0.8g コロコロポテト じゃがいも20.0g、きゅうり8.0g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐12.0g、たまねぎ8.0g、昆布だ し汁64.0g、しょうゆ0.4g オレンジ オレンジ24.0g 南瓜ペーストサンド 食パン21.6g、かぼちゃ12.0g かぶと人参のグラッセ かぶ・葉20.0g、にんじん5.0g、パター0.6g 5倍粥 ※14.0g ミートローフ 鶏むね肉20.0g、絹ごし豆腐16.0g、パン粉 2.5g、たまねぎ8.0g、にんじん4.3g、ケ チャップ0.8g 彩りサラダ ブロッコリー8.1g、トマト5.4g かぶのスープ | ささみと野菜のおじや ※9.0g、鶏ささみ8.4g、にんじん2.8g、 キャベツ4.5g マッシュポテト じゃがいも14.0g、きゅうり5.6g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐8.4g、たまねぎ5.6g、昆布だ し汁44.8g オレンジ オレンジ16.8g 南瓜パン粥 食パン15.1g、かぼちゃ8.4g、育児用ミ ルク0.8g かぶと人参の素物 かぶと人参の素物 かぶ14.0g、にんじん3.5g 7倍粥 ※9.0g 野菜そぼろあんかけ 鶏むね肉14.0g、絹ごし豆腐11.2g、たま ねぎ5.6g、にんじん3.0g、片栗粉1.0g 彩りサラダ | 米3.0g 人参ペースト にんじん10.0g 豆腐のスープ 絹ごし豆腐10.0g 昆布だし汁30.0g 配がびのペースト かぶ10.0g 人参のスープ にんじん7.0g 昆布だし汁30.0g |
| 20日 | 午前食 午後食 午前 | **27.0g、鶏ささみ15.0g、にんじん 5.0g、キャベツ8.0g、しょうゆ1.0g コロコポテト じゃがいも25.0g、きゅうり10.0g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐15.0g、たまねぎ10.0g、昆布だし汁80.0g、しょうゆ0.5g オレンジ オレンジ30.0g 南瓜ペーストサンド 食パン27.0g、かぼちゃ15.0g 牛乳 牛乳100.0g **** **************************** | 米14.0g、鶏ささみ12.0g、にんじん 4.0g、キャベツ6.4g、しょうゆ0.8g コロコロポテト じゃがいも20.0g、きゅうり8.0g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐12.0g、たまねぎ8.0g、昆布だ し汁64.0g、しょうゆ0.4g オレンジ オレンジ24.0g 南瓜ペーストサンド 食パン21.6g、かぼちゃ12.0g かぶと人参のグラッセ かぶ・葉20.0g、にんじん5.0g、バター0.6g 5倍粥 米14.0g ミートローフ 鶏むね肉20.0g、絹ごし豆腐16.0g、バン粉 2.5g、たまねぎ8.0g、にんじん4.3g、ケ チャップ0.8g 彩りサラダ ブロッコリー8.1g、トマト5.4g かぶのスープ かぶ・葉5.4g、たまねぎ4.3g、昆布だし汁 | ささみと野菜のおじや ※9.0g、鶏ささみ8.4g、にんじん2.8g、キャベツ4.5g マッシュポテト じゃがいも14.0g、きゅうり5.6g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐8.4g、たまねぎ5.6g、昆布だし汁44.8g オレンシ オレンジ16.8g 南瓜パン第 食パン15.1g、かぼちゃ8.4g、育児用ミルク0.8g かぶと人参の煮物 かぶ14.0g、にんじん3.5g 7倍粥 ※9.0g 野菜そぼろあんかけ 鶏むね肉14.0g、絹ごし豆腐11.2g、たまねぎ5.6g、にんじん3.0g、片栗粉1.0g 彩りサラダ ブロッコリー5.7g、トマト3.8g かぶのスープ | 米3.0g 人参ペースト にんじん10.0g 豆腐のスープ 絹ごし豆腐10.0g 昆布だし汁30.0g 配がのペースト かぶ10.0g 人参のスープ にんじん7.0g 昆布だし汁30.0g |
| 20日 | 午前食 午後食 午前 | **27.0g、鶏ささみ15.0g、にんじん 5.0g、キャベツ8.0g、しょうゆ1.0g コココポテト しゃがいも25.0g、きゅうり10.0g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐15.0g、たまねぎ10.0g、昆布だし汁80.0g、しょうゆ0.5g オレンジ3 オレンジ30.0g 南瓜ペーストサンド 食パン27.0g、かぼちゃ15.0g 牛乳100.0g 軟飯 ※27.0g ミートローフ 鶏むね肉25.0g、絹ごし豆腐20.0g、パン粉3.2g、たまねぎ10.0g、にんじん5.4g、ケチャッブ1.0g ***りサラダフロッコリー10.1g、カリフラワー8.1g、トマト6.8g かぶのスープ かぶ・葉6.8g、たまねぎ5.4g、昆布だし汁80.0g、しょうゆ0.6g さつま芋お焼き | 米14.0g、鶏ささみ12.0g、にんじん 4.0g、キャベツ6.4g、しょうゆ0.8g コロコロボテト じゃがいも20.0g、きゅうり8.0g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐12.0g、たまねぎ8.0g、昆布だ し汁64.0g、しょうゆ0.4g オレンジ24.0g 南瓜ペーストサンド 食パン21.6g、かぼちゃ12.0g かぶと人参のグラッセ かぶ・葉20.0g、にんじん5.0g、パター0.6g 5倍粥 ※14.0g ミートローフ 鶏むね肉20.0g、絹ごし豆腐16.0g、パン粉 2.5g、たまねぎ8.0g、にんじん4.3g、ケ チャップ0.8g 彩りサラダ ブロッコリー8.1g、トマト5.4g かぶのスープ かぶ・葉5.4g、たまねぎ4.3g、昆布だし汁 64.0g、しょうゆ0.5g さつま芋お焼き | ささみと野菜のおじや ※9.0g、鶏ささみ8.4g、にんじん2.8g、キャベツ4.5g マッシュポテト じゃがいも14.0g、きゅうり5.6g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐8.4g、たまねぎ5.6g、昆布だし汁44.8g オレンシ オレンジ16.8g 南瓜パン粥 食パン15.1g、かぼちゃ8.4g、育児用ミルク0.8g かぶと人参の煮物 かぶ14.0g、にんじん3.5g 7倍粥 ※9.0g 野菜そぼろあんかけ 鶏むね肉14.0g、絹ごし豆腐11.2g、たまねぎ5.6g、にんじん3.0g、片栗粉1.0g 彩りサラダ ブロッコリー5.7g、トマト3.8g かぶのスープ かぶ3.8g、たまねぎ3.0g、昆布だし汁44.8g | 米3.0g 人参ペースト にんじん10.0g 豆腐のスープ 絹ごし豆腐10.0g 昆布だし汁30.0g 配がびのペースト かぶ10.0g 人参のスープ にんじん7.0g 昆布だし汁30.0g |
| 20日 | 午前食午後食午前食午 | 米27.0g、鶏ささみ15.0g、にんじん5.0g、キャベツ8.0g、しょうゆ1.0g コロコポテト しゃがいも25.0g、きゅうり10.0g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐15.0g、たまねぎ10.0g、昆布だし汁80.0g、しょうゆ0.5g オレンジ オレンジ30.0g 南瓜ペーストサンド 食パン27.0g、かぼちゃ15.0g 牛乳100.0g 軟飯 ※27.0g ・トローフ 鶏むね肉25.0g、絹ごし豆腐20.0g、パン粉3.2g、たまねぎ10.0g、にんじん5.4g、ケチャッブ1.0g ※りサラダ ブロッコリー10.1g、カリフラワー8.1g、トマト6.8g かぶのスープ かぶ・葉6.8g、たまねぎ5.4g、昆布だし汁80.0g、しょうゆ0.6g さつまずお焼き さつまいも50.0g、絹ごし豆腐12.0g、小麦 | 米14.0g、鶏ささみ12.0g、にんじん 4.0g、キャベツ6.4g、しょうゆ0.8g コロコロポテト じゃがいも20.0g、きゅうり8.0g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐12.0g、たまねぎ8.0g、昆布だ し汁64.0g、しょうゆ0.4g オレンジ オレンジ24.0g 南瓜ペーストサンド 食パン21.6g、かぼちゃ12.0g かぶと人参のグラッセ かぶ・葉20.0g、にんじん5.0g、バター0.6g 5倍粥 ※14.0g ミートローフ 鶏むね肉20.0g、絹ごし豆腐16.0g、パン粉 2.5g、たまねぎ8.0g、にんじん4.3g、ケ チャップ0.8g 彩りサラダ ブロッコリー8.1g、トマト5.4g かぶのスープ かぶ・葉5.4g、たまねぎ4.3g、昆布だし汁 64.0g、しょうゆ0.5g さつまいも40.0g、絹ごし豆腐9.6g、小麦 | ささみと野菜のおじや ※9.0g、鶏ささみ8.4g、にんじん2.8g、キャペツ4.5g マッシュポテト しゃがいも14.0g、きゅうり5.6g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐8.4g、たまねぎ5.6g、昆布だし汁44.8g オレンジ オレンシ16.8g 南瓜パン鴉 食パン15.1g、かぼちゃ8.4g、育児用ミルク0.8g かぶと人参の煮物 かぶ14.0g、にんじん3.5g 7倍粥 ※9.0g 野菜そぼろあんかけ 鶏むね肉14.0g、絹ごし豆腐11.2g、たまねぎ5.6g、にんじん3.0g、片栗粉1.0g 彩りサラダ ブロッコリー5.7g、トマト3.8g かぶスープ かぶ3.8g、たまねぎ3.0g、昆布だし汁44.8g さつまいも28.0g、絹ごし豆腐6.7g、粉 | 米3.0g 人参ペースト にんじん10.0g 豆腐のスープ 絹ごし豆腐10.0g 昆布だし汁30.0g 配がびのペースト かぶ10.0g 人参のスープ にんじん7.0g 昆布だし汁30.0g |
| 20日 | 午前食 午後食 午前食 午後 | #27.0g、鶏ささみ15.0g、にんじん5.0g、キャベツ8.0g、しょうゆ1.0g コココポテト しゃがいも25.0g、きゅうり10.0g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐15.0g、たまねぎ10.0g、昆布だし汁80.0g、しょうゆ0.5g オレンジ オレンジ30.0g 南瓜ペーストサンド 食パン27.0g、かぼちゃ15.0g 牛乳 牛乳100.0g 軟飯 ※27.0g ミートローフ 鶏むね肉25.0g、絹ごし豆腐20.0g、パン粉3.2g、たまねぎ10.0g、にんじん5.4g、ケチャップ1.0g 彩りサラダフロッコリー10.1g、カリフラワー8.1g、トマト6.8g かぶのスープ かぶ・葉6.8g、たまねぎ5.4g、昆布だし汁80.0g、しょうゆ0.6g さつま芋お焼き さつまいも50.0g、絹ごし豆腐12.0g、小麦粉1.2g、粉チーズ0.8g | 米14.0g、鶏ささみ12.0g、にんじん 4.0g、キャベツ6.4g、しょうゆ0.8g コロコロポテト じゃがいも20.0g、きゅうり8.0g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐12.0g、たまねぎ8.0g、昆布だ し汁64.0g、しょうゆ0.4g オレンジ オレンジ24.0g 南瓜ペーストサンド 食パン21.6g、かぼちゃ12.0g かぶと人参のグラッセ かぶ・葉20.0g、にんじん5.0g、バター0.6g 5倍粥 ※14.0g ミートローフ 到立ね肉20.0g、絹ごし豆腐16.0g、バン粉 2.5g、たまねぎ8.0g、にんじん4.3g、ケ チャップ0.8g 彩りサラダ ブロッコリー8.1g、トマト5.4g かぶのスープ かぶ・葉5.4g、たまねぎ4.3g、昆布だし汁 64.0g、しょうゆ0.5g さつまいも40.0g、絹ごし豆腐9.6g、小麦 粉1.0g、粉チーズ0.6g ほうれん草のお浸し | ささみと野菜のおじや ※9.0g、鶏ささみ8.4g、にんじん2.8g、キャベツ4.5g マッシュポテト じゃがいも14.0g、きゅうり5.6g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐8.4g、たまねぎ5.6g、昆布だし汁44.8g オレンジ オレンジ16.8g 南瓜パン粥 食パン15.1g、かぼちゃ8.4g、育児用ミルク0.8g かぶと人参の素物 かぶ14.0g、にんじん3.5g 7倍粥 ※9.0g 野菜そぼろあんかけ 鶏むね肉14.0g、絹ごし豆腐11.2g、たまねぎ5.6g、にんじん3.0g、片栗粉1.0g 彩りサラダ ブロッコリー5.7g、トマト3.8g かぶのスープ かぶ3.8g、たまねぎ3.0g、昆布だし汁44.8g さつま芋団子 さつまいも28.0g、絹ごし豆腐6.7g、粉チーズ0.4g ほうれん草のお浸し | 米3.0g 人参ペースト にんじん10.0g 豆腐のスープ 絹ごし豆腐10.0g 昆布だし汁30.0g 配がびのペースト かぶ10.0g 人参のスープ にんじん7.0g 昆布だし汁30.0g |
| 1 | 午前食午後食午前食午 | **27.0g、鶏ささみ15.0g、にんじん 5.0g、キャベツ8.0g、しょうゆ1.0g コロコポテト じゃがいも25.0g、きゅうり10.0g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐15.0g、たまねぎ10.0g、昆布だし汁80.0g、しょうゆ0.5g オレンジ30.0g 南瓜ペーストサンド 食パン27.0g、かぼちゃ15.0g 牛乳 牛乳100.0g 軟飯 ※27.0g ミートローフ 鶏むね肉25.0g、絹ごし豆腐20.0g、パン粉 3.2g、たまねぎ10.0g、にんじん5.4g、ケチャップ1.0g ※りサラダ プロッコリー10.1g、カリフラワー8.1g、トマト6.8g かぶのスープ かぶ・葉6.8g、たまねぎ5.4g、昆布だし汁80.0g、しょうゆ0.6g さつまずお焼き さつまいも50.0g、絹ごし豆腐12.0g、小表粉1.2g、粉チーズ0.8g | 米14.0g、鶏ささみ12.0g、にんじん 4.0g、キャベツ6.4g、しょうゆ0.8g コココポテト じゃがいも20.0g、きゅうり8.0g 豆腐すまし汁 | ささみと野菜のおじや ※9.0g、鶏ささみ8.4g、にんじん2.8g、キャベツ4.5g マッシュポテト じゃがいも14.0g、きゅうり5.6g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐8.4g、たまねぎ5.6g、昆布だし汁44.8g オレンシ オレンシ16.8g 南瓜パン粥 食パン15.1g、かぼちゃ8.4g、育児用ミルク0.8g かぶと人参の煮物 かぶ14.0g、にんじん3.5g 7倍粥 ※9.0g 野菜そぼろあんかけ 鶏むね肉14.0g、絹ごし豆腐11.2g、たまねぎ5.6g、にんじん3.0g、片栗粉1.0g 彩りサラダ ブロッコリー5.7g、トマト3.8g かぶのスープ かぶ3.8g、たまねぎ3.0g、昆布だし汁44.8g さつま芋団子 さつまいも28.0g、絹ごし豆腐6.7g、粉チーズ0.4g ほうれん草のお浸し ほうれんぞう10.5g、にんじん3.5g、昆 | 米3.0g 人参ペースト にんじん10.0g 豆腐のスープ 絹ごし豆腐10.0g 昆布だし汁30.0g 配がびのペースト かぶ10.0g 人参のスープ にんじん7.0g 昆布だし汁30.0g |
| 日 水 20日 木 | 午前食 午後食 午前食 午後 | **27.0g、鶏ささみ15.0g、にんじん 5.0g、キャベツ8.0g、しょうゆ1.0g コロコポテト しゃがいも25.0g、きゅうり10.0g 豆腐すまし汁 網ごし豆腐15.0g、たまねぎ10.0g、昆布だし汁80.0g、しょうゆ0.5g オレンジ オレンジ30.0g 南瓜ペーストサンド 食パン27.0g、かぼちゃ15.0g 牛乳 4乳100.0g *** *** *** *** *** *** *** *** *** | 米14.0g、鶏ささみ12.0g、にんじん 4.0g、キャベツ6.4g、しょうゆ0.8g コココポテト じゃがいも20.0g、きゅうり8.0g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐12.0g、たまねぎ8.0g、昆布だ し汁64.0g、しょうゆ0.4g オレンジ オレンジ24.0g 南瓜ペーストサンド 食パン21.6g、かぼちゃ12.0g かぶと人参のグラッセ かぶ・葉20.0g、にんじん5.0g、パター0.6g 5倍粥 米14.0g ミートローフ 鶏むね肉20.0g、絹ごし豆腐16.0g、パン粉 2.5g、たまねぎ8.0g、にんじん4.3g、ケ チャップ0.8g 彩りサラダ ブロッコリー8.1g、トマト5.4g かぶのスープ かぶ・葉5.4g、たまねぎ4.3g、昆布だし汁 64.0g、しょうゆ0.5g さつまいも40.0g、絹ごし豆腐9.6g、小麦 粉1.0g、粉チーズ0.6g ほうれん草のお浸し ほうれん草のお浸し ほうれんすのお浸し ほうれんも5.0g、にんじん5.0g、昆布 だし汁10.0g、しょうゆ0.5g | ささみと野菜のおじや ※9.0g、鶏ささみ8.4g、にんじん2.8g、キャベツ4.5g マッシュポテト じゃがいも14.0g、きゅうり5.6g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐8.4g、たまねぎ5.6g、昆布だし汁44.8g オレンジ オレンジ16.8g 南瓜パン粥 食パン15.1g、かぼちゃ8.4g、育児用ミルク0.8g かぶと人参の無物 かぶ14.0g、にんじん3.5g 7倍粥 ※9.0g 野菜そぼろあんかけ 鶏むね肉14.0g、絹ごし豆腐11.2g、たまねぎ5.6g、にんじん3.0g、片栗粉1.0g 彩りサラダ ブロッコリー5.7g、トマト3.8g かぶのスープ かぶ3.8g、たまねぎ3.0g、昆布だし汁44.8g さつま学団子 さつまいも28.0g、絹ごし豆腐6.7g、粉チーズ0.4g ほうれん草のお浸し ほうれんそう10.5g、にんじん3.5g、昆布だし汁7.0g 野菜うどん | 米3.0g 人参ペースト にんじん10.0g 豆腐のスープ 絹ごし豆腐10.0g 昆布だし汁30.0g 10倍すりつぶし粥 米3.0g かぶのペースト かぶ10.0g 人参のスープ にんじん7.0g 昆布だし汁30.0g |
| 日 水 20日 木 21 | 午前食 午後食 午前食 午後 | **27.0g、鶏ささみ15.0g、にんじん 5.0g、キャベツ8.0g、しょうゆ1.0g コロコポテト じゃがいも25.0g、きゅうり10.0g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐15.0g、たまねぎ10.0g、昆布だし汁80.0g、しょうゆ0.5g オレンジ30.0g 南瓜ペーストサンド 食パン27.0g、かぼちゃ15.0g 牛乳 牛乳100.0g 軟飯 ※27.0g ミートローフ 鶏むね肉25.0g、絹ごし豆腐20.0g、パン粉 3.2g、たまねぎ10.0g、にんじん5.4g、ケチャッブ1.0g ※りサラダ プロッコリー10.1g、カリフラワー8.1g、トマト6.8g かぶのスープ かぶ・葉6.8g、たまねぎ5.4g、昆布だし汁80.0g、しょうゆ0.6g さつまずお焼き さつまいも50.0g、絹ごし豆腐12.0g、小麦粉1.2g、粉チーズ0.8g 牛乳 牛乳100.0g 野菜うどん ゆでうどん80.0g、豚肉16.9g、ほうれんそ | 米14.0g、鶏ささみ12.0g、にんじん 4.0g、キャベツ6.4g、しょうゆ0.8g コロコロポテト じゃがいも20.0g、きゅうり8.0g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐12.0g、たまねぎ8.0g、昆布だ し汁64.0g、しょうゆ0.4g オレンジ24.0g 南瓜ペーストサンド 食パン21.6g、かぼちゃ12.0g かぶと人参のグラッセ かぶ・葉20.0g、にんじん5.0g、パター0.6g 5倍粥 ※14.0g ミートローフ 鶏むね肉20.0g、絹ごし豆腐16.0g、パン粉 2.5g、たまねぎ8.0g、にんじん4.3g、ケ チャップ0.8g 彩りサラダ ブロッコリー8.1g、トマト5.4g かぶのスープ かぶ・葉5.4g、たまねぎ4.3g、昆布だし汁 64.0g、しょうゆ0.5g さつまずお焼き さつますもいも40.0g、絹ごし豆腐9.6g、小麦 粉1.0g、粉チーズ0.6g ほうれん草のお浸し ほうれん草のお浸し ほうれん草のお浸し ほうれん草のお浸し ほうれんず0.0g、鶏むね肉13.5g、ほうれ | ささみと野菜のおじや ※9.0g、鶏ささみ8.4g、にんじん2.8g、キャベツ4.5g マッシュポテト じゃがいも14.0g、きゅうり5.6g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐8.4g、たまねぎ5.6g、昆布だし汁44.8g オレンジ オレンジ16.8g 南瓜パン粥 食パン15.1g、かぼちゃ8.4g、育児用ミルク0.8g かぶと人参の集物 かぶ14.0g、にんじん3.5g 7倍粥 ※9.0g 野菜そぼろあんかけ 鶏むね肉14.0g、絹ごし豆腐11.2g、たまねぎ5.6g、にんじん3.0g、片栗粉1.0g 彩りサラダ ブロッコリー5.7g、トマト3.8g かぶのスープ かぶ3.8g、たまねぎ3.0g、昆布だし汁44.8g さつま芋団子 さつまいも28.0g、絹ごし豆腐6.7g、粉チーズ0.4g ほうれん草のお浸し ほうれんそう10.5g、にんじん3.5g、昆布だし汁7.0g 野菜ごとん | 米3.0g 人参ペースト にんじん10.0g 豆腐のスープ 絹ごし豆腐10.0g 昆布だし汁30.0g 配布だし汁30.0g 大多のスープ にんじん7.0g 昆布だし汁30.0g |
| 日 水 20日 木 21日 : | 午前食 午後食 午前食 午後食 午 | #27.0g、鶏ささみ15.0g、にんじん 5.0g、キャペツ8.0g、しょうゆ1.0g コココポテト しゃがいも25.0g、きゅうり10.0g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐15.0g、たまねぎ10.0g、昆布だし汁80.0g、しょうゆ0.5g オレンジ オレンジ30.0g 南瓜ペーストサンド 食パン27.0g、かぼちゃ15.0g 牛乳 牛乳100.0g 軟飯 ※27.0g ミートローフ 鶏むね肉25.0g、絹ごし豆腐20.0g、パン粉3.2g、たまねぎ10.0g、にんじん5.4g、ケチャップ1.0g ドウナラダ プロッコリー10.1g、カリフラワー8.1g、トマト6.8g かぶのスープ かぶ・葉6.8g、たまねぎ5.4g、昆布だし汁80.0g、しょうゆ0.6g さつまずお焼き さつまいも50.0g、絹ごし豆腐12.0g、小麦粉1.2g、粉チーズ0.8g 牛乳 牛乳100.0g 野菜うどん ゆでうどん80.0g、豚肉16.9g、ほうれんぞう10.1g、にんじん5.4g、ねぎ5.4g、かつおだし汁80.0g、しょうゆ0.7g | 米14.0g、鶏ささみ12.0g、にんじん 4.0g、キャベツ6.4g、しょうゆ0.8g コココポテト じゃがいも20.0g、きゅうり8.0g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐12.0g、たまねぎ8.0g、昆布だし汁64.0g、しょうゆ0.4g オレンジ オレンジ24.0g 南瓜ペーストサンド 食パン21.6g、かぼちゃ12.0g かぶと人参のグラッセ かぶ・葉20.0g、にんじん5.0g、パター0.6g 5倍粥 ※14.0g ミートローフ 鶏むね肉20.0g、絹ごし豆腐16.0g、パン粉2.5g、たまねぎ8.0g、にんじん4.3g、ケチャップ0.8g 彩サラダ ブロッコリー8.1g、トマト5.4g かぶのスープ かぶ・葉5.4g、たまねぎ4.3g、昆布だし汁64.0g、しょうゆ0.5g さつまずお焼き さつまいも40.0g、絹ごし豆腐9.6g、小麦粉1.0g、粉チーズ0.6g ほうれんぞう15.0g、にんじん5.0g、昆布だし汁10.0g、しょうゆ0.5g 野菜うどん ゆでうどん70.0g、鶏むね肉13.5g、ほうれんそう8.1g、にんじん5.0g、たまねぎ5.0g、尾布だし汁70.0g、しょうゆ0.5g | ささみと野菜のおじや ※9.0g、鶏ささみ8.4g、にんじん2.8g、キャベツ4.5g マッシュポテト じゃがいも14.0g、きゅうり5.6g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐8.4g、たまねぎ5.6g、昆布だし汁44.8g オレンシ オレンジ16.8g 南瓜パン粥 食パン15.1g、かぼちゃ8.4g、育児用ミルク0.8g かぶと人参の煮物 かぶ14.0g、にんじん3.5g ア倍粥 ※9.0g 野菜そぼろあんかけ 鶏むね肉14.0g、絹ごし豆腐11.2g、たまねぎ5.6g、にんじん3.0g、片栗粉1.0g 彩りサラダ ブロッコリー5.7g、トマト3.8g かぶのスープ かぶ3.8g、たまねぎ3.0g、昆布だし汁44.8g さつま芋団子 さつまいも28.0g、絹ごし豆腐6.7g、粉チズ0.4g ほうれん草のお浸し ほうれんぞう10.5g、にんじん3.5g、昆布だし汁7.0g 野菜ろどん ゆでうどん60.0g、鶏むね肉9.5g、ほうれんそう5.7g、にんじん3.5g、たまねぎ3.5g、にまねぎ3.5g、にまねぎ3.5g、昆布だし汁49.0g、片栗粉1.0g | 米3.0g 人参ペースト にんじん10.0g 豆腐のスープ 絹ごし豆腐10.0g 昆布だし汁30.0g 見布だし汁30.0g かぶのペースト かぶ10.0g 人参のスープ にんじん7.0g 昆布だし汁30.0g 10倍すりつぶし粥 ※3.0g ないようでし汁30.0g |
| 日 水 20日 木 21 | 午前食 午後食 午前食 午後食 午前 | **27.0g、鶏ささみ15.0g、にんじん 5.0g、キャベツ8.0g、しょうゆ1.0g コココポテト しゃがいも25.0g、きゅうり10.0g 豆腐すまし汁 網ごし豆腐15.0g、たまねぎ10.0g、昆布だし汁80.0g、しょうゆ0.5g オレンジ30.0g 南瓜ペーストサンド 食パン27.0g、かぼちゃ15.0g 牛乳100.0g 教飯 ※27.0g ・トローフ 鶏むね肉25.0g、絹ごし豆腐20.0g、パン粉3.2g、たまねぎ10.0g、にんじん5.4g、ケチャップ1.0g **がリナラダ プロッコリー10.1g、カリフラワー8.1g、トマト6.8g かぶのスープ かぶ・葉6.8g、たまねぎ5.4g、昆布だし汁80.0g、しょうゆ0.6g さつますお焼き さつまいも50.0g、絹ごし豆腐12.0g、小麦粉1.2g、粉チーズ0.8g 牛乳 牛乳100.0g 野菜うどん ゆでうどん80.0g、豚肉16.9g、ほうれんそう10.1g、にんじん5.4g、ねぎ5.4g、かつ オピートポテトサラダ | 米14.0g、鶏ささみ12.0g、にんじん 4.0g、キャベツ6.4g、しょうゆ0.8g コココポテト じゃがいも20.0g、きゅうり8.0g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐12.0g、たまねぎ8.0g、昆布だし汁64.0g、しょうゆ0.4g オレンジンオレンジンオレンジンストサンド 食パン21.6g、かぼちゃ12.0g かぶと人参のグラッセ かぶ・葉20.0g、にんじん5.0g、パター0.6g 5倍粥 ※14.0g ミートローフ 鶏むね肉20.0g、絹ごし豆腐16.0g、パン粉2.5g、たまねぎ8.0g、にんじん4.3g、ケチャップ0.8g ※りサラダ ブロッコリー8.1g、トマト5.4g かぶのスープ かぶ・葉5.4g、たまねぎ4.3g、昆布だし汁64.0g、しょうゆ0.5g さつまいも40.0g、絹ごし豆腐9.6g、小麦粉1.0g、粉チーズ0.6g ほうれん草のお浸し ほうれんそう15.0g、にんじん5.0g、昆布だし汁10.0g、しょうゆ0.5g 野菜うどん ゆでうどん70.0g、鶏むね肉13.5g、ほうれんそう8.1g、にんじん5.0g、たまねぎ5.0g、ほうれんそう0g、見布だし汁70.0g、鶏むね肉13.5g、ほうれんそう8.1g、にんじん5.0g、たまねぎ5.0g、見布だし汁70.0g、りょうゆ0.5g さつま芋煮 | ささみと野菜のおじや ※9.0g、鶏ささみ8.4g、にんじん2.8g、キャペツ4.5g マッシュポテト じゃがいも14.0g、きゅうり5.6g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐8.4g、たまねぎ5.6g、昆布だし汁44.8g オレンジ カレンジ16.8g 南瓜パン粥 食パン15.1g、かぼちゃ8.4g、育児用ミルク0.8g かぶと人参の無物 かぶ14.0g、にんじん3.5g 7倍粥 ※9.0g 野菜そぼろあんかけ 鶏むね肉14.0g、絹ごし豆腐11.2g、たまねぎ5.6g、にんじん3.0g、片栗粉1.0g 彩りサラダ ブロッコリー5.7g、トマト3.8g かぶのスープ かぶのスープ かぶ3.8g、たまねぎ3.0g、昆布だし汁44.8g さつま芋団子 さつまいも28.0g、絹ごし豆腐6.7g、粉チーズ0.4g ほうれん草のお浸し ほうれんそう10.5g、にんじん3.5g、昆布だし汁7.0g 野菜うどん ゆでうどん60.0g、鶏むね肉9.5g、ほうれんそう5.7g、にんじん3.5g、たまねぎ3.5g、にまる3.5g、ほうまります。ままたし汁49.0g、片栗粉1.0g | 米3.0g 人参ペースト にんじん10.0g 豆腐のスープ 絹ごし豆腐10.0g 昆布だし汁30.0g 見布だし汁30.0g 人参のスープ にんじん7.0g 昆布だし汁30.0g 人参のスープ にんじん7.0g 見布だし汁30.0g |
| 日 水 20日 木 21日 . | 午前食 午後食 午前食 午後食 午 | #27.0g、鶏ささみ15.0g、にんじん 5.0g、キャベツ8.0g、しょうゆ1.0g コココポテト しゃがいも25.0g、きゅうり10.0g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐15.0g、たまねぎ10.0g、昆布だし汁80.0g、しょうゆ0.5g オレンジ オレンジ30.0g 南瓜ペーストサンド 食パン27.0g、かぼちゃ15.0g 牛乳100.0g 軟飯 ※27.0g ニートローフ 鶏むね肉25.0g、絹ごし豆腐20.0g、パン粉 3.2g、たまねぎ10.0g、にんじん5.4g、ケチャッブ1.0g 彩りサラダ フロッコリー10.1g、カリフラワー8.1g、トマト6.8g かぶのスープ かぶ、葉6.8g、たまねぎ5.4g、昆布だし汁80.0g、しょうゆ0.6g さつま芋お焼き さつまいも50.0g、絹ごし豆腐12.0g、小麦 粉1.2g、粉チーズ0.8g 牛乳 牛乳100.0g 野菜うどん ゆでうどん80.0g、豚肉16.9g、ほうれんそう10.1g、にんじん5.4g、ねぎ5.4g、かつおだし汁80.0g、しょうゆ0.7g スイートポテトサラダ さつまいも30.4g、きゅうり6.8g、干しぶとう3.4g | 米14.0g、鶏ささみ12.0g、にんじん 4.0g、キャベツ6.4g、しょうゆ0.8g コココポテト じゃがいも20.0g、きゅうり8.0g 豆腐すまし汁 縄ごし豆腐12.0g、たまねぎ8.0g、昆布だし汁64.0g、しょうゆ0.4g オレンジオレンジ24.0g 南瓜ペーストサンド 食パン21.6g、かぼちゃ12.0g かぶと参のグラッセ かぶ・葉20.0g、にんじん5.0g、パター0.6g 5倍粥 ※14.0g ミートローフ 鶏むね肉20.0g、絹ごし豆腐16.0g、パン粉2.5g、たまねぎ8.0g、にんじん4.3g、ケチャップ0.8g ※りサラダ ブロッコリー8.1g、トマト5.4g かぶのスープ かぶ・葉5.4g、たまねぎ4.3g、昆布だし汁64.0g、しょうゆ0.5g さつまずお焼き さつまいも40.0g、絹ごし豆腐9.6g、小麦粉1.0g、粉チーズ0.6g ほうれんそう15.0g、にんじん5.0g、昆布だし汁10.0g、しょうゆ0.5g 野菜うどん ゆでうどん70.0g、鶏むね肉13.5g、ほうれんそう8.1g、にんじん5.0g、たまねぎ5.0g、にあたり.5g でつまず素 さつまいも25.0g パナナ | ささみと野菜のおじや ※9.0g、鶏ささみ8.4g、にんじん2.8g、キャベツ4.5g マッシュポテト じゃがいも14.0g、きゅうり5.6g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐8.4g、たまねぎ5.6g、昆布だし汁44.8g オレンジ オレンジ16.8g 南瓜パン粥 食パン15.1g、かぼちゃ8.4g、育児用ミルク0.8g かぶと人参の素物 かぶ14.0g、にんじん3.5g 野菜そぼろあんかけ 鶏むね内14.0g、絹ごし豆腐11.2g、たまねぎ5.6g、にんじん3.0g、片栗粉1.0g 彩りサラダ ブロッコリー5.7g、トマト3.8g かぶのスープ かぶ3.8g、たまねぎ3.0g、昆布だし汁44.8g さつま芋団子 さつまいも28.0g、絹ごし豆腐6.7g、粉チーズ0.4g ほうれんそう10.5g、にんじん3.5g、ほうれんぞう5.7g、にんじん3.5g、たまねぎ3.0g、ほうれんそう5.7g、にんじん3.5g、たまねぎ3.5g、見布だし汁7.0g | 米3.0g 人参ペースト にんじん10.0g 豆腐のスープ 絹ごし豆腐10.0g 昆布だし汁30.0g 見布だし汁30.0g かぶのペースト かぶ10.0g 人参のスープ にんじん7.0g 昆布だし汁30.0g 10倍すりつぶし粥 ※3.0g ないようでし汁30.0g |
| 日 水 20日 木 21日 | 午前食 午後食 午前食 午後食 午前 | **27.0g、鶏ささみ15.0g、にんじん 5.0g、キャペツ8.0g、しょうゆ1.0g コココポテト しゃがいも25.0g、きゅうり10.0g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐15.0g、たまねぎ10.0g、昆布だし汁80.0g、しょうゆ0.5g オレンジ オレンジ30.0g 南瓜ペーストサンド 食パン27.0g、かぼちゃ15.0g 牛乳 100.0g 軟飯 ※27.0g ミートローフ 鶏むね肉25.0g、絹ごし豆腐20.0g、パン粉 3.2g、たまねぎ10.0g、にんじん5.4g、ケチャップ1.0g *** **7ロッコリー10.1g、カリフラワー8.1g、トマト6.8g かぶのスープ かぶ・葉6.8g、たまねぎ5.4g、昆布だし汁 80.0g、しょうゆ0.6g さつま芋お焼き さつまいも50.0g、絹ごし豆腐12.0g、小麦粉1.2g、粉チーズ0.8g 牛乳 100.0g 野菜うどん ゆでうどん80.0g、豚肉16.9g、ほうれんそう10.1g、にんじん5.4g、ねぎ5.4g、かつまじし汁80.0g、しょうゆ0.7g スイートボテトサラダ さつまいも30.4g、きゅうり6.8g、干しぶどう3.4g パナナ | 米14.0g、鶏ささみ12.0g、にんじん 4.0g、キャベツ6.4g、しょうゆ0.8g コココポテト じゃがいも20.0g、きゅうり8.0g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐12.0g、たまねぎ8.0g、昆布だ し汁64.0g、しょうゆ0.4g オレンジ オレンジ24.0g 南瓜ペーストサンド 食パン21.6g、かぼちゃ12.0g かぶと人参のグラッセ かぶ・葉20.0g、にんじん5.0g、パター0.6g 5倍粥 ※14.0g ミートローフ 鶏むね肉20.0g、絹ごし豆腐16.0g、パン粉 2.5g、たまねぎ8.0g、にんじん4.3g、ケ チャップ0.8g 彩りサラダ ブロッコリー8.1g、トマト5.4g かぶのスープ かぶ・葉5.4g、たまねぎ4.3g、昆布だし汁 64.0g、炉・フンまりか0.5g さつますお焼き さつまいも40.0g、絹ごし豆腐9.6g、小麦 粉1.0g、粉チーズ0.6g ほうれん草のお浸し ほうれんぞう15.0g、にんじん5.0g、昆布 だし汁10.0g、りょうゆ0.5g 野菜うどん ゆでうどん70.0g、鶏むね肉13.5g、ほうれ んそう8.1g、にんじん5.0g、たまねぎ 5.0g、昆布だし汁70.0g、しょうゆ0.5g | ささみと野菜のおじや ※9.0g、鶏ささみ8.4g、にんじん2.8g、キャベツ4.5g マッシュポテト じゃがいも14.0g、きゅうり5.6g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐8.4g、たまねぎ5.6g、昆布だし汁44.8g オレンジ オレンジ16.8g 南瓜パン粥 食パン15.1g、かぼちゃ8.4g、育児用ミルク0.8g かぶと人参の無物 かぶ14.0g、にんじん3.5g 7倍粥 ※9.0g 野菜そぼろあんかけ 鶏むね肉14.0g、絹ごし豆腐11.2g、たまねぎ5.6g、にんじん3.0g、片栗粉1.0g 彩りサラダ ブロッコリー5.7g、トマト3.8g かぶのスープ かぶ3.8g、たまねぎ3.0g、昆布だし汁44.8g さつま芋団子 さつまりする。たんじん3.5g、昆布だし汁44.8g ほうれん草のお浸し ほうれんそう10.5g、にんじん3.5g、ほうれんそう5.7g、にんじん3.5g、たまねぎ 3.5g、昆布だし汁49.0g、片栗粉1.0g | 米3.0g 人参ペースト にんじん10.0g 豆腐のスープ 絹ごし豆腐10.0g 昆布だし汁30.0g 見布だし汁30.0g 大多のスープ にんじん7.0g 昆布だし汁30.0g 大きのスープ にんじん7.0g 見布だし汁30.0g ほうまずペースト さつまいも10.0g ほうれん草のスープ ほうれんぞう7.0g |
| 日 水 20日 木 21日 | 午前食 午後食 午前食 午後食 午前 | **27.0g、鶏ささみ15.0g、にんじん 5.0g、キャベツ8.0g、しょうゆ1.0g コロコポテト しゃがいも25.0g、きゅうり10.0g 豆腐すまし汁 網ごし豆腐15.0g、たまねぎ10.0g、昆布だし汁80.0g、しょうゆ0.5g オレンジ30.0g 南瓜ペーストサンド 食パン27.0g、かぼちゃ15.0g 牛乳 牛乳100.0g 軟飯 ※27.0g ミートローフ 鶏むね肉25.0g、絹ごし豆腐20.0g、パン粉 3.2g、たまねぎ10.0g、にんじん5.4g、ケチャッブ1.0g *** ******************************* | 米14.0g、鶏ささみ12.0g、にんじん 4.0g、キャベツ6.4g、しょうゆ0.8g コココポテト じゃがいも20.0g、きゅうり8.0g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐12.0g、たまねぎ8.0g、昆布だ し汁64.0g、しょうゆ0.4g オレンジ オレンジ24.0g 南瓜ペーストサンド 食パン21.6g、かぼちゃ12.0g かぶと人参のグラッセ かぶ・葉20.0g、にんじん5.0g、バター0.6g 5倍粥 ※14.0g ミートローフ 鶏むね肉20.0g、絹ごし豆腐16.0g、パン粉 2.5g、たまねぎ8.0g、にんじん4.3g、ケ チャップ0.8g ※りサラダ ブロッコリー8.1g、トマト5.4g かぶのスープ かぶ・葉5.4g、たまねぎ4.3g、昆布だし汁 64.0g、しょうゆ0.5g さつまいも40.0g、絹ごし豆腐9.6g、小麦 粉1.0g、粉チーズ0.6g ほうれん草のお浸し ほうれん草のお浸し ほうれんぞう15.0g、にんじん5.0g、昆布 だし汁10.0g、しょうゆ0.5g 野菜うどん ゆでうどん70.0g、鶏むね肉13.5g、ほうれんそう8.1g、にんじん5.0g、たまねぎ 5.0g、昆布だし汁70.0g、しょうゆ0.5g さつま芋煮 さつまいも25.0g パナナ パナナ32.4g | ささみと野菜のおじや ※9.0g、鶏ささみ8.4g、にんじん2.8g、キャベツ4.5g マッシュポテト じゃがいも14.0g、きゅうり5.6g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐8.4g、たまねぎ5.6g、昆布だし汁44.8g オレンジ オレンジ16.8g 南瓜パン粥 食パン15.1g、かぼちゃ8.4g、育児用ミルク0.8g かぶと人参の瘍物 かぶ14.0g、にんじん3.5g 7倍粥 ※9.0g 野菜そぼろあんかけ 鶏むね肉14.0g、絹ごし豆腐11.2g、たまねぎ5.6g、にんじん3.0g、片栗粉1.0g 彩りサラダ ブロッコリー5.7g、トマト3.8g かぶのスープ かぶ3.8g、たまねぎ3.0g、昆布だし汁44.8g さつま学団子 さつまいも28.0g、絹ごし豆腐6.7g、粉チーズ0.4g ほうれん草のお浸し ほうれんそう10.5g、にんじん3.5g、ほうれんぞう5.7g、にんじん3.5g、たまねぎ3.5g、見布だし汁7.0g 野菜うどん ゆでうどん60.0g、鶏むね肉9.5g、ほうれんそう5.7g、にんじん3.5g、たまねぎ3.5g、見布だし汁49.0g、片栗粉1.0g さつま学素 さつまいも17.5g バナナ バナナ22.7g | 米3.0g 人参ペースト にんじん10.0g 豆腐のスープ 絹ごし豆腐10.0g 昆布だし汁30.0g 見布だし汁30.0g 大多のスープ にんじん7.0g 昆布だし汁30.0g 大きのスープ にんじん7.0g 見布だし汁30.0g ほうまだパースト さつまいも10.0g ほうれん草のスープ ほうれんぞう7.0g |
| 日 水 20日 木 21日 | 午前食 午後食 午前食 午後食 午前食 午 | **27.0g、鶏ささみ15.0g、にんじん 5.0g、キャベツ8.0g、しょうゆ1.0g コココポテト しゃがいも25.0g、きゅうり10.0g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐15.0g、たまねぎ10.0g、昆布だし汁80.0g、しょうゆ0.5g オレンジ オレンジ30.0g 南瓜ペーストサンド 食パン27.0g、かぼちゃ15.0g 牛乳100.0g 軟飯 ※27.0g ミートローフ 鶏むね肉25.0g、絹ごし豆腐20.0g、パン粉 3.2g、たまねぎ10.0g、にんじん5.4g、ケチャッブ1.0g *** アロッコリー10.1g、カリフラワー8.1g、トマト6.8g かぶのスープ かぶ、葉6.8g、たまねぎ5.4g、昆布だし汁80.0g、しょうゆ0.6g さつま芋お焼き さつまいも50.0g、絹ごし豆腐12.0g、小麦 粉1.2g、粉チーズ0.8g 牛乳 牛乳100.0g 野菜うどん ゆでうどん80.0g、豚肉16.9g、ほうれんそう10.1g、にんじん5.4g、ねぎ5.4g、かつおだし汁80.0g、しょうゆ0.7g スイートポテトサラダ さつまいも30.4g、きゅうり6.8g、干しぶとう3.4g パナナ バナナ40.5g ひじきごはん ※27.0g、ひじき1.4g、にんじん3.2g、 | 米14.0g、鶏ささみ12.0g、にんじん 4.0g、キャベツ6.4g、しょうゆ0.8g コココポテト じゃがいも20.0g、きゅうり8.0g 豆腐すまし汁 縄ごし豆腐12.0g、たまねぎ8.0g、昆布だし汁64.0g、しょうゆ0.4g オレンジオレンジ24.0g 南瓜ペーストサンド 食パン21.6g、かぼちゃ12.0g かぶと参のグラッセ かぶ・葉20.0g、にんじん5.0g、パター0.6g 5倍粥 ※14.0g ミートローフ 鶏むね肉20.0g、絹ごし豆腐16.0g、パン粉2.5g、たまねぎ8.0g、にんじん4.3g、ケチャップ0.8g ※りサラダ ブロッコリー8.1g、トマト5.4g かぶのスープ かぶ・葉5.4g、たまねぎ4.3g、昆布だし汁64.0g、しょうゆ0.5g さつますお焼き さつまいも40.0g、絹ごし豆腐9.6g、小麦粉1.0g、粉チーズ0.6g ほうれんそう15.0g、にんじん5.0g、昆布だし汁10.0g、しょうゆ0.5g 野菜うどん ゆでうどん70.0g、鶏むね肉13.5g、ほうれんそう8.1g、にんじん5.0g、たまねぎ5.0g、昆布だし汁70.0g、しょうゆ0.5g でうざん70.0g、鶏むね肉13.5g、ほうれんそう8.1g、にんじん5.0g、たまねぎ5.0g、昆布だし汁70.0g、しょうゆ0.5g でつます煮 さつまいも25.0g パナナ バナナ32.4g | ささみと野菜のおじや ※9.0g、鶏ささみ8.4g、にんじん2.8g、キャベツ4.5g マッシュポテト じゃがいも14.0g、きゅうり5.6g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐8.4g、たまねぎ5.6g、昆布だし汁44.8g オレンジ オレンジ16.8g 南瓜パン粥 食パン15.1g、かぼちゃ8.4g、育児用ミルク0.8g かぶと人参の集物 かぶ14.0g、にんじん3.5g 7倍粥 ※9.0g 野菜そぼろあんかけ 鶏むね肉14.0g、絹ごし豆腐11.2g、たまねぎ5.6g、にんじん3.0g、片栗粉1.0g 彩りサラダ ブロッコリー5.7g、トマト3.8g かぶのスープ かぶ3.8g、たまねぎ3.0g、昆布だし汁44.8g さつま芋団子 さつまいも28.0g、絹ごし豆腐6.7g、粉チーズ0.4g ほうれん草のお浸し ほうれんそう10.5g、にんじん3.5g、ほうれんぞう5.7g、にんじん3.5g、たまねぎ3.5g、ほうれんそう5.7g、にんじん3.5g、たまねぎつまいも17.5g アナーバナナ22.7g | 米3.0g 人参ペースト にんじん10.0g 豆腐のスープ 絹ごし豆腐10.0g 昆布だし汁30.0g 見布だし汁30.0g 大多のスープ にんじん7.0g 昆布だし汁30.0g 大きのスープ にんじん7.0g 見布だし汁30.0g ほうまだパースト さつまいも10.0g ほうれん草のスープ ほうれんぞう7.0g |
| 日 水 20日 木 21日 | 午前食 午後食 午前食 午後食 午前食 午後 | #27.0g、鶏ささみ15.0g、にんじん 5.0g、キャペツ8.0g、しょうゆ1.0g コココポテト しゃがいも25.0g、きゅうり10.0g 豆腐すまし汁 網ごし豆腐15.0g、たまねぎ10.0g、昆布だし汁80.0g、しょうゆ0.5g オレンジ オレンジ30.0g 南瓜ペーストサンド 食パン27.0g、かぼちゃ15.0g 牛乳 牛乳100.0g 軟飯 ※27.0g ミートローフ 鶏むね肉25.0g、絹ごし豆腐20.0g、パン粉3.2g、たまねぎ10.0g、にんじん5.4g、ケチャップ1.0g *** アロッコリー10.1g、カリフラワー8.1g、トマト6.8g かぶのスープ かぶ・葉6.8g、たまねぎ5.4g、昆布だし汁80.0g、しょうゆ0.6g さつまいも50.0g、絹ごし豆腐12.0g、小麦粉1.2g、粉チーズ0.8g 牛乳 牛乳100.0g 野菜うどん ゆでうざん80.0g、豚肉16.9g、ほうれんぞう10.1g、にんじん5.4g、ねぎ5.4g、かつまじし汁80.0g、しょうゆ0.7g スイートポテトサラダ さつまいも30.4g、きゅうり6.8g、干しぶどう3.4g パナナ バナナ40.5g ひじきごはん 米27.0g、ひじき1.4g、にんじん3.2g、しょうゆ1.0g | 米14.0g、鶏ささみ12.0g、にんじん 4.0g、キャベツ6.4g、しょうゆ0.8g コココポテト じゃがいも20.0g、きゅうり8.0g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐12.0g、たまねぎ8.0g、昆布だ し汁64.0g、しょうゆ0.4g オレンジ オレンジ24.0g 南瓜ペーストサンド 食パン21.6g、かぼちゃ12.0g かぶと人参のグラッセ かぶ・葉20.0g、にんじん5.0g、バター0.6g 5倍粥 ※14.0g ミートローフ 鶏むね肉20.0g、絹ごし豆腐16.0g、パン粉 2.5g、たまねぎ8.0g、にんじん4.3g、ケ チャップ0.8g ※りサラダ ブロッコリー8.1g、トマト5.4g かぶのスープ かぶ・葉5.4g、たまねぎ4.3g、昆布だし汁 64.0g、しょうゆ0.5g さつまいも40.0g、絹ごし豆腐9.6g、小麦 粉1.0g、粉チーズ0.6g ぼうれんぞう15.0g、にんじん5.0g、昆布 たし汁10.0g、しょうゆ0.5g 野菜うどん ゆでうどん70.0g、鶏むね肉13.5g、ほうれんそう8.1g、にんじん5.0g、たまねぎ 5.0g、昆布だし汁70.0g、たまねぎ 5.0g、昆布だし汁70.0g、しょうゆ0.5g さつま芋煮 さつまいも25.0g パナナ パナナコ2.4g | ささみと野菜のおじや ※9.0g、鶏ささみ8.4g、にんじん2.8g、キャベツ4.5g マッシュポテト じゃがいも14.0g、きゅうり5.6g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐8.4g、たまねぎ5.6g、昆布だし汁44.8g オレンジ オレンジ16.8g 南瓜パン粥 食パン15.1g、かぼちゃ8.4g、育児用ミルク0.8g かぶと人参の瘍物 かぶ14.0g、にんじん3.5g 7倍粥 ※9.0g 野菜そぼろあんかけ 鶏むね肉14.0g、絹ごし豆腐11.2g、たまねぎ5.6g、にんじん3.0g、片栗粉1.0g 彩りサラダ ブロッコリー5.7g、トマト3.8g かぶのスープ かぶ3.8g、たまねぎ3.0g、昆布だし汁44.8g さつま学団子 さつまいも28.0g、絹ごし豆腐6.7g、粉チーズ0.4g ほうれん草のお浸し ほうれんそう10.5g、にんじん3.5g、ほうれんぞう5.7g、にんじん3.5g、たまねぎ3.5g、見布だし汁7.0g 野菜うどん ゆでうどん60.0g、鶏むね肉9.5g、ほうれんそう5.7g、にんじん3.5g、たまねぎ3.5g、見布だし汁49.0g、片栗粉1.0g さつま学素 さつまいも17.5g バナナ バナナ22.7g | 米3.0g 人参ペースト にんじん10.0g 豆腐のスープ 絹ごし豆腐10.0g 昆布だし汁30.0g 見布だし汁30.0g 大多のスープ にんじん7.0g 昆布だし汁30.0g 大きのスープ にんじん7.0g 見布だし汁30.0g ほうまだパースト さつまいも10.0g ほうれん草のスープ ほうれんぞう7.0g |
| 日 水 20日 木 21日 : | 午前食 午後食 午前食 午後食 午前食 午 | **27.0g、鶏ささみ15.0g、にんじん 5.0g、キャペツ8.0g、しょうゆ1.0g コココポテト しゃがいも25.0g、きゅうり10.0g 豆腐すまし汁 絹ごし豆腐15.0g、たまねぎ10.0g、昆布だし汁80.0g、しょうゆ0.5g オレンジ3カレンジカレンジカレンジカレンジカレンジカレンジカレンジの.0g 南瓜ペーストサンド 食パン27.0g、かぼちゃ15.0g 牛乳100.0g 軟飯 ※27.0g ミートローフ 鶏むね肉25.0g、絹ごし豆腐20.0g、パン粉3.2g、たまねぎ10.0g、にんじん5.4g、ケチャップ1.0g 彩りサラダフロッコリー10.1g、カリフラワー8.1g、トマト6.8g かぶのスープかぶ・葉6.8g、たまねぎ5.4g、昆布だし汁80.0g、しょうゆ0.6g さつまずお焼きさつまいも50.0g、絹ごし豆腐12.0g、小麦粉1.2g、粉チーズ0.8g 牛乳100.0g 野菜うどん ゆでうどん80.0g、豚肉16.9g、ほうれんそう10.1g、にんじん5.4g、ねぎ5.4g、かつおだし汁80.0g、しょうゆ0.7g スイートボテトサラダさつまいも30.4g、きゅうり6.8g、干しぶとう3.4g バナナバナナ40.5g ひじきごはん ※27.0g、ひじき1.4g、にんじん3.2g、しょうゆ1.0g | 米14.0g、鶏ささみ12.0g、にんじん 4.0g、キャベツ6.4g、しょうゆ0.8g コココポテト じゃがいも20.0g、きゅうり8.0g 豆腐すまし汁 縄ごし豆腐12.0g、たまねぎ8.0g、昆布だし汁64.0g、しょうゆ0.4g オレンジ オレンジ24.0g 南瓜ペーストサンド 食パン21.6g、かぼちゃ12.0g かぶと人参のグラッセ かぶ・葉20.0g、にんじん5.0g、パター0.6g 5倍粥 ※14.0g ミートローフ 鶏むね肉20.0g、絹ごし豆腐16.0g、パン粉2.5g、たまねぎ8.0g、にんじん4.3g、ケチャップ0.8g 彩サラダ ブロッコリー8.1g、トマト5.4g かぶのスープ かぶ・葉5.4g、たまねぎ4.3g、昆布だし汁64.0g、しょうゆ0.5g さつまずお焼き さつまいも40.0g、絹ごし豆腐9.6g、小麦粉1.0g、粉チーズ0.6g ほうれん草のお浸し ほうれんそう15.0g、にんじん5.0g、昆布だし汁10.0g、しょうゆ0.5g 野菜うどん ゆでうどん70.0g、鶏むね肉13.5g、ほうれんそう8.1g、にんじん5.0g、たまねぎ5.0g、昆布だし汁70.0g、しょうゆ0.5g さつまず煮 さつまいも25.0g アナナ バナナ32.4g | ささみと野菜のおじや ※9.0g、鶏ささみ8.4g、にんじん2.8g、キャベツ4.5g マッシュポテト じゃがいも14.0g、きゅうり5.6g 豆腐すまし汁 網ごし豆腐8.4g、たまねぎ5.6g、昆布だし汁44.8g オレンシ オレンジ16.8g 南瓜パン粥 食パン15.1g、かぼちゃ8.4g、育児用ミルク0.8g かぶと人参の煮物 かぶ14.0g、にんじん3.5g 7倍粥 ※9.0g 野菜そぼろあんかけ 鶏むね肉14.0g、絹ごし豆腐11.2g、たまねぎ5.6g、にんじん3.0g、片栗粉1.0g 彩りサラダ ブロッコリー5.7g、トマト3.8g かぶのスープ かぶ3.8g、たまねぎ3.0g、昆布だし汁44.8g さつま芋団子 さつまいも28.0g、絹ごし豆腐6.7g、粉チーズ0.4g ほうれん草のお浸し ほうれんそう10.5g、にんじん3.5g、ほあだし汁7.0g 野菜うどん ゆでうどん60.0g、鶏むね肉9.5g、ほうれんそう5.7g、にんじん3.5g、たまねぎ3.5g、たまねぎ3.5g、たまねぎ3.5g、にあじか3.5g、たまねぎ3.5g、にあじりますままっまいも17.5g パナナ バナナ22.7g | 米3.0g 人参ペースト にんじん10.0g 豆腐のスープ 絹ごし豆腐10.0g 昆布だし汁30.0g 見布だし汁30.0g 大多のスープ にんじん7.0g 昆布だし汁30.0g 大きのスープ にんじん7.0g 見布だし汁30.0g ほうまだパースト さつまいも10.0g ほうれん草のスープ ほうれんぞう7.0g |

| | === | 2023年04月 離乳完了期 (12~18ヶ月頃) | 離乳段トレス離乳後期 (9~11ヶ月頃) | 離乳中期 (7~8ヶ月頃) | 離乳初期 (5~6ヶ月頃) | |
|----|----------|---|---|--|-------------------------------|--|
| | | 軟飯 | 5倍粥 | 7倍粥 | 10倍すりつぶし粥 | |
| 22 | | 米27.0g 関連スピスト服芸の書物 | 米14.0g 鶏そぼろと野菜の煮物 | 米9.0g 鶏そぼろと野菜の煮物 | 米3.0g 人参ペースト | |
| - | 午 | | 舞ではつと野来の無物 鶏むね肉12.0g、こまつな12.0g、にんじん | | | |
| 土 | 一前 | 10.0g、しょうゆ1.0g、昆布だし汁 | 8.0g、しょうゆ0.8g、昆布だし汁32.0g、 片栗粉1.2g | 5.6g、昆布だし汁22.4g、片栗粉0.8g | 小松菜のスープ | |
| | | 40.0g、片栗粉1.5g わかめスープ | カ 未初 1.2g わかめスープ | わかめスープ | こまつな7.0g 昆布だし汁30.0g | |
| | | 乾燥わかめ0.8g、いんけん5.0g、昆布たし | 乾燥わかめ0.6g、いんげん4.0g、昆布だし | 乾燥わかめ0.4g、いんげん2.8g、昆布だ | 18/18/2 07/ 00.0g | |
| | | 汁80.0g | 汁64.0g | し汁44.8g | | |
| | | — · · · · · | きな粉サンド | きな粉パン粥 | | |
| | 午後 | 食パン27.0g、きな粉3.0g 牛乳 | 食パン21.6g、きな粉2.4g 人参煮 | 食パン15.1g、きな粉1.7g、育児用ミル ク0.8g | | |
| | 食 | する 生乳100.0g | ハシ 無 にんじん20.0g | 人参煮 | | |
| | | △1 95, | 食パン | にんじん14.0g | 10倍すりつぶし粥 | |
| 24 | | 食パン 食パン27.0g | 食パン21.6g | パン粥 食パン15.1g、育児用ミルク0.8g | 10 亩9りついい 米3.0g | |
| | | | 白身魚のチーズ焼き | | 白身魚ペースト | |
| 月 | 午 | たい25.0g、スライスチーズ3.0g 三色サラダ | たい20.0g、スライスチーズ2.4g 三色サラダ | たい14.0g、スライスチーズ1.7g 三色サラダ | たい8.0g きゃべつのスープ | |
| ' | 前食 | キャベツ23.6g、きゅうり10.1g、にんじん | キャベツ18.9g、きゅうり8.1g、にんじん | キャベツ13.2g、きゅうり5.7g、にんじ | キャベツ10.0g | |
| | | 2.0g、しょうゆ0.7g 青梗菜のスープ | 1.6g、しょうゆO.5g 青梗菜のスープ | ん1.1g 青梗菜のスープ | 昆布だし汁30.0g | |
| | | チンゲンサイ8.1g、たまねぎ3.4g、昆布だ | チンゲンサイ6.5g、たまねぎ2.7g、昆布だ | チンゲンサイ4.5g、たまねぎ1.9g、昆布 | | |
| | | し汁80.0g、しょうゆ0.6g 納豆お焼き | し汁64.0g、しょうゆ0.5g 納豆お焼き | だし汁44.8g 青のりポテト団子 | | |
| | 午 | じゃがいも54.0g、にんじん5.0g、挽きわ | じゃがいも43.2g、にんじん4.0g、挽きわ | じゃがいも30.2g、にんじん2.8g、あお | | |
| | 後 | り納豆8.0g、あおのり0.3g、小麦粉4.0g、 | り納豆6.4g、あおのり0.2g、小麦粉3.2g、 しょうゆ0.8g | のり0.2g | | |
| | 食 | 牛乳 | キャベツのお浸し | キャベツのお浸し | | |
| | | 午乳100.0g | キャベツ20.0g、しょうゆ0.2g、昆布だし汁10.0g | キャベツ14.0g、昆布だし汁7.0g | 4の座すりへでしる | |
| 25 | | 軟飯 米27.0g | 5倍粥 米14.0g | 7倍粥 ** ********************************* | 10倍すりつぶし粥 米3.0g | |
| | | レバー入りミートローフ | レバー入りミートローフ | 鶏そぼろと野菜のとろみ煮 | 大根ペースト | |
| 火 | - | 鶏むね肉20.0g、鶏レバー5.0g、たまねぎ 20.0g、にんじん5.0g、パン粉4.5g、ケ | 鶏むね肉16.0g、鶏レバー4.0g、たまねぎ 16.0g、にんじん4.0g、パン粉3.6g、ケ | 鶏むね肉11.2g、たまねぎ11.2g、にんじん2.8g、昆布だし汁20.0g、片栗粉1.0g | にいこん8.0g ほうれん草のスープ | |
| ^ | 午前 | チャップ1.0g | チャップ0.8g | ほうれん草ののり和え | ほうれんそう7.0g | |
| | 食 | | ほうれん草ののり和え ほうれんそう8.1g、にんじん5.0g、あおの | ほうれんそう5.7g、にんじん3.5g、あおのり0.1g | 昆布だし汁30.0g | |
| | | ん3.4g、あおのり0.2g、しょうゆ1.0g | り0.1g、しょうゆ0.8g | 大根のすまし汁 | | |
| | | 大根のみそ汁 だいこん8.1g、ねぎ1.5g、昆布だし汁 | 大根のみそ汁 だいこん6.5g、昆布だし汁70.0g、みそ | だいこん4.6g、昆布だし汁49.0g | | |
| | | 80.0g、みそ1.0g | 0.8g | | | |
| | 午 | ツナパン | 野菜しらすリゾット | 野菜しらすリゾット | | |
| | 後 | パットケーキ初20.0g、牛乳13.0g、クナホ 煮缶5.0g | 米14.0g、しらす干し3.0g、キャベツ10.0g 南瓜煮 | 米9.0g、しらす干し2.1g、キャベツ7.0g 南瓜煮 | | |
| | 食 | 牛乳 | かぼちゃ25.0g | かぼちゃ17.5g | | |
| | | | 5倍粥 | 7倍粥 | 10倍すりつぶし粥 | |
| 26 | | 米27.0g | 米14.0g | 米9.0g | #3.0g | |
| | | 鶏もも肉30.0g、みそ0.5g、油1.4g | 鶏つくねのあんかけ 鶏むね肉20.0g、たまねぎ10.0g、パン粉7.0g、 | 鶏そぼろのあんかけ 鶏むね肉14.0g、たまねぎ7.0g、昆布だ | 小松菜のペースト こまつな10.0g | |
| 水 | 午 | ネバネバ和え | 昆布だし汁3.0g、しょうゆ1.0g、片栗粉1.0g | し汁2.1g、片栗粉0.7g | 人参のスープ | |
| | 前食 | 挽きわり納豆6.3g、もやし20.3g、こまつ な12.6g、にんじん3.4g、しょうゆ0.7g | ネバネバ和え 挽きわり納豆5.0g、こまつな15.0g、にん | 小松菜と人参の和え物 こまつな12.0g、にんじん2.5g | にんじん7.0g 昆布だし汁30.0g | |
| | | | じん3.0g、しょうゆ0.5g | お麩のすまし汁 | | |
| | | お麩のすまし汁 ねぎ5.4g、お麩0.6g、かつおだし汁 | お麩のすまし汁 たまねぎ4.3g、お麩0.5g、昆布だし汁 | たまねぎ3.0g、お麩0.4g、昆布だし汁 52.9g、しょうゆ0.4g | | |
| | | 80.0g、しょうゆ0.7g | 75.6g、しょうゆ0.5g | mo-th-11. P | | |
| | 午 | マカロニのトマト煮 マカロニ10.1g、鶏むね肉4.7g、にんじん | 野菜リゾット 米8.1g、鶏むね肉3.8g、にんじん2.7g、た | 野菜リゾット 米5.7g、鶏むね肉2.6g、にんじん1.9g、 | | |
| | 後 | 3.4g、キャベツ10.1g、たまねぎ6.8g、じゃがいも13.5g、ホールトマト缶詰5.0g、ケチャップ | まねぎ5.4g、ケチャップ0.8g | たまねぎ3.8g | | |
| | 食 | 中乳 | きゃべつのチーズ和え キャベツ20.0g、粉チーズ0.5g | きゃべつのチーズ和え キャベツ14.0g、粉チーズ0.4g | | |
| | | 牛乳100.0g | | | 10 http://occ.pub.pub. | |
| 27 | | 野菜うどん ゆでうどん80.0g、豚肉(もも)10.1g、にん | 野菜うどん ゆでうどん70.0g、鶏むね肉8.1g、にんじ | 野菜うどん ゆでうどん60.0g、鶏むね肉5.7g、にん | 10倍すりつぶし粥 米3.0g | |
| | | じん3.2g、もやし12.6g、キャベツ | ん3.0g、キャベツ15.0g、昆布だし汁 | じん2.1g、キャベツ10.5g、昆布だし汁 | きゃべつペースト | |
| 木 | 午 前 | 12.6g、昆布だし汁80.0g、しょうゆ 1.0g、片栗粉2.7g | 70.0g、しょうゆ0.8g、片栗粉2.2g 茹でブロッコリー | 49.0g、片栗粉1.5g 茹でブロッコリー | キャベツ10.0g 人参のスープ | |
| | | 茹でプロッコリー | ブロッコリー10.8g | ブロッコリー7.6g | にんじん7.0g | |
| | | プロッコリー13.5g バナナ | バナナ バナナ32.4g | バナナ バナナ22.7g | 昆布だし汁30.0g | |
| | | バナナ40.5g | _ | _ | | |
| | 午 | チーズおかかおにぎり 米27.0g、チーズ6.8g、しょうゆ0.7g、か | チーズおかか粥 米14.0g、チーズ5.4g、しょうゆ0.5g、か | チーズ粥 米9.0g、チーズ3.8g | | |
| | 後 | つお節0.7g | つお節0.5g | 青梗菜のしらす和え | | |
| | 食 | 牛乳 牛乳100.0g | 青梗菜のしらす和え チンゲンサイ20.0g、しらす干し3.0g | チンゲンサイ14.0g、しらす干し2.1g | | |
| - | | 軟飯 | 5倍粥 | 7倍粥 | 10倍すりつぶし粥 | |
| 28 | | 米27.0g 炒り豆腐 | 米14.0g 炒り豆腐 | 米9.0g 豆腐と野菜のあんかけ | 米3.0g さつま芋ペースト | |
| " | | 豚肉(もも)13.5g、絹ごし豆腐16.9g、にん | 鶏むね肉10.8g、絹ごし豆腐13.5g、にんじ | 鶏むね肉7.6g、絹ごし豆腐9.5g、にんじ | さつまいも10.0g | |
| 金 | 午 前 | じん3.4g、たまねぎ13.5g、チンゲンサイ 10.1g、しょうゆ1.0g、片栗粉1.4g | ん2.7g、たまねぎ10.8g、チンゲンサイ 8.1g、しょうゆ0.8g、片栗粉1.1g | ん1.9g、たまねぎ7.6g、チンゲンサイ 5.7g、片栗粉0.8g | 豆腐のスープ 絹ごし豆腐10.0g | |
| | | さつま芋煮 | さつま芋煮 | さつま芋煮 | 桐とし豆腐 TO.0g 昆布だし汁30.0g | |
| | | さつまいも30.0g | さつまいも24.0g | さつまいも16.8g | | |
| | | わかめのみそ汁 乾燥わかめO.5g、ねぎ3.4g、昆布だし汁 | わかめのみそ汁 乾燥わかめO.4g、たまねぎ5.0g、昆布だし | わかめのすまし汁 乾燥わかめ0.3g、たまねぎ3.5g、昆布だ | | |
| | | 80.0g、みそ1.0g | 汁70.2g、みそ0.8g | し汁49.1g | | |
| | 午 | 青のりトースト 食パン20.3g、バター3.0g、あおのり0.3g | チーズサンド 食パン21.6g、スライスチーズ3.0g | チーズパン粥 食パン15.1g、スライスチーズ2.1g、育 | | |
| | 後 | 牛乳 | 白菜のお浸し | 児用ミルク0.8g | | |
| | 食 | 牛乳100.0g | はくさい25.0g、しょうゆ0.5g、昆布だし 汁10.0g | 白菜のお浸し はくさい17.5g、昆布だし汁7.0g | | |
| | | 1 | | しょう こうしょう からせん ひきころ | | |

2023年04月 離乳食献立表