



給食予定献立表

①卵, ②乳, ④そば, ⑤落花生, ⑥えび, ⑦かに, H:くるみ, T:バナナ, E:カシュー, ◎ｱｰﾓﾝﾄﾞ, C:いくら, 他1 認定こども園あおぞら北

日	曜日	料理名	ざ い り ょ う			
			赤：血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	緑：からだの調子を整えるもの 野菜類・藻類・くだもの類	黄：力や体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	その他
1	火	・ごはん ・サバのみそ煮 ・切干大根の煮物 ・すまし汁	サバ, 味噌 油揚げ, だし昆布 かつお節(だし) だし昆布, かつお節(だし) わかめ	しょうが 切干大根, 人参, きぬさや 玉ねぎ	米 上白糖 上白糖 麩	みりん風, 醤油 醤油, みりん風 醤油, 塩
		・ぱりんこ ・麦茶			ぱりんこ	麦茶
		・チーズ蒸しケーキ ・牛乳	②牛乳		①②チーズ蒸しケーキ	
2	水	・ポークカレー ・マカロニサラダ ・オレンジ ・クラッカー ・牛乳	豚肉 ハム ②牛乳	玉ねぎ, 人参 きゅうり, 人参 オレンジ	米, じゃが芋, サラダ油 マカロニ ルヴァンクラッカー	②カレーフレーク トマトケチャップ マヨネーズ風, 塩
		・ぶどうゼリー ・麦茶		白桃ダイス缶	カップゼリーの素	
						麦茶
3	木	・わかめうどん ・かぼちゃの天ぷら ・バナナ ・ビスコ ・牛乳	だし昆布, かつお節(だし) 紅蒲鉾, わかめ ②牛乳	コーン, 長ねぎ かぼちゃ天 バナナ	うどん サラダ油 ②ビスコ	醤油, みりん風
		・ぎつねおにぎり ・麦茶	油揚げ, あおさ粉		米, 上白糖	醤油 麦茶
4	金	・ごはん ・豚肉と大根のみそ炒め ・ささみと春雨サラダ ・けんちん汁	豚肉, 味噌 蒸し鶏ほぐし だし昆布, 油揚げ	大根, しめじ, 人参 いんげん 小松菜 ごぼう	米 ごま油, 上白糖 はるさめ, 上白糖, ごま油 ごま さといも, ごま油 じゃが芋	醤油 酢, 醤油 醤油, 塩
		・ふかしじゃが芋 ・牛乳	②牛乳		②プリンの素	麦茶
		・プリン ・麦茶	②牛乳, ②ホイップクリーム			麦茶
5	土	・そばろ丼 ・じゃが芋の煮物 ・みそ汁	鶏ひき肉 かつお節(だし), だし昆布 だし昆布, かつお節(だし) 味噌, わかめ	玉ねぎ, 人参, コーン しょうが 玉ねぎ, 人参 かぶ銀杏切, 青ネギ	米, サラダ油, 上白糖 じゃが芋, サラダ油, 上白糖 片栗粉	醤油, みりん風 醤油
		・ぱりんこ ・麦茶 ・ココアワッフル ・牛乳			ぱりんこ ①②ココアワッフル	麦茶
			②牛乳			
7	月	・ごはん ・肉じゃが ・厚焼きたまご ・みそ汁	豚肉, かつお節(だし) だし昆布 ①厚焼きたまご だし昆布, かつお節(だし) 味噌	玉ねぎ, 人参, グリンピース 小松菜, 白菜	米 じゃが芋, 上白糖 麩	醤油
		・星たべよ ・麦茶			星食べよ	麦茶
		・フルーツポンチ ・牛乳	②牛乳	バナナ, 黄桃缶, みかん缶	上白糖	
8	火	・ごはん ・アジの南蛮漬け ・グリーンサラダ ・さつま汁 ・カルシウムせんべい ・牛乳	アジ かつお節(だし), 味噌 ②牛乳	玉ねぎ, ピーマン 赤パプリカ キャベツ, きゅうり アスパラガス 人参, いんげん	米 片栗粉, サラダ油, 上白糖 上白糖, サラダ油 さつま芋 カルシウムせんべい	塩, 酢, 醤油 酢, 塩 かつおだし
		・たい焼き ・牛乳	②牛乳		たい焼き	
10	木	・冷やし中華(醤油) ・ブロッコリーコーンサラダ ・バナナ ・アンパンマンせんべい ・牛乳	ハム, ①錦糸たまご ②牛乳	きゅうり, トマト ブロッコリー, コーン, 人参 バナナ	中華麺, ごま油, 上白糖 ごま油 上白糖, サラダ油 アンパンマンせんべい	酢, 醤油 酢, 醤油
		・チーズ おかかおにぎり ・麦茶	かつお節, ②チーズ		米	醤油 麦茶
11	金	・ごはん ・鶏肉のマーマレード焼き ・おくらの和え物 ・みそ汁	鶏肉 だし昆布, かつお節(だし) 味噌, 油揚げ	白菜, おくら, 人参 大根, 青ネギ	米 マーマレード 上白糖, サラダ油	醤油, 料理酒 酢, 塩
		・マリービスケット ・牛乳	②牛乳		②マリー	
		・フライドポテト(コンソメ味) ・リンゴジュース			ストレートポテト サラダ油	コンソメ
12	土	・豚丼 ・きゅうりとツナのマヨサラダ ・みそ汁	のり, 豚肉 ツナフレーク水煮 だし昆布, かつお節(だし) 味噌, わかめ	玉ねぎ, 小松菜 きゅうり, キャベツ, 人参 玉ねぎ	米, サラダ油, 上白糖 麩	醤油, みりん風 マヨネーズ風, 塩
		・カルシウムせんべい ・麦茶			カルシウムせんべい	麦茶
		・ぼんち揚げ ・アンパンマンジュース		りんごジュース	アンパンマンせんべい	
14	月	・ふりかけごはん ・鶏肉のから揚げ ・竹輪とキャベツの塩こんぶ和え ・すまし汁 ・パイナップル	鶏肉 ちくわ, 塩ふき昆布 かつお節 だし昆布, かつお節(だし)	しょうが キャベツ, きゅうり, 人参 まいたけ, みずな, 大根 パイン	米 片栗粉, サラダ油	①②ふりかけ 醤油, 料理酒
		・たべっこどうぶつ ・牛乳	②牛乳		②たべっこどうぶつ	
		・ショートケーキ ・麦茶	②ホイップクリーム		①②いちごショートケーキ ストロベリーソース	麦茶



給食予定献立表

①卵, ②乳, ④そば, ⑤落花生, ⑥えび, ⑦かに, H: くるみ, T: パナナ, E: カシュ, ◎ｱｰﾓﾝﾄﾞ, C: いくら, 他1

認定こども園あおぞら北

日	曜日	料理名	ざ い り ょ う			
			赤：血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	緑：からだの調子を整えるもの 野菜類・藻類・くだもの類	黄：力や体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	その他
15	火	・ごはん ・マーボー豆腐	木綿豆腐, 豚ひき肉, 味噌	玉ねぎ, 人参, にんにく しょうが, にら もやし, きゅうり, 人参 しいたけ, 長ねぎ	米 サラダ油, 上白糖, 片栗粉	醤油
		・春雨ナムル ・わかめスープ	わかめ		はるさめ, 上白糖, ごま油 ごま油, ごま	酢, 醤油 鶏がらスープ, 塩
		・星たべよ ・牛乳	②牛乳		星食べよ	
		・コーンマヨトースト ・麦茶		コーン, 玉ねぎ	②食パン	マヨネーズ風 麦茶
16	水	・ロールパン ・クリームシチュー ・キャベツサラダ ・バナナ	鶏肉	玉ねぎ, 人参, ブロッコリー キャベツ, きゅうり, コーン バナナ	①②バターロール じゃが芋, サラダ油 上白糖, サラダ油	コンソメ, ②シチュー顆粒 酢, 醤油
		・クラッカー ・牛乳	②牛乳		ルヴァンクラッカー	
		・焼きそば ・麦茶	ちくわ, あおさ粉	玉ねぎ, 人参	中華麺, サラダ油	中濃ソース 麦茶
17	木	・ごはん ・魚の青のりマヨ焼き ・小松菜のおひたし ・みそ汁	さわら, あおさ粉 だし昆布, かつお節(だし) 味噌, わかめ, 木綿豆腐	もやし, 小松菜, 人参 玉ねぎ	米 上白糖	醤油, マヨネーズ風 醤油
		・ぼたぼた焼き ・牛乳	②牛乳		ぼたぼた焼き	
		・チキンナゲット ・リンゴジュース	②チキンナゲット			
				りんごジュース		
18	金	・とりごぼうの秋色丼	鶏ひき肉	玉ねぎ, ごぼう, 人参 いんげん	米, サラダ油, 上白糖 上白糖, ごま油, ごま さつま芋 上白糖	醤油, みりん風, 醤油 みりん風
		・はくさいコールスロー ・みそ汁	だし昆布, かつお節(だし) 味噌	白菜, 人参, コーン ほうれん草, 長ねぎ, 大根		塩, 酢, マヨネーズ風
		・オレンジ ・クラッカー ・麦茶		オレンジ	ルヴァンクラッカー	
		・マシュマロサンド ・牛乳			ルヴァンクラッカー マシュマロ	麦茶
19	土	・中華丼	紅蒲鉾, 豚肉	白菜, 玉ねぎ, 人参 ピーマン 白菜, きゅうり	米, サラダ油, 片栗粉 ごま油	鶏がらスープ, 料理酒, 塩 醤油 醤油
		・白菜のおかか和え ・ピーチゼリー	ちくわ, かつお節		ピーチゼリー	
		・ビスコ ・牛乳	②牛乳		②ビスコ	
		・かっぱえびせん ・アンパンマンジュース		ぶどうとりんごジュース	⑥コーンスナック	
24	木	・しょうゆラーメン ・ぎょうざ ・ブロッコリーの中華和え	チャーシュー 餃子	長ねぎ, コーン ブロッコリー, もやし	中華麺 上白糖, ごま油, ごま 星食べよ	ラーメンスープ 醤油 酢, 醤油
		・星たべよ ・牛乳	②牛乳			
		・バウムクーヘン ・牛乳	②牛乳		①②Caバウムクーヘン	
25	金	・ごはん ・うさぎさんハンバーグ	うさぎハンバーグ		米 片栗粉	トマトケチャップ 中濃ソース 酢, 醤油 塩, コンソメ
		・ハムとブロッコリーサラダ ・野菜スープ ・十五夜ゼリー ★	ハム	ブロッコリー, コーン 玉ねぎ, 人参, グリンピース	上白糖, ごま油, ごま じゃが芋 十五夜デザート カルシウムせんべい	麦茶
		・カルシウムせんべい ・麦茶				
		・キャラメルお麩ラスク ・牛乳	②牛乳 ②牛乳		麩, ②バター, 上白糖	
26	土	・ジャムサンド ・ウインナー ・コールスローサラダ ・ミルクスープ ・ぶどうゼリー	ポークウインナー ②牛乳	キャベツ, きゅうり, 人参 玉ねぎ, パセリ	②食パン, いちごジャム	マヨネーズ風 ②シチュー顆粒
		・ばりんこ ・麦茶			ぶどうゼリー ばりんこ	麦茶
		・ベジたべる あっさりサラダ味 ・アンパンマンジュース		りんごジュース	アンパンマンせんべい	
28	月	・ごはん ・ふりかけ（食育） ★	しらす干し, かつお節 あおさ粉 鮭 のり	ブロッコリー, ほうれん草 人参 大根, なめこ, 万能ねぎ	米 胡麻油, 上白糖 サラダ油	塩 みりん風, 醤油 醤油, かつおだし
		・ブロッコリーの和風あえ ・なめこのみそ汁	だし昆布, かつお節(だし) 味噌			
		・クラッカー ・牛乳	②牛乳		ルヴァンクラッカー	
		・大学いも ・麦茶			中華ポテト	麦茶
29	火	・ごはん ・鶏肉の塩こうじ焼き ・こまつなの納豆あえ ・すまし汁 ・りんご	鶏肉 納豆 だし昆布, かつお節(だし)	小松菜, もやし, 人参 みずな りんご かぼちゃ	米 生塩麴 じゃが芋, 麩	醤油 醤油 醤油, 塩
		・ふかしかぼちゃ ・麦茶				
		・コーンフレーク ・牛乳	②牛乳		コーンフレーク	麦茶
30	水	・ミートスパゲティ	豚ひき肉	玉ねぎ, トマトピューレ	スパゲティ, サラダ油 サラダ油, 上白糖 じゃが芋	コンソメ トマトケチャップ, 塩 マヨネーズ風, 塩 コンソメ, 塩
		・ポテトサラダ ・コンソメスープ ・オレンジ	ハム	きゅうり, 人参, コーン 小松菜, コーン, 玉ねぎ オレンジ		①②カルシウムウエハース
		・カルシウムウエハース ・牛乳	②牛乳			
		・菜めしおにぎり ・麦茶		菜めし	米	麦茶

献立種類	幼児食					完了食				
栄養素	エネルギーkcal	たんぱく質	脂質	カルシウム	食塩相当量	エネルギーkcal	たんぱく質	脂質	カルシウム	食塩相当量
平均栄養価	571 kcal	20.6 g	18.3 g	250 mg	2.2 g	293 kcal	12.8 g	4.3 g	102 mg	0.9 g
基準値	581 kcal	22.0 g	19.4 g	193 mg	2.3 g	0 kcal	0.0 g	0.0 g	0 mg	0.0 g



離乳食＜完了期＞予定献立表

認定こども園あおぞら北

日	曜日	料理名	ざ い り ょ う			
			赤：血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	緑：からだの調子を整えるもの 野菜類・藻類・くだもの類	黄：力や体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	その他
1	火	昼 ・完了ごはん（80g） ・鮭のみそ煮 ・大根と人参の煮物 ・すまし汁	鮭, 味噌 だし昆布, かつお節（だし） だし昆布, かつお節（だし） わかめ	大根, 人参, ほうれん草 玉ねぎ	米 上白糖 麩	醤油 醤油 醤油
		10 ・がんばんれ野菜家族 ・麦茶			ハイハイン	麦茶
		3 ・ふかしさつま芋 ・麦茶			さつまいも	麦茶
2	水	昼 ・完了ごはん（80g） ・鶏のケチャップ煮 ・マカロニサラダ ・オレンジ（房取） ・マンナビスケット	鶏ささみ, かつお節（だし） だし昆布	玉ねぎ きゅうり, 人参 オレンジ	米 じゃが芋, 片栗粉 マカロニ	トマトケチャップ, 醤油 塩
		10 ・マンナビスケット ・麦茶			マンナビスケット	麦茶
		3 ・ぶどうゼリー ・麦茶			カップゼリーの素	麦茶
3	木	昼 ・煮込みうどん ・蒸し鶏 ・バナナ	だし昆布, かつお節（だし） 鶏ささみ, かつお節（だし） だし昆布	人参, 長ねぎ バナナ	うどん 片栗粉	醤油 醤油 醤油
		10 ・マンナウエハース ・麦茶			マンナウエハース	麦茶
		3 ・ほうれん草粥（全粥～軟飯80g） ・麦茶		ほうれん草	米	塩 麦茶
4	金	昼 ・完了ごはん（80g） ・豚肉と大根のみそ煮 ・ささみと小松菜のサラダ ・けんちん汁	豚ひき肉, 味噌 かつお節（だし） 蒸し鶏ほぐし だし昆布	大根, 人参 小松菜 人参	米 上白糖 上白糖, ごま さといも	醤油 醤油 醤油, 塩
		10 ・ふかしじゃが芋 ・麦茶			じゃが芋	麦茶
		3 ・煮りんご/離乳 ・麦茶		りんご		麦茶
5	土	昼 ・そばろ粥（全粥～軟飯80g） ・じゃが芋の煮物 ・みそ汁	鶏ひき肉 かつお節（だし）, だし昆布 だし昆布, かつお節（だし） 味噌	小松菜, 玉ねぎ, 人参 玉ねぎ, 人参 かぶ銀杏切, 青ネギ	米, 上白糖 じゃが芋, サラダ油, 上白糖 片栗粉	醤油 醤油 醤油
		10 ・がんばんれ野菜家族 ・麦茶			ハイハイン	麦茶
		3 ・スティックパン ・麦茶			食パン	麦茶
7	月	昼 ・完了ごはん（80g） ・肉じゃが ・ブロッコリー ・みそ汁	豚ひき肉, かつお節（だし） だし昆布 だし昆布, かつお節（だし） 味噌	玉ねぎ, 人参 ブロッコリー 小松菜, 白菜	米 じゃが芋, 上白糖 麩	醤油
		10 ・ソフト小魚せん ・麦茶			ソフト小魚せん	麦茶
		3 ・バナナ ・麦茶		バナナ		麦茶
8	火	昼 ・完了ごはん（80g） ・アジの煮つけ ・キャベツサラダ ・さつま汁 ・ハイハイン	アジ かつお節（だし）, 味噌	キャベツ, きゅうり 人参	米 上白糖 さつま芋 ハイハイン	醤油 塩 麦茶
		10 ・麦茶 ・蒸しパン	調整豆乳		ホットケーキミックス 上白糖	麦茶
		3 ・麦茶				麦茶
9	水	昼 ・完了ごはん（80g） ・鶏肉とさつまいもの煮物 ・はくさいサラダ ・みそ汁 ・オレンジ（房取）	鶏ひき肉 だし昆布, かつお節（だし） 味噌	玉ねぎ 白菜, 人参 ほうれん草, 長ねぎ, 大根 オレンジ	米 さつま芋, 上白糖	醤油 塩
		10 ・がんばんれ野菜家族 ・麦茶			ハイハイン	麦茶
		3 ・ふかしかぼちゃ ・麦茶		かぼちゃ		麦茶
10	木	昼 ・煮込みうどん 離乳後 ・ブロッコリーサラダ ・バナナ	鶏ひき肉, だし昆布 かつお節（だし）	大根, ほうれん草 ブロッコリー, 人参 バナナ	うどん, 上白糖, 片栗粉	醤油 塩
		10 ・ソフト小魚せん ・麦茶			ソフト小魚せん	麦茶
		3 ・おかか粥 ・麦茶	かつお節		米	麦茶 醤油 麦茶
11	金	昼 ・完了ごはん（80g） ・蒸し鶏 ・白菜の和え物 ・みそ汁	鶏ささみ, かつお節（だし） だし昆布 だし昆布, かつお節（だし） 味噌	白菜, 人参 大根, 青ネギ	米 片栗粉	醤油 塩
		10 ・マンナビスケット ・麦茶			マンナビスケット	麦茶
		3 ・ふかしじゃが芋（スティック） ・麦茶			じゃが芋	麦茶
12	土	昼 ・そばろ粥（全粥～軟飯80g） ・きゅうりとツナのサラダ ・みそ汁 ・がんばんれ野菜家族	豚ひき肉 ツナフレーク水煮 だし昆布, かつお節（だし） 味噌, わかめ	小松菜, 玉ねぎ, 人参 きゅうり, キャベツ, 人参 玉ねぎ	米, 上白糖 麩	醤油 塩
		10 ・麦茶			ハイハイン	麦茶
		3 ・ソフト小魚せん ・麦茶			ソフト小魚せん	麦茶
14	月	昼 ・完了ごはん（80g） ・鶏のケチャップ煮 ・キャベツのおかか和え ・すまし汁 ・バナナ	鶏ささみ, かつお節（だし） だし昆布 かつお節 だし昆布, かつお節（だし）	キャベツ, きゅうり, 人参 大根 バナナ	米 上白糖, 片栗粉 麩	トマトケチャップ 醤油 醤油, 塩
		10 ・マンナビスケット ・麦茶			マンナビスケット	麦茶
		3 ・ホットケーキ ・麦茶	調整豆乳		ホットケーキミックス	麦茶



離乳食＜完了期＞予定献立表

認定こども園あおぞら北

日曜日	曜日	料理名	ざ い り ょ う			
			赤：血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	緑：からだの調子を整えるもの 野菜類・藻類・くだもの類	黄：力や体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	その他
15	火	・完了ごはん（80 g） ・マーボー豆腐 ・もやしのナムル ・すまし汁	木綿豆腐, 豚ひき肉, 味噌 かつお節（だし）, だし昆布 わかめ	玉ねぎ, 人参, にら もやし, きゅうり, 人参 長ねぎ	米 サラダ油, 上白糖, 片栗粉 麩	醤油 醤油 醤油, 塩
		・がんばれ野菜家族 ・麦茶			ハイハイン	麦茶
		・スティックパン ・麦茶			食パン	麦茶
16	水	・スティックパン ・鶏とジャガイモの煮物 ・キャベツサラダ ・バナナ ・マンナビスケット ・麦茶	鶏ひき肉	玉ねぎ, 人参, ブロッコリー キャベツ, きゅうり バナナ	食パン じゃが芋	醤油 塩
		・煮込みうどん 離乳後 ・麦茶			マンナビスケット	麦茶 醤油
		・煮込みうどん 離乳後 ・麦茶	鶏ひき肉, だし昆布 かつお節（だし）	玉ねぎ, 人参	うどん, 上白糖, 片栗粉	麦茶 醤油
17	木	・麦茶 ・完了ごはん（80 g） ・魚の煮つけ ・小松菜のおひたし ・みそ汁	さわら だし昆布, かつお節（だし） 味噌, わかめ, 木綿豆腐	もやし, 小松菜, 人参 玉ねぎ	米 片栗粉, 上白糖	醤油 醤油
		・がんばれ野菜家族 ・麦茶			ハイハイン	麦茶
		・じゃが芋スティック（蒸し） ・麦茶			じゃが芋	麦茶
18	金	・麦茶 ・完了ごはん（80 g） ・とりひき肉の秋色煮 ・白菜サラダ ・みそ汁	鶏ひき肉 だし昆布, かつお節（だし） 味噌, 木綿豆腐	玉ねぎ, 人参, いんげん 白菜, きゅうり, 人参 大根, 青ネギ	米 上白糖, 片栗粉, さつま芋	醤油 塩
		・ソフト小魚せん ・麦茶			ソフト小魚せん	麦茶
		・きな粉入り蒸しパン（豆乳）/OD ・麦茶	きな粉, 調整豆乳		ホットケーキミックス 上白糖, サラダ油	麦茶
19	土	・麦茶 ・完了ごはん（80 g） ・鶏肉のとろとろ煮 ・白菜の和えもの ピーチゼリー ・マンナウエハース ・麦茶	鶏ささみ, かつお節（だし） だし昆布	玉ねぎ, 人参 白菜, きゅうり	米 小麦粉, 上白糖 ピーチゼリー マンナウエハー	醤油 醤油
		・ハイハイン ・麦茶			ハイハイン	麦茶
		・煮込みうどん ・蒸し鶏 ・ブロッコリー ・みそ汁	だし昆布, かつお節（だし） 鶏ささみ, かつお節（だし） だし昆布 だし昆布, かつお節（だし） 味噌	大根, 人参 ブロッコリー キャベツ, なす	うどん, 上白糖, 片栗粉 片栗粉 麩	麦茶 醤油 醤油
24	木	・マンナビスケット ・麦茶 ・やさい粥（全粥～軟飯80 g） ・麦茶		玉ねぎ, 人参	米	麦茶 塩 麦茶
		・麦茶 ・完了ごはん（80 g） ・豆腐の煮物 ・ゆでブロッコリー ・すまし汁（離乳食用） ・ソフト小魚せん ・麦茶	木綿豆腐, 鶏ひき肉 かつお節（だし）, だし昆布	玉ねぎ, 人参, 小松菜 ブロッコリー 玉ねぎ, 人参	米 じゃが芋 ソフト小魚せん	醤油 塩 醤油, 塩
		・ふかしかぼちゃ ・麦茶		かぼちゃ		麦茶
26	土	・スティックパン ・鶏のケチャップ煮 ・キャベツサラダ ・ミルクスープ ・ぶどうゼリー/50g ・ソフト塩せん ・麦茶	鶏ささみ, かつお節（だし） だし昆布 牛乳, かつお節（だし） だし昆布	キャベツ, きゅうり, 人参 玉ねぎ	食パン 上白糖, 片栗粉 ぶどうゼリー ソフト塩せん	トマトケチャップ 塩
		・がんばれ野菜家族 ・麦茶			ハイハイン	麦茶
		・麦茶 ・完了ごはん（80 g） ・鮭の煮つけ ・ブロッコリーの和風あえ ・みそ汁	鮭 のり だし昆布, かつお節（だし） 味噌	ブロッコリー, ほうれん草 人参 大根, 万能ねぎ	米 上白糖	醤油 醤油
28	月	・ソフト小魚せん ・麦茶 ・ふかしさつま芋 ・麦茶			ソフト小魚せん	麦茶
		・麦茶 ・完了ごはん（80 g） ・蒸し鶏 ・こまつなの納豆あえ ・すまし汁	鶏ささみ, かつお節（だし） だし昆布 納豆 だし昆布, かつお節（だし）	小松菜, もやし, 人参	米 片栗粉 じゃが芋, 麩	醤油 醤油 醤油, 塩
		・ふかしかぼちゃ ・麦茶		かぼちゃ		麦茶
29	火	・麦茶 ・完了ごはん（80 g） ・蒸し鶏 ・こまつなの納豆あえ ・すまし汁	鶏ささみ, かつお節（だし） だし昆布 納豆 だし昆布, かつお節（だし）	小松菜, もやし, 人参	米 片栗粉 じゃが芋, 麩	醤油 醤油 醤油, 塩
		・ふかしかぼちゃ ・麦茶		かぼちゃ		麦茶
		・やわらかコーンフレーク ・麦茶			コーンフレーク	麦茶
30	水	・ミートスパゲティ ・ポテトサラダ ・すまし汁（離乳食用） ・オレンジ（房取） ・マンナウエハース ・麦茶	豚ひき肉 かつお節（だし）, だし昆布	玉ねぎ きゅうり, 人参 小松菜, 玉ねぎ オレンジ	スパゲティ, 上白糖 じゃが芋	トマトケチャップ 塩 醤油, 塩
		・マンナウエハース ・麦茶			マンナウエハー	麦茶
		・菜めしおにぎり（完了ごはん（8 ・麦茶		菜めし	米	麦茶

献立種類	完了食					完了食				
	エネルギーkcal	たんぱく質	脂質	炭水化物	カルシウム	エネルギーkcal	たんぱく質	脂質	炭水化物	カルシウム
栄養素										
平均栄養価	290 kcal	12.8 g	4.1 g	52.3 g	100 mg	290 kcal	12.8 g	4.1 g	52.3 g	100 mg
基準値	0 kcal	0.0 g	0.0 g	0.0 g	0 mg	0 kcal	0.0 g	0.0 g	0.0 g	0 mg



離乳食＜後期＞予定献立表

認定こども園あおぞら北

日曜日	曜日	料理名	ざ い り ょ う			
			赤：血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	緑：からだの調子を整えるもの 野菜類・藻類・くだもの類	黄：力や体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	その他
1	火	昼 ・後期粥(全粥～軟飯80g) ・鮭のみそ煮 ・大根と人参の煮物 ・すまし汁	鮭, 味噌 だし昆布, かつお節(だし) だし昆布, かつお節(だし)	大根, 人参, ほうれん草 玉ねぎ	米 上白糖 麩	醤油 醤油 醤油
		10 ・がんばれ野菜家族 ・麦茶			ハイハイン	麦茶
		3 ・ふかしさつま芋 ・麦茶			さつまいも	麦茶
2	水	昼 ・後期粥(全粥～軟飯80g) ・鶏のケチャップ煮	鶏ささみ, かつお節(だし) だし昆布	玉ねぎ	米 じゃが芋, 片栗粉	トマトケチャップ, 醤油
		10 ・マカロニサラダ ・オレンジ(房取)		きゅうり, 人参 オレンジ	マカロニ	塩
		3 ・マンナビスケット ・麦茶			マンナビスケット	麦茶
3	木	昼 ・ぶどうゼリー ・麦茶			カップゼリーの素	麦茶
		10 ・煮込みうどん ・蒸し鶏	だし昆布, かつお節(だし) 鶏ささみ, かつお節(だし) だし昆布	人参, 長ねぎ	うどん 片栗粉	醤油 醤油
		3 ・バナナ ・マンナウエハース ・麦茶		バナナ	マンナウエハー	麦茶
4	金	10 ・ほうれん草粥(全粥～軟飯80g) ・麦茶		ほうれん草	米	塩 麦茶
		昼 ・後期粥(全粥～軟飯80g) ・豚肉と大根のみそ煮	豚ひき肉, 味噌 かつお節(だし) 蒸し鶏ほぐし だし昆布	大根, 人参	米 上白糖	醤油
		3 ・ささみと小松菜のサラダ ・けんちん汁		小松菜 人参	上白糖, ごま さといも じゃが芋	醤油 醤油, 塩
5	土	10 ・ふかしじゃが芋 ・麦茶		りんご		麦茶
		3 ・煮りんご/離乳 ・麦茶				麦茶
		昼 ・そばろ粥(全粥～軟飯80g) ・じゃが芋の煮物	鶏ひき肉 かつお節(だし), だし昆布	小松菜, 玉ねぎ, 人参 玉ねぎ, 人参	米, 上白糖 じゃが芋, サラダ油, 上白糖 片栗粉	醤油 醤油 醤油
6	日	10 ・みそ汁	だし昆布, かつお節(だし) 味噌	かぶ銀杏切, 青ネギ		
		3 ・がんばれ野菜家族 ・麦茶			ハイハイン	麦茶
		10 ・スティックパン ・麦茶			食パン	麦茶
7	月	3 ・後期粥(全粥～軟飯80g) ・肉じゃが	豚ひき肉, かつお節(だし) だし昆布	玉ねぎ, 人参	米 じゃが芋, 上白糖	醤油
		10 ・ブロッコリー ・みそ汁	だし昆布, かつお節(だし) 味噌	ブロッコリー 小松菜, 白菜	麩	
		3 ・ソフト小魚せん ・麦茶			ソフト小魚せん	麦茶
8	火	10 ・バナナ ・麦茶		バナナ		麦茶
		3 ・後期粥(全粥～軟飯80g) ・鮭の煮つけ ・キャベツサラダ ・さつま汁	鮭 かつお節(だし), 味噌	キャベツ, きゅうり 人参	米 上白糖 さつま芋 ハイハイン	醤油 塩
		10 ・ハイハイン ・麦茶				麦茶
9	水	3 ・蒸しパン	調整豆乳		ホットケーキミックス 上白糖	麦茶
		10 ・麦茶				麦茶
		3 ・後期粥(全粥～軟飯80g) ・鶏肉とさつま芋の煮物 ・はくさいサラダ ・みそ汁	鶏ひき肉 だし昆布, かつお節(だし) 味噌	玉ねぎ 白菜, 人参 ほうれん草, 長ねぎ, 大根	米 さつま芋, 上白糖	醤油 塩
10	木	10 ・オレンジ(房取) ・がんばれ野菜家族 ・麦茶		オレンジ		
		3 ・ふかしかぼちゃ ・麦茶		かぼちゃ	ハイハイン	麦茶
		10 ・煮込みうどん 離乳後 ・ブロッコリーサラダ ・バナナ	鶏ひき肉, だし昆布 かつお節(だし)	大根, ほうれん草 ブロッコリー, 人参 バナナ	うどん, 上白糖, 片栗粉	麦茶 醤油 塩
11	金	3 ・ソフト小魚せん ・麦茶			ソフト小魚せん	麦茶
		10 ・おかか粥 ・麦茶	かつお節		米	醤油 麦茶
		3 ・後期粥(全粥～軟飯80g) ・蒸し鶏	鶏ささみ, かつお節(だし) だし昆布		米 片栗粉	醤油
12	土	10 ・白菜の和え物 ・みそ汁	だし昆布, かつお節(だし) 味噌	白菜, 人参 大根, 青ネギ		塩
		3 ・マンナビスケット ・麦茶			マンナビスケット	麦茶
		10 ・ふかしじゃが芋(スティック) ・麦茶			じゃが芋	麦茶
13	日	3 ・そばろ粥(全粥～軟飯80g) ・きゅうりとツナのサラダ ・みそ汁	豚ひき肉 ツナフレーク水煮 だし昆布, かつお節(だし) 味噌	小松菜, 玉ねぎ, 人参 きゅうり, キャベツ, 人参 玉ねぎ	米, 上白糖 麩	醤油 塩
		10 ・がんばれ野菜家族 ・麦茶			ハイハイン	麦茶
		3 ・ソフト小魚せん ・麦茶			ソフト小魚せん	麦茶
14	月	10 ・後期粥(全粥～軟飯80g) ・鶏のケチャップ煮	鶏ささみ, かつお節(だし) だし昆布 かつお節 だし昆布, かつお節(だし)	キャベツ, きゅうり, 人参 大根 バナナ	米 上白糖, 片栗粉 麩	トマトケチャップ 醤油 醤油, 塩
		3 ・マンナビスケット ・麦茶			マンナビスケット	麦茶
		10 ・ホットケーキ ・麦茶	調整豆乳		ホットケーキミックス	麦茶



離乳食＜後期＞予定献立表

認定こども園あおぞら北

日曜日		料理名	ざ い り ょ う			
			赤：血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	緑：からだの調子を整えるもの 野菜類・藻類・くだもの類	黄：力や体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	その他
15	火	・後期粥(全粥～軟飯80 g) ・マーボー豆腐 ・もやしのナムル ・すまし汁	木綿豆腐, 豚ひき肉, 味噌 かつお節(だし), だし昆布	玉ねぎ, 人参, にら もやし, きゅうり, 人参 長ねぎ	米 サラダ油, 上白糖, 片栗粉 麩	醤油 醤油 醤油, 塩
		10 ・がんばれ野菜家族 ・麦茶			ハイハイン	麦茶
		3 ・スティックパン ・麦茶			食パン	麦茶
16	水	・スティックパン ・鶏とジャガイモの煮物 ・キャベツサラダ ・バナナ	鶏ひき肉	玉ねぎ, 人参, ブロッコリー キャベツ, きゅうり バナナ	食パン じゃが芋	醤油 塩
		10 ・マンナビスケット ・麦茶			マンナビスケット	麦茶
		3 ・煮込みうどん 離乳後 ・麦茶	鶏ひき肉, だし昆布 かつお節(だし)	玉ねぎ, 人参	うどん, 上白糖, 片栗粉	醤油 麦茶
17	木	・後期粥(全粥～軟飯80 g) ・鮭の煮つけ ・小松菜のおひたし ・みそ汁	鮭 だし昆布, かつお節(だし) 味噌, 木綿豆腐	もやし, 小松菜, 人参 玉ねぎ	米 上白糖	醤油 醤油
		10 ・がんばれ野菜家族 ・麦茶			ハイハイン	麦茶
		3 ・じゃが芋スティック (蒸し) ・麦茶			じゃが芋	麦茶
18	金	・後期粥(全粥～軟飯80 g) ・とりひき肉の秋色煮 ・白菜サラダ ・みそ汁	鶏ひき肉 だし昆布, かつお節(だし) 味噌, 木綿豆腐	玉ねぎ, 人参, いんげん 白菜, きゅうり, 人参 大根, 青ネギ	米 上白糖, 片栗粉, さつま芋	醤油 塩
		10 ・ソフト小魚せん ・麦茶			ソフト小魚せん	麦茶
		3 ・きな粉入り蒸しパン(豆乳)/OD ・麦茶	きな粉, 調整豆乳		ホットケーキミックス 上白糖, サラダ油	麦茶
19	土	・後期粥(全粥～軟飯80 g) ・鶏肉のとろとろ煮 ・白菜の和えもの ・ピーチゼリー	鶏ささみ, かつお節(だし) だし昆布	玉ねぎ, 人参 白菜, きゅうり	米 小麦粉, 上白糖 ピーチゼリー	醤油 醤油
		10 ・マンナウエハース ・麦茶			マンナウエハー	麦茶
		3 ・ハイハイン ・麦茶			ハイハイン	麦茶
24	木	・煮込みうどん ・蒸し鶏	だし昆布, かつお節(だし) 鶏ささみ, かつお節(だし) だし昆布	大根, 人参 ブロッコリー	うどん, 上白糖, 片栗粉 片栗粉	醤油 醤油
		10 ・ブロッコリー ・マンナビスケット ・麦茶			マンナビスケット	麦茶
		3 ・やさい粥(全粥～軟飯80 g) ・麦茶		玉ねぎ, 人参	米	塩 麦茶
25	金	・後期粥(全粥～軟飯80 g) ・豆腐の煮物 ・ゆでブロッコリー ・すまし汁 (離乳食用)	木綿豆腐, 鶏ひき肉 かつお節(だし), だし昆布	玉ねぎ, 人参, 小松菜 ブロッコリー 玉ねぎ, 人参	米 じゃが芋 ソフト小魚せん	醤油 塩 醤油, 塩
		10 ・ソフト小魚せん ・麦茶			ソフト小魚せん	麦茶
		3 ・ふかしかぼちゃ ・麦茶		かぼちゃ		麦茶
26	土	・スティックパン ・鶏のケチャップ煮 ・キャベツサラダ ・野菜スープ ・ぶどうゼリー-/50g	鶏ささみ, かつお節(だし) だし昆布 かつお節(だし), だし昆布	キャベツ, きゅうり, 人参 玉ねぎ	食パン 上白糖, 片栗粉 ぶどうゼリー	トマトケチャップ 塩
		10 ・ハイハイン ・麦茶			ハイハイン	麦茶
		3 ・がんばれ野菜家族 ・麦茶			ハイハイン	麦茶
28	月	・後期粥(全粥～軟飯80 g) ・鮭の煮つけ ・ブロッコリーの和風あえ	鮭 のり	ブロッコリー, ほうれん草 人参	米 上白糖	醤油 醤油
		10 ・ソフト小魚せん ・麦茶			ソフト小魚せん	麦茶
		3 ・ふかしさつま芋 ・麦茶			さつまいも	麦茶
29	火	・後期粥(全粥～軟飯80 g) ・蒸し鶏 ・こまつなの納豆あえ ・すまし汁	鶏ささみ, かつお節(だし) だし昆布 納豆 だし昆布, かつお節(だし)	小松菜, もやし, 人参	米 片栗粉 じゃが芋, 麩	醤油 醤油 醤油, 塩
		10 ・ふかしかぼちゃ ・麦茶		かぼちゃ		麦茶
		3 ・やわらかコーンフレーク ・麦茶			コーンフレーク	麦茶
30	水	・ミートスパゲティ ・ポテトサラダ ・すまし汁 (離乳食用) ・オレンジ(房取)	豚ひき肉 かつお節(だし), だし昆布	玉ねぎ きゅうり, 人参 小松菜, 玉ねぎ オレンジ	スパゲティ, 上白糖 じゃが芋	トマトケチャップ 塩 醤油, 塩
		10 ・マンナウエハース ・麦茶			マンナウエハー	麦茶
		3 ・ほうれん草粥(全粥～軟飯80 g) ・麦茶		ほうれん草	米	塩 麦茶

献立種類	離乳後期					離乳後期				
	エネルギーkcal	たんぱく質	脂質	炭水化物	カルシウム	エネルギーkcal	たんぱく質	脂質	炭水化物	カルシウム
栄養素										
平均栄養価	265 kcal	11.9 g	3.8 g	47.4 g	92 mg	265 kcal	11.9 g	3.8 g	47.4 g	92 mg
基準値	0 kcal	0.0 g	0.0 g	0.0 g	0 mg	0 kcal	0.0 g	0.0 g	0.0 g	0 mg



離乳食＜中期＞予定献立表

認定こども園あおぞら北

日曜日	曜日	料理名	ざ い り ょ う			その他
			赤：血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	緑：からだの調子を整えるもの 野菜類・藻類・くだもの類	黄：力や体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	
1	火	昼 ・中期粥(5分粥～全粥80g) ・鮭のみそ煮 ・大根と人参の煮物 ・がんばれ野菜家族 ・麦茶	鮭,味噌 だし昆布,かつお節(だし)	大根,人参,ほうれん草	米 上白糖	醤油 醤油
		10 ・ふかしさつま芋 ・麦茶			ハイハイン	麦茶
		3 ・ふかしさつま芋 ・麦茶			さつまいも	麦茶
2	水	昼 ・中期粥(5分粥～全粥80g) ・鶏の煮物 ・マカロニサラダ ・オレンジ(房取) ・ハイハイン ・麦茶	鶏ささみ,かつお節(だし) だし昆布	玉ねぎ きゅうり,人参 オレンジ	米 じゃが芋,片栗粉 マカロニ	
		10 ・がんばれ野菜家族 ・麦茶			ハイハイン	麦茶
		3 ・がんばれ野菜家族 ・麦茶			ハイハイン	麦茶
3	木	昼 ・煮込みうどん ・蒸し鶏 ・バナナ ・ソフト小魚せん ・麦茶	だし昆布,かつお節(だし) 鶏ささみ,かつお節(だし) だし昆布	人参 バナナ	うどん 片栗粉	
		10 ・ほうれん草粥(全粥～軟飯80g) ・麦茶		ほうれん草	ソフト小魚せん	麦茶
		3 ・ほうれん草粥(全粥～軟飯80g) ・麦茶		ほうれん草	米	麦茶
4	金	昼 ・中期粥(5分粥～全粥80g) ・豚肉と大根のみそ煮 ・ささみと小松菜のサラダ ・ふかしじゃが芋 ・麦茶	鶏ひき肉,かつお節(だし) 蒸し鶏ほぐし	大根,人参 小松菜	米	
		10 ・煮りんご/離乳 ・麦茶		りんご	じゃが芋	麦茶
		3 ・煮りんご/離乳 ・麦茶		りんご		麦茶
5	土	昼 ・そぼろ粥(5分粥～全粥80g) ・じゃが芋の煮物 ・がんばれ野菜家族 ・麦茶	鶏ひき肉 かつお節(だし),だし昆布	小松菜,玉ねぎ,人参 玉ねぎ,人参	米 じゃが芋,片栗粉 ハイハイン	
		10 ・パン粥 ・麦茶			食パン	麦茶
		3 ・パン粥 ・麦茶			食パン	麦茶
7	月	昼 ・中期粥(5分粥～全粥80g) ・肉じゃが ・ブロッコリー ・ソフト小魚せん ・麦茶	鶏ひき肉,かつお節(だし) だし昆布	玉ねぎ,人参 ブロッコリー	米 じゃが芋,上白糖	醤油
		10 ・バナナ ・麦茶		バナナ	ソフト小魚せん	麦茶
		3 ・バナナ ・麦茶		バナナ		麦茶
8	火	昼 ・中期粥(5分粥～全粥80g) ・鮭の煮つけ ・キャベツサラダ ・ハイハイン ・麦茶	鮭	キャベツ,きゅうり	米 片栗粉	
		10 ・がんばれ野菜家族 ・麦茶			ハイハイン	麦茶
		3 ・がんばれ野菜家族 ・麦茶			ハイハイン	麦茶
9	水	昼 ・中期粥(5分粥～全粥80g) ・鶏肉とさつまいもの煮物 ・はくさいサラダ ・オレンジ(房取) ・がんばれ野菜家族 ・麦茶	鶏ひき肉	玉ねぎ 白菜,人参 オレンジ	米 さつま芋	
		10 ・ふかしかぼちゃ ・麦茶		かぼちゃ	ハイハイン	麦茶
		3 ・ふかしかぼちゃ ・麦茶		かぼちゃ		麦茶
10	木	昼 ・煮込みうどん 離乳後 ・ブロッコリーサラダ ・バナナ ・ソフト小魚せん ・麦茶	鶏ひき肉,だし昆布 かつお節(だし)	大根,ほうれん草 ブロッコリー,人参 バナナ	うどん,片栗粉	
		10 ・中期粥(5分粥～全粥80g) ・麦茶			ソフト小魚せん	麦茶
		3 ・中期粥(5分粥～全粥80g) ・麦茶			米	麦茶
11	金	昼 ・中期粥(5分粥～全粥80g) ・蒸し鶏 ・白菜の和え物 ・ハイハイン ・麦茶	鶏ささみ,かつお節(だし) だし昆布	白菜,人参	米 片栗粉	
		10 ・ふかしじゃが芋 ・麦茶			ハイハイン	麦茶
		3 ・ふかしじゃが芋 ・麦茶			じゃが芋	麦茶
12	土	昼 ・そぼろ粥(5分粥～全粥80g) ・きゅうりのサラダ ・がんばれ野菜家族 ・麦茶	鶏ひき肉	小松菜,玉ねぎ,人参 きゅうり,キャベツ,人参	米	
		10 ・ソフト小魚せん ・麦茶			ハイハイン	麦茶
		3 ・ソフト小魚せん ・麦茶			ソフト小魚せん	麦茶
14	月	昼 ・中期粥(5分粥～全粥80g) ・鶏の煮物 ・キャベツのおかか和え ・バナナ ・ハイハイン ・麦茶	鶏ささみ,かつお節(だし) だし昆布	キャベツ,きゅうり,人参 バナナ	米 片栗粉	
		10 ・ふかしさつま芋 ・麦茶			ハイハイン	麦茶
		3 ・ふかしさつま芋 ・麦茶			さつまいも	麦茶
15	火	昼 ・中期粥(5分粥～全粥80g) ・マーボー豆腐 ・きゅうりの和え物 ・がんばれ野菜家族 ・麦茶	木綿豆腐,鶏ひき肉	玉ねぎ,人参 きゅうり,人参	米 片栗粉	
		10 ・パン粥 ・麦茶			ハイハイン	麦茶
		3 ・パン粥 ・麦茶			食パン	麦茶
16	水	昼 ・パン粥 ・鶏とジャガイモの煮物 ・キャベツサラダ ・バナナ ・ハイハイン ・麦茶	鶏ひき肉	玉ねぎ,人参,ブロッコリー キャベツ,きゅうり バナナ	食パン じゃが芋	
		10 ・煮込みうどん 離乳後 ・麦茶	鶏ひき肉,だし昆布 かつお節(だし)	玉ねぎ,人参	ハイハイン	麦茶
		3 ・煮込みうどん 離乳後 ・麦茶		玉ねぎ,人参	うどん,片栗粉	麦茶



離乳食＜中期＞予定献立表

認定こども園あおぞら北

日曜日		料理名	ざ い り ょ う			
			赤：血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	緑：からだの調子を整えるもの 野菜類・藻類・くだもの類	黄：力や体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	その他
17	木	・中期粥(5分粥～全粥80g) ・鮭の煮つけ ・小松菜のおひたし ・がんばれ野菜家族 ・麦茶	鮭	もやし, 小松菜, 人参	米	
		・ふかしじゃが芋 ・麦茶			ハイハイン	麦茶
					じゃが芋	麦茶
18	金	・中期粥(5分粥～全粥80g) ・とりひき肉の秋色煮 ・白菜サラダ ・ソフト小魚せん ・麦茶	鶏ひき肉	玉ねぎ, 人参, いんげん 白菜, きゅうり, 人参	米 片栗粉, さつま芋	
		・きなこパン粥 ・麦茶			ソフト小魚せん	麦茶
			きな粉		食パン	麦茶
19	土	・中期粥(5分粥～全粥80g) ・鶏肉のとろとろ煮 ・白菜の和えもの ・がんばれ野菜家族 ・麦茶	鶏ささみ, かつお節(だし) だし昆布	玉ねぎ, 人参 白菜, きゅうり	米 小麦粉, 上白糖	醤油
		・ハイハイン ・麦茶			ハイハイン	麦茶
					ハイハイン	麦茶
24	木	・煮込みうどん ・蒸し鶏 ・ブロッコリー ・ソフト小魚せん ・麦茶	だし昆布, かつお節(だし) 鶏ささみ, かつお節(だし) だし昆布	大根, 人参 ブロッコリー	うどん, 片栗粉 片栗粉	
		・やさい粥(5分粥～全粥80g) ・麦茶		玉ねぎ, 人参	米	麦茶
					ソフト小魚せん	麦茶
25	金	・中期粥(5分粥～全粥80g) ・豆腐の煮物 ・ゆでブロッコリー ・ソフト小魚せん ・麦茶	木綿豆腐, 鶏ひき肉	玉ねぎ, 人参, 小松菜 ブロッコリー	米	
		・ふかしかぼちゃ ・麦茶		かぼちゃ	ソフト小魚せん	麦茶
						麦茶
26	土	・パン粥 ・鶏の煮物 ・キャベツサラダ ・ハイハイン ・麦茶	鶏ささみ, かつお節(だし) だし昆布		食パン 片栗粉	
		・がんばれ野菜家族 ・麦茶		キャベツ, きゅうり, 人参	ハイハイン	麦茶
					ハイハイン	麦茶
28	月	・中期粥(5分粥～全粥80g) ・鮭の煮つけ ・ブロッコリーあえ ・ソフト小魚せん ・麦茶	鮭	ブロッコリー, ほうれん草 人参	米	
		・ふかしさつま芋 ・麦茶			ソフト小魚せん	麦茶
					さつまいも	麦茶
29	火	・中期粥(5分粥～全粥80g) ・蒸し鶏 ・こまつなの納豆あえ ・ふかしかぼちゃ ・麦茶	鶏ささみ, かつお節(だし) だし昆布 納豆	小松菜, 人参 かぼちゃ	米 片栗粉	
		・ハイハイン ・麦茶			ハイハイン	麦茶
						麦茶
30	水	・そばろ粥(5分粥～全粥80g) ・ポテトサラダ ・オレンジ(房取) ・がんばれ野菜家族 ・麦茶	鶏ひき肉	玉ねぎ きゅうり, 人参 オレンジ	米 じゃが芋	
		・ほうれん草粥(5分粥～全粥80g) ・麦茶		ほうれん草	ハイハイン	麦茶
					米	麦茶

献立種類	離乳中期					離乳中期				
栄養素	エネルギーkcal	たんぱく質	脂質	炭水化物	カルシウム	エネルギーkcal	たんぱく質	脂質	炭水化物	カルシウム
平均栄養価	175 kcal	8.7 g	2.3 g	31.6 g	71 mg	175 kcal	8.7 g	2.3 g	31.6 g	71 mg
基準値	0 kcal	0.0 g	0.0 g	0.0 g	0 mg	0 kcal	0.0 g	0.0 g	0.0 g	0 mg