

日	曜	9～11ヶ月頃 (後期)	12～15ヶ月頃 (完了期)	16ヶ月頃～ (乳児食)
15	火	かたがゆ 玉ねぎのすまし汁 白身魚と白菜の煮物 さつまいもの煮物	ゆかりおにぎり 玉ねぎのすまし汁 白身魚と野菜の煮物	抹茶蒸しパン
26	水	かたがゆ かぶのみそ汁 鮭とキャベツの煮物 さつまいもの煮物	きなこおにぎり かぶのみそ汁 鮭と野菜の煮物	さつまいも餅のごま揚げ
37	木	かたがゆ 青菜のすまし汁 豆腐とかぼちゃの煮物 大根の煮物	青のりおにぎり 青菜のすまし汁 豆腐と野菜の煮物	たけのこごはん
48	金	かたがゆ あさつきのみそ汁 白身魚とねぎの煮物 人参の煮物	おかかおにぎり あさつきのみそ汁 白身魚と野菜の煮物	フルーツ入りゼリー
59	土	トースト 白菜のスープ ツナとさつまいもの煮物 キャベツの煮物	トースト 白菜のスープ ツナと野菜の煮物	いちごジャムサンド
721	月	かたがゆ 玉ねぎのみそ汁 白身魚と青菜の煮物 じゃが芋の磯辺煮	すりごまおにぎり 玉ねぎのみそ汁 白身魚と野菜の磯辺煮	蒸かしじゃが芋
822	火	煮込みうどん（チンゲン菜） 鮭と大根の煮物 白菜の煮物	煮込みうどん（チンゲン菜） 鮭と大根の煮物 白菜の煮物	スパゲティナポリタン
923	水	かたがゆ ねぎのみそ汁 しらすとじゃが芋の煮物 かぶの煮物	おかかおにぎり ねぎのみそ汁 しらすと野菜の煮物	よもぎ蒸しパン
1024	木	かたがゆ キャベツのすまし汁 白身魚とさつまいもの煮物 大根の煮物	きなこおにぎり キャベツのすまし汁 白身魚と野菜の煮物	10日：サブレ 24日：こいのぼりサブレ
1125	金	かたがゆ 玉ねぎのみそ汁 鮭と青菜の煮物 白菜のおかか煮	ゆかりおにぎり 玉ねぎのみそ汁 鮭と野菜のおかか煮	フルーツヨーグルト・クラッカー
1226	土	かたがゆ ねぎのすまし汁 ツナとキャベツの煮物 さつまいもの煮物	すりごまおにぎり ねぎのすまし汁 ツナと野菜の煮物	おかかおにぎり
1428	月	トースト チンゲン菜のスープ 豆腐とあさつきの煮物 かぼちゃの煮物	トースト チンゲン菜のスープ 豆腐と野菜の煮物	ツナカレートースト
30	水	かたがゆ 青菜のすまし汁 しらすと人参の煮物 キャベツの煮物	おかかおにぎり 青菜のすまし汁 しらすと野菜の煮物	バインケーキ
盛付け量の 目安		主食 大さじ3 汁物 5 おかず 3 おかず 3	主食 大さじ3 汁物 7 主菜 3	ごはん類 60g パン類 30～40g 汁物 120cc

☆完了期食では朝の水分補給時に牛乳を提供しますが、その他の食事形態・時間帯・食事時には麦茶を提供します。

☆豚肉・鶏肉はひき肉を、完了期食に使用するきゅうり・トマトは皮をむいてボイルしたものを使用しています。