2月



- C(後期)食からは普通食より取り分けしており、
- C(後期)食は調味料1/3量、汁ものはだし汁で3倍に薄めて作っています。
- D(完了期)食は調味料半量、汁ものはだし汁で2倍に薄めて作っています。

_		A /+==#0\	D (+#)	Io / 44 ##1	藤沢市保育
В			B (中期) 7~8か月	C(後期) 9~11か月	D(完了期) 12~18か月
	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
		つぶし粥	お粥	かた粥	軟飯
1			鶏ささみの煮物(鶏ささみ、だし汁、でん		鶏ささみのピカタ
-	昼食	汁、でんぷん)	ぷん) 煮野菜(ほうれん草、白菜、だし	(卵全卵1/3個分まで)	(卵全卵2/3個分まで)
5		煮野果 (はつれん早葉先、日菜、人参、だし汁、でんぷん)	汁、でんぷん) 豆腐と人参の汁もの	ほうれん草と白菜のナムル	ほうれん草と白菜のナムル
		来、人参、たし川、でんぶん)	(豆腐、人参、だし汁)	(ごまよくする)	(ごまよくする)
火		育児用ミルク	育児用ミルク	豆腐と長ねぎのすまし汁	豆腐と長ねぎのすまし汁
		育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶
		1130710 475 5	青のり粥	みそ焼きライスのかた粥	みそ焼きライスの軟飯
			(米、青のり)	(ごまよくする)	(ごまよくする)
	おさよう	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
	割のでし			かた粥	
		つぶし粥	お粥		軟飯 かばの四八枝さん (四十分) 以 目 〉
2		煮魚	煮魚 (白身魚、だし汁、でんぷん)	魚の照り焼き(さば→白身魚)	さばの照り焼き(調味料半量)
•	昼食	(白身魚、だし汁、でんぷん) 煮野菜 (ブロッコリー、大根、	ブロッコリーのだし煮(ブロッコリー、だ		ゆで野菜
6		点野来 (プロッコリー、人伝、 人参、だし汁、でんぷん)	し汁、でんぷん) 大根と人参の汁もの (豆腐、大根、人参、だし汁)	のうへい汗(こはう、こんにやく除く)	のっぺい汁(こんにゃく除く)
-		人多、たじ川、こんぶん)	(豆腐、人恨、人参、たし汁)		
k		育児用ミルク	育児用ミルク		
		育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶
	おやつ		ぽんかん水煮 乳児用せんべい	ぽんかん 乳児用せんべい	ぽんかん せんべい ビスケット
			乳児用ビスケット	乳児用ビスケット	
	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
		青のり入りつぶし粥	ふりかけ入りお粥(青のり、削り節粉	ふりかけ入りかた粥	ふりかけ入り軟飯
3		焼き豆腐の煮物 (焼き豆	状) 焼き豆腐と野菜の煮物 (焼き豆	(ごまよくする、削り節粉状)	(ごまよくする、削り節粉状)
		腐、だし汁、でんぷん)	腐、白菜、人参、だし汁、でんぷん)	すきやき風煮 (しらたき除く)	すきやき風煮(しらたき細かく刻む
7	生民	煮野菜 (白菜、人参、小松菜	大麦麺と小松菜の汁もの	大麦麺と小松菜のすまし汁	大麦麺と小松菜のすまし汁
1		葉先、だし汁、でんぷん)	(大麦麺よく洗う、小松菜、人参、だし汁)	(大麦麺よく洗う)	(大麦麺よく洗う)
.					
木		育児用ミルク	育児用ミルク		
		育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶
	おやつ		大豆入りお粥	大豆ごはんかた粥 💮 🚾 🦫	大豆ごはんの軟飯
			(米、大豆薄皮除き刻む、人参)	(大豆薄皮除き刻む)	(大豆薄皮除き刻む)
	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
		つぶし粥	お粥	かた粥	軟飯
4		魚のミルク煮(白身魚、育児	魚と野菜のミルク煮(白身魚、人参、白	肉野菜炒め(カレー粉除く、エリンギ	カレー風味の野菜炒め (カレー粉
.	昼食		菜、玉ねぎ、育児用ミルク、でんぷん)	細かく刻み少量)	量、エリンギ細かく刻み少量)
8		(玉ねぎ、人参、ほうれん草葉		ほうれん草のみそ汁 (油揚げ除く)	油揚げとほうれん草のみそ汁
		先、だし汁、でんぷん)	(ほうれん草、だし汁)		(油揚げ細かく刻み少量)
金		李旧 田 > 11 名	李坦思SU 5		
17		育児用ミルク	育児用ミルク		
		育児用ミルク	H 76/11-777	育児用ミルク	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶
			きなこ入りパン粥	豆腐きなこクリームサンド	豆腐きなこクリームサンド
1			(パン、育児用ミルク、きなこ)		
-					
	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク又は牛乳
5	朝おやつ	つぶし粥	お粥	かた粥	軟飯
5		つぶし粥 凍り豆腐の煮物	お粥 凍り豆腐と野菜の者物 (凍り豆腐 玉	かた粥 豚肉の炒め煮	軟飯 豚肉としらたきの炒め煮
5	朝おやつ 昼食	つぶし粥 凍り豆腐の煮物 (凍り豆腐すりおろし、だし汁、	お粥 凍り豆腐と野菜の煮物(凍り豆腐、玉 ねぎ、人参、だし汁、でんぷん)	かた粥 豚肉の炒め煮 (しらたき除く)	軟飯 豚肉としらたきの炒め煮 (しらたき細かく刻む)
5 - 9		つぶし粥 凍り豆腐の煮物 (凍り豆腐すりおろし、だし汁、 でんぷん)	お粥 凍り豆腐と野菜の煮物(凍り豆腐、玉 ねぎ、人参、だし汁、でんぷん) さつまいもと玉ねぎの汁もの	かた粥 豚肉の炒め煮	軟飯 豚肉としらたきの炒め煮
5 • 9		つぶし粥 凍り豆腐の煮物 (凍り豆腐すりおろし、だし汁、 でんぷん) 煮野菜(玉ねぎ、人参、さつ	お粥 凍り豆腐と野菜の煮物(凍り豆腐、玉 ねぎ、人参、だし汁、でんぷん)	かた粥 豚肉の炒め煮 (しらたき除く)	軟飯 豚肉としらたきの炒め煮 (しらたき細かく刻む)
5 • 9		つぶし粥 凍り豆腐の煮物 (凍り豆腐すりおろし、だし汁、 でんぷん)	お粥 凍り豆腐と野菜の煮物(凍り豆腐、玉 ねぎ、人参、だし汁、でんぷん) さつまいもと玉ねぎの汁もの	かた粥 豚肉の炒め煮 (しらたき除く)	軟飯 豚肉としらたきの炒め煮 (しらたき細かく刻む)
5 • 9		つぶし粥 凍り豆腐の煮物 (凍り豆腐すりおろし、だし汁、 でんぷん) 煮野菜(玉ねぎ、人参、さつ	お粥 凍り豆腐と野菜の煮物(凍り豆腐、玉 ねぎ、人参、だし汁、でんぷん) さつまいもと玉ねぎの汁もの	かた粥 豚肉の炒め煮 (しらたき除く)	軟飯 豚肉としらたきの炒め煮 (しらたき細かく刻む)
5 9 •	昼食	つぶし粥 凍り豆腐の煮物 (凍り豆腐すりおろし、だし汁、 でんぷん) 煮野菜(玉ねぎ、人参、さつ まいも、だし汁、でんぷん) 育児用ミルク	お粥 凍り豆腐と野菜の煮物(凍り豆腐、玉 ねぎ、人参、だし汁、でんぷん) さつまいもと玉ねぎの汁もの (さつまいも、玉ねぎ、だし汁)	かた粥 豚肉の炒め煮 (しらたき除く)	軟飯 豚肉としらたきの炒め煮 (しらたき細かく刻む)
5 9 •	昼食	つぶし粥 凍り豆腐の煮物 (凍り豆腐すりおろし、だし汁、 でんぷん) 煮野菜(玉ねぎ、人参、さつ まいも、だし汁、でんぷん) 育児用ミルク 育児用ミルク	お粥 凍り豆腐と野菜の煮物(凍り豆腐、玉 ねぎ、人参、だし汁、でんぷん) さつまいもと玉ねぎの汁もの (さつまいも、玉ねぎ、だし汁) 育児用ミルク 青児用ミルク・ヨーグルト	かた粥 豚肉の炒め煮 (しらたき除く) さつまいもと玉ねぎのみそ汁	軟飯 豚肉としらたきの炒め煮 (しらたき細かく刻む) さつまいもと玉ねぎのみそ汁
5 9 •	昼食	つぶし粥 凍り豆腐の煮物 (凍り豆腐すりおろし、だし汁、 でんぷん) 煮野菜(玉ねぎ、人参、さつ まいも、だし汁、でんぷん) 育児用ミルク 育児用ミルク つぶし粥	お粥 凍り豆腐と野菜の煮物(凍り豆腐、玉 ねぎ、人参、だし汁、でんぷん) さつまいもと玉ねぎの汁もの (さつまいも、玉ねぎ、だし汁) 育児用ミルク 育児用ミルク・ヨーグルト お粥	かた粥 豚肉の炒め煮 (しらたき除く) さつまいもと玉ねぎのみそ汁 育児用ミルク・ヨーグルト	軟飯 豚肉としらたきの炒め煮 (しらたき細かく刻む) さつまいもと玉ねぎのみそ汁 育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳 軟飯
5 9 - E	昼食朝おやつ	つぶし粥 凍り豆腐の煮物 (凍り豆腐すりおろし、だし汁、 でんぷん) 煮野菜(玉ねぎ、人参、さつ まいも、だし汁、でんぷん) 育児用ミルク 育児用ミルク つぶし粥 煮魚	お粥 凍り豆腐と野菜の煮物(凍り豆腐、玉 ねぎ、人参、だし汁、でんぷん) さつまいもと玉ねぎの汁もの (さつまいも、玉ねぎ、だし汁) 育児用ミルク 育児用ミルク・ヨーグルト お粥 魚と野菜の煮物(白身魚、キャベツ、人	かた粥 豚肉の炒め煮 (しらたき除く) さつまいもと玉ねぎのみそ汁 育児用ミルク・ヨーグルト かた粥 八宝菜	軟飯 豚肉としらたきの炒め煮 (しらたき細かく刻む) さつまいもと玉ねぎのみそ汁 育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳 軟飯 八宝菜
5 • 9 • ±	昼食	つぶし粥 凍り豆腐の煮物 (凍り豆腐すりおろし、だし汁、 でんぷん) 煮野菜(玉ねぎ、人参、さつ まいも、だし汁、でんぷん) 育児用ミルク 育児用ミルク つぶし粥 煮魚 (白身魚、だし汁、でんぷん)	お粥 凍り豆腐と野菜の煮物(凍り豆腐、玉 ねぎ、人参、だし汁、でんぷん) さつまいもと玉ねぎの汁もの (さつまいも、玉ねぎ、だし汁) 育児用ミルク 育児用ミルク・ヨーグルト お粥 魚と野菜の煮物(白身魚、キャベツ、人 参、ピーマン、だし汁、でんぷん)	かた粥 豚肉の炒め煮 (しらたき除く) さつまいもと玉ねぎのみそ汁 育児用ミルク・ヨーグルト	軟飯 豚肉としらたきの炒め煮 (しらたき細かく刻む) さつまいもと玉ねぎのみそ汁 育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳 軟飯 八宝菜
5 • 9 • L	昼食朝おやつ	つぶし粥 凍り豆腐の煮物 (凍り豆腐すりおろし、だし汁、 でんぷん) 煮野菜(玉ねぎ、人参、さつ まいも、だし汁、でんぷん) 育児用ミルク 育児用ミルク つぶし粥 煮魚 (白身魚、だし汁、でんぷん)	お粥 凍り豆腐と野菜の煮物(凍り豆腐、玉 ねぎ、人参、だし汁、でんぷん) さつまいもと玉ねぎの汁もの (さつまいも、玉ねぎ、だし汁) 育児用ミルク 育児用ミルク・ヨーグルト お粥 魚と野菜の煮物(白身魚、キャベツ、人	かた粥 豚肉の炒め煮 (しらたき除く) さつまいもと玉ねぎのみそ汁 育児用ミルク・ヨーグルト かた粥 八宝菜 (たけのこ・なると除く、もやし細かく刻	軟飯 豚肉としらたきの炒め煮 (しらたき細かく刻む) さつまいもと玉ねぎのみそ汁 育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳 軟飯 ハ宝菜 (なると細かく刻み少量、もやし細か
5 • 9 • L	昼食朝おやつ	つぶし粥 凍り豆腐の煮物 (凍り豆腐すりおろし、だし汁、 でんぷん) 煮野菜(玉ねぎ、人参、さつ まいも、だし汁、でんぷん) 育児用ミルク 育児用ミルク つぶし粥 煮魚 (白身魚、だし汁、でんぷん) 煮野菜(キャベツ、人参、じゃ がいも、だし汁、でんぷん)	お粥 凍り豆腐と野菜の煮物(凍り豆腐、玉 ねぎ、人参、だし汁、でんぷん) さつまいもと玉ねぎの汁もの (さつまいも、玉ねぎ、だし汁) 育児用ミルク 育児用ミルク・ヨーグルト お粥 魚と野菜の煮物(白身魚、キャベツ、人 参、ピーマン、だし汁、でんぷん) じゃがいもと玉ねぎの汁もの (じゃがいも、玉ねぎ、だし汁)	かた粥 豚肉の炒め煮 (しらたき除く) さつまいもと玉ねぎのみそ汁 育児用ミルク・ヨーグルト かた粥 八宝菜 (たけのこ・なると除く、もやし細かく刻む)	軟飯 豚肉としらたきの炒め煮 (しらたき細かく刻む) さつまいもと玉ねぎのみそ汁 育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳 軟飯 八宝菜 (なると細かく刻み少量、もやし細か刻む)
5 • 9 • ±	昼食朝おやつ	つぶし粥 凍り豆腐の煮物 (凍り豆腐すりおろし、だし汁、 でんぷん) 煮野菜(玉ねぎ、人参、さつ まいも、だし汁、でんぷん) 育児用ミルク 育児用ミルク つぶし粥 煮魚 (白身魚、だし汁、でんぷん) 煮野菜(キャベツ、人参、じゃがいも、だし汁、でんぷん) 青児用ミルク	お粥 凍り豆腐と野菜の煮物(凍り豆腐、玉ねぎ、人参、だし汁、でんぷん) さつまいもと玉ねぎの汁もの(さつまいも、玉ねぎ、だし汁) 育児用ミルク 育児用ミルク・ヨーグルト お粥 魚と野菜の煮物(白身魚、キャベツ、人参、ピーマン、だし汁、でんぷん) じゃがいもと玉ねぎの汁もの(じゃがいも、玉ねぎ、だし汁) 育児用ミルク	かた粥 豚肉の炒め煮 (しらたき除く) さつまいもと玉ねぎのみそ汁 育児用ミルク・ヨーグルト かた粥 八宝菜 (たけのこ・なると除く、もやし細かく刻む) じゃがいもと玉ねぎのみそ汁	軟飯 豚肉としらたきの炒め煮 (しらたき細かく刻む) さつまいもと玉ねぎのみそ汁 育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳 軟飯 八宝菜 (なると細かく刻み少量、もやし細か刻む) じゃがいもと玉ねぎのみそ汁
5 - 19 - ±	昼食 朝おやつ 昼食	つぶし粥 凍り豆腐の煮物 (凍り豆腐すりおろし、だし汁、 でんぷん) 煮野菜(玉ねぎ、人参、さつ まいも、だし汁、でんぷん) 育児用ミルク 育児用ミルク つぶし粥 煮魚 (白身魚、だし汁、でんぷん) 煮野菜(キャベツ、人参、じゃ がいも、だし汁、でんぷん)	お粥 凍り豆腐と野菜の煮物(凍り豆腐、玉ねぎ、人参、だし汁、でんぷん) さつまいもと玉ねぎの汁もの(さつまいも、玉ねぎ、だし汁) 育児用ミルク 育児用ミルク・ヨーグルト お粥 魚と野菜の煮物(白身魚、キャベツ、人参、ピーマン、だし汁、でんぷん) じゃがいもと玉ねぎの汁もの(じゃがいも、玉ねぎ、だし汁) 育児用ミルク	かた粥 豚肉の炒め煮 (しらたき除く) さつまいもと玉ねぎのみそ汁 育児用ミルク・ヨーグルト かた粥 八宝菜 (たけのこ・なると除く、もやし細かく刻む) じゃがいもと玉ねぎのみそ汁	軟飯 豚肉としらたきの炒め煮 (しらたき細かく刻む) さつまいもと玉ねぎのみそ汁 育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳 軟飯 八宝菜 (なると細かく刻み少量、もやし細か刻む) じゃがいもと玉ねぎのみそ汁 青児用ミルク又は牛乳又は麦茶
5 • 9 • L	昼食朝おやつ	つぶし粥 凍り豆腐の煮物 (凍り豆腐すりおろし、だし汁、 でんぷん) 煮野菜(玉ねぎ、人参、さつ まいも、だし汁、でんぷん) 育児用ミルク 育児用ミルク つぶし粥 煮魚 (白身魚、だし汁、でんぷん) 煮野菜(キャベツ、人参、じゃがいも、だし汁、でんぷん) 青児用ミルク	お粥 凍り豆腐と野菜の煮物(凍り豆腐、玉ねぎ、人参、だし汁、でんぷん) さつまいもと玉ねぎの汁もの(さつまいも、玉ねぎ、だし汁) 育児用ミルク 育児用ミルク・ヨーグルト お粥 魚と野菜の煮物(白身魚、キャベツ、人参、ピーマン、だし汁、でんぷん) じゃがいもと玉ねぎの汁もの(じゃがいも、玉ねぎ、だし汁) 育児用ミルク	かた粥 豚肉の炒め煮 (しらたき除く) さつまいもと玉ねぎのみそ汁 育児用ミルク・ヨーグルト かた粥 八宝菜 (たけのこ・なると除く、もやし細かく刻む) じゃがいもと玉ねぎのみそ汁	軟飯 豚肉としらたきの炒め煮 (しらたき細かく刻む) さつまいもと玉ねぎのみそ汁 育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳 軟飯 八宝菜 (なると細かく刻み少量、もやし細か刻む) じゃがいもと玉ねぎのみそ汁

● 豆まきで「鬼」を追い払いましょう! ●

2/3は節分です。鬼が苦手だとされている豆を投げたり、 生臭いイワシを飾ったり食べたりして鬼を追い払う行事です。「鬼」は様々な「災い」のこと。特に感 流行やすいこの季節、病気という災いから身を守るために、栄養のある豆や魚で体を整え、 抵抗力をつける昔からの知恵だったのかもしれません。

鬼を寄せ付けない体づくりのために、しっかり食事をとりましょう!

	卸かぶつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
	初のでし	つぶし粥	お粥	かた粥	軟飯
8			煮魚 (かじき、だし汁、でんぷん)	かたが 魚のごまみそ煮	秋
•	昼食	ぶん)	煮野菜 (白菜、人参、だし汁、でんぷん)	(しょうが少量、ごまよくする)	(しょうが少量、ごまよくする)
	全良	煮野菜 (白菜、人参、だし	麩とわかめの汁もの	白菜と人参の削り節和え	白菜と人参の削り節和え
22		汁、でんぷん)	(麩、わかめよく洗う、だし汁)	(削り節粉状) 麩とわかめのすまし	
		本旧 四 > 11		汁(わかめよく洗う)	汁(わかめよく洗う)
火		育児用ミルク	育児用ミルク		
	to 11 -	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶
	おやつ		煮うどん (************************************	あんかけうどん (卵全卵1/3個分まで)	あんかけうどん (卵全卵2/3個分まで)
			(乾麺、だし汁、人参)	(F) = F) (F) = F(F) = F	
	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
		つぶし粥	お粥	かた粥	軟飯
		煮魚	鶏ささみと野菜の煮物 (鶏ささみ、玉ね	鶏肉のママレード煮	鶏肉のママレード煮(にんにく少量)
9	昼食		ぎ、人参、だし汁、でんぷん) キャベツとかぶの汁もの	(にんにく・ママレード少量) キャベツとかぶのみそ汁	キャベツとかぶのみそ汁
:		参、だし汁、でんぷん)	(キャベツとか ふの) もの (キャベツ、かぶ、だし汁)	イヤペクとか ふのみそ月	
水				S.	
		育児用ミルク	育児用ミルク		
		育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶
	おやつ		玉ねぎ粥	玉ねぎかた粥	 チーズリング
			(米、玉ねぎ)	(米、玉ねぎ)	(ベーコン少量)
	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
		つぶし粥	お粥	かた粥	軟飯
10			魚と野菜のトマトミルク煮	ポークシチュー	ポークシチュー
•			(白身魚、玉ねぎ、人参、じゃがいも、トマ	(こしょう・ソース除く、ケチャップ少量、	(こしょう・ソース・ケチャップ少量、グリ
24		用ミルク、でんぷん) 煮野菜 (キャベツ、玉ねぎ、	トピューレ、育児用ミルク、でんぷん) キャベツと人参の汁もの	グリンピース薄皮除く又は抜く) フレンチサラダ	ンピース薄皮除く又は抜く) フレンチサラダ
•		人参、だし汁、でんぷん)	(キャベツ、人参、だし汁)	プレンテ・リーフラ (こしょう・コーン除く)	(こしょう少量、コーン細かく刻む)
木		779776077			(こしな)ク重、コーン 神山の(気引む)
		育児用ミルク	育児用ミルク		
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶
	あやう		鮭粥 (米·鮭水煮缶)	鮭そぼろごはんのかた粥	鮭そぼろごはんの軟飯
	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
		きなこ入りつぶし粥	きなこ入りお粥	きなこ入りかた粥	きなこ入り軟飯
		豆腐の煮物	豆腐と野菜の煮物(豆腐、白菜、人参、	生揚げと白菜のみそ炒め	生揚げと白菜のみそ炒め
25	昼食	(豆腐、だし汁、でんぷん)	玉ねぎ、だし汁、でんぷん)	(生揚げ外側除く)	(生揚げ外側除く)
		煮野菜 (白菜、青梗菜葉先、	青梗菜の汁もの	青梗菜とえのきだけのスープ	青梗菜とえのきだけのスープ
金		人参、だし汁、でんぷん)	(青梗菜、人参、だし汁)	(こしょう除く、えのき細かく刻み少量)	(こしょう少量、えのき細かく刻み少量)
		育児用ミルク	育児用ミルク		
		育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶
	おやつ		小松菜粥 ()	小松菜かた粥	小松菜マフィン
			(米、小松菜)	(米、小松菜)	(卵全卵2/3個分まで、レーズン少量)
	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク又は牛乳
12		つぶし粥	お粥	かた粥	軟飯
•		煮魚	魚と野菜の煮物(白身魚、にんじん、玉	じゃがいもと豚肉のケチャップ煮	じゃがいもと豚肉のケチャップ煮
26	昼食		ねぎ、じゃがいも、だし汁、でんぷん)	(ケチャップ少量、グリンピース薄皮除	(ケチャップ少量、グリンピース薄皮除
•		煮野菜 (人参、玉ねぎ、じゃ	人参の汁もの (人参、だし汁)	く又は抜く) 人参ともやしのスープ	く又は抜く)
土		がいも、だし汁、でんぷん)		人参ともやしのスーノ (こしょう除く、もやし細かく刻む)	人参ともやしのスープ (こしょう少量、もやし細かく刻む)
		育児用ミルク	育児用ミルク		(こしようタ重、ひたし他の「気」の
	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
		つぶし粥	お粥	かた粥	軟飯
14		凍り豆腐の煮物 (凍り豆腐	凍り豆腐と人参の煮物	凍り豆腐の炒め煮(ごぼう除く)	凍り豆腐とごぼうの炒め煮
-	昼食	すりおろし、だし汁、でんぷ ん) 煮野菜 (キャベツ葉先、	(凍り豆腐、人参、だし汁、でんぷん)	キャベツと大根の汁もの	キャベツと大根の汁もの
28		人参、大根、だし汁、でんぷ	キャベツと大根の汁もの		
•		んが、人様、たじれ、これがん)	(キャベツ、大根、だし汁)		
月		育児用ミルク	育児用ミルク		
		育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト / へん
	おやつ		小松菜粥	骨太ごはんのかた粥	骨太ごはんの軟飯
			(米、小松菜)	(桜えび・ちりめんじゃこ粉状)	
	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
		つぶし粥 (湯通ししらす入り)		菜の花ごはんかた粥	菜の花ごはん軟飯
			鶏ささみの煮物(鶏ささみ、だし汁、でん		(しらす湯通し、卵全卵2/3個分まで)
	昼食	(白身魚、だし汁、でんぷん) 煮野菜		鶏肉のから揚げ (しょうが少量)	鶏肉のから揚げ(しょうが少量)
誕			でんぷん) 小松菜の汁もの (小松菜、だし汁)	コールスロー(ごまよくする) にらともやしのみそ汁	コールスロー(ごまよくする) にらともやしのみそ汁
生		葉先、だし汁、でんぷん)	(小女本の7) もの(小仏米、だし汗)	(もやし細かく刻む)	(もやし細かく刻む)
会		- · · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	g g g		
		育児用ミルク	育児用ミルク		
		育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶
	おやつ		玉ねぎ入りパン粥	ピザトースト	ピザトースト(コーン細かく刻む、ハ
			(パン、育児用ミルク、玉ねぎ)	(コーン除く、ハム・ケチャップ少量)	ム・ケチャップ少量)
┕╵					