



令和7年 3月 離乳食献立表



□【赤】体の血、肉、骨、歯をつくる食品 【黄】体の熱や力をつくる食品 【緑】体の調子を良くし病気にならないようにする食品

□ 行事、食材の都合により献立を変更することがございます。

□ 新規アレルギー発症予防のため、保育所で初めて食べることがないよう食材の確認をお願いします。

	5～6か月頃	7～8か月	9～11か月	12か月	おやつ (9か月～)
1 8 土	つぶしがゆ 豆腐のペースト 玉ねぎとキャベツのペースト 【赤】豆腐【黄】米【緑】たまねぎ、キャベツ	おかゆ(7～) ささ身と野菜のあんかけ 豆腐のスープ 【赤】ささ身、豆腐【黄】米【緑】たまねぎ、人参、キャベツ	おかゆ(9～) ひき肉と野菜のトマト炒め キャベツと豆腐のスープ 【赤】牛・ひき肉、豚・ひき肉、粉チーズ、豆腐【黄】米【緑】たまねぎ、セロリ、人参、ピーマン、キャベツ	軟飯(12～) ひき肉と野菜のトマト炒め キャベツと豆腐のスープ 【赤】牛・ひき肉、豚・ひき肉、粉チーズ、豆腐【黄】米【緑】たまねぎ、セロリ、人参、ピーマン、キャベツ	人参入りホットケーキ バナナ 【赤】牛乳【黄】ホットケーキミックス、なたね油 【緑】人参、バナナ
3 月	つぶしがゆ 白身魚のペースト 大根と人参のペースト 【赤】赤魚【黄】米【緑】大根、人参	おかゆ(7～) 白身魚の煮物 大根と人参の煮物 【赤】赤魚【黄】米【緑】大根、人参、ブロッコリー	おかゆ(9～) 鶏肉の煮物 人参とブロッコリーの煮物 大根と人参のすまし汁 【赤】鶏もも肉、シーチキン【黄】米【緑】人参、ブロッコリー、大根	軟飯(12～) 鶏肉の煮物 人参とブロッコリーの煮物 大根と人参のすまし汁 【赤】鶏もも肉、シーチキン【黄】米、三温糖、うずまき麺【緑】人参、ブロッコリー、大根	ホットケーキ イチゴ 【赤】牛乳【黄】ホットケーキミックス、なたね油 【緑】いちご
4 18 火	つぶしがゆ 鮭のペースト 玉ねぎと人参のペースト 【赤】べにざけ【黄】米【緑】たまねぎ、人参	おかゆ(7～) 鮭とブロッコリーのクリーム煮 トマトスープ 【赤】べにざけ、豆乳【黄】米【緑】たまねぎ、ブロッコリー、トマト、人参	おかゆ(9～) 鮭のクリーム煮 キャベツのくたくた煮 トマトスープ 【赤】べにざけ、豆乳、鶏もも肉【黄】米、マカロニ 【緑】たまねぎ、ブロッコリー、キャベツ、人参、トマト	軟飯(12～) 鮭のクリーム煮 キャベツのくたくた煮 トマトスープ 【赤】べにざけ、豆乳、鶏もも肉【黄】米、マカロニ 【緑】たまねぎ、ブロッコリー、キャベツ、人参、トマト	みそおじや りんごのコンポート 【赤】シーチキン【黄】米、あわ、押し麦、三温糖 【緑】りんご
5 水	つぶしがゆ 白身魚のペースト 玉ねぎとキャベツのペースト 【赤】赤魚【黄】米【緑】たまねぎ、キャベツ	おかゆ(7～) 白身魚の煮物 玉ねぎとキャベツの煮物 バナナ 【赤】赤魚【黄】米【緑】たまねぎ、キャベツ、人参、バナナ	おかゆ(9～) 鶏肉の煮物 玉ねぎとキャベツのスープ バナナ 【赤】鶏もも肉【黄】米【緑】たまねぎ、キャベツ、人参、バナナ	スパゲティナーポリタン 鶏肉の煮物 玉ねぎとキャベツのスープ バナナ 【赤】鶏もも肉【黄】スパゲティ、乾【緑】たまねぎ、人参、しめじ、ピーマン、キャベツ、バナナ	ホットケーキ 【赤】普通牛乳【黄】ホットケーキミックス、なたね油 【緑】
19 水	つぶしがゆ 白身魚のペースト 小松菜と大根のペースト 【赤】赤魚【黄】米【緑】こまつな、大根	おかゆ(7～) ささみと小松菜のあんかけ 人参と大根の煮物 【赤】ささ身【黄】米、片栗粉【緑】人参、こまつな、大根	おかゆ(9～) 白身魚の煮物 小松菜とささみのあんかけ 大根と人参のスープ 【赤】赤魚、ささ身、豚Bロース肉、厚揚げ【黄】米、片栗粉【緑】こまつな、人参、大根、ねぎ	軟飯(12～) 白身魚の煮物 小松菜とささみのあんかけ イナムドウチ汁 【赤】赤魚、ささ身、豚Bロース肉、厚揚げ【黄】米、三温糖、片栗粉【緑】こまつな、大根、人参、ねぎ	人参いりホットケーキ 【赤】こんぶ【黄】三温糖、なたね油、小麦粉【緑】人参、レーズン
6 木	つぶしがゆ 白身魚のペースト じゃが芋のペースト 【赤】赤魚【黄】米【緑】じゃが芋	おかゆ(7～) 白身魚の煮物 じゃが芋と大根の煮物 【赤】赤魚【黄】米【緑】じゃが芋、人参、大根	おかゆ(9～) 魚の煮物 キャベツのくたくた煮 大根とじゃが芋のスープ 【赤】赤魚【黄】米【緑】じゃが芋、人参、大根、ねぎ	軟飯(12～) 魚の煮物 キャベツのくたくた煮 大根のみそ汁 【赤】赤魚【黄】米、三温糖、じゃが芋【緑】キャベツ、人参、大根、ねぎ	ココアケーキ 【赤】牛乳【黄】ホットケーキミックス、なたね油 【緑】
7 21 金	つぶしがゆ 白身魚のペースト 白菜と玉ねぎのペースト 【赤】赤魚【黄】米【緑】白菜、たまねぎ	おかゆ(7～) ささみ入りマッシュポテト 白菜の煮物 バナナヨーグルト 【赤】ささ身、プレーンヨーグルト【黄】米【緑】じゃが芋、白菜、たまねぎ、人参、バナナ	おかゆ(9～) 牛肉のトマト煮 白菜とマカロニのスープ バナナヨーグルト 【赤】牛かたろース、ヨーグルト【黄】米【緑】じゃが芋、マカロニ【緑】たまねぎ、マッシュルーム、人参、白菜、えのき、バナナ	軟飯(12～) 牛肉のトマト煮 白菜とマカロニのスープ バナナヨーグルト 【赤】牛かたろース、ヨーグルト【黄】米【緑】じゃが芋、マカロニ【緑】たまねぎ、マッシュルーム、人参、白菜、えのき、バナナ	ささみと野菜のおじや オレンジ 【赤】ささ身【黄】米【緑】人参、たまねぎ、オレンジ
22 29 土	つぶしがゆ 豆腐のペースト 人参と玉ねぎのペースト 【赤】沖縄豆腐【黄】米【緑】人参、たまねぎ	おかゆ(7～) 白身魚と野菜のあんかけ 豆腐のスープ 【赤】赤魚、沖縄豆腐【黄】米【緑】たまねぎ、人参、こまつな	おかゆ(9～) 牛肉と野菜のあんかけ わかめと豆腐のみそ汁 【赤】牛肉、沖縄豆腐【黄】米【緑】たまねぎ、人参、こまつな、わかめ、ねぎ	軟飯(12～) 牛肉と野菜のあんかけ わかめと豆腐のみそ汁 【赤】牛肉、沖縄豆腐【黄】米、三温糖【緑】たまねぎ、人参、こまつな、わかめ、ねぎ	ささみと野菜のおじや オレンジ 【赤】ささ身【黄】米【緑】こまつな、たまねぎ、オレンジ
10 24 月	つぶしがゆ 白身魚のペースト 人参のペースト 【赤】赤魚【黄】米【緑】人参	おかゆ(7～) ささみとブロッコリーの煮物 人参と大根の煮物 【赤】ささ身、かつお節【黄】米【緑】ブロッコリー、人参、大根	おかゆ(9～) 鶏肉の煮物 にんじんとブロッコリーの煮物 大根のスープ 【赤】鶏もも肉、シーチキン【黄】米【緑】人参、ブロッコリー、大根	軟飯(12～) 鶏肉の煮物 にんじんしりしり 大根のスープ 【赤】鶏もも肉、シーチキン【黄】米【緑】人参、ブロッコリー、大根	ささみと野菜のおじや バナナ 【赤】ささ身【黄】米【緑】人参、ブロッコリー、バナナ
11 25 火	つぶしがゆ 豆腐のペースト かぼちゃと玉ねぎのペースト 【赤】豆腐【黄】米【緑】かぼちゃ、たまねぎ	おかゆ(7～) かぼちゃの煮物 豆腐のスープ 【赤】豆腐【黄】米【緑】かぼちゃ、人参、たまねぎ	おかゆ(9～) ひき肉のトマト煮 コーンスープ 【赤】牛・ひき肉、豚・ひき肉、豆腐【黄】米、片栗粉【緑】たまねぎ、キャベツ、人参、かぼちゃ、クリームコーン、パセリ	軟飯(12～) ひき肉のトマト煮 コーンスープ 【赤】牛・ひき肉、豚・ひき肉、豆腐【黄】米、片栗粉【緑】たまねぎ、キャベツ、人参、かぼちゃ、クリームコーン、パセリ	ささみと野菜のおじや バナナ 【赤】ささ身【黄】米【緑】人参、ブロッコリー、バナナ
12 26 水	つぶしがゆ 白身魚のペースト じゃが芋のペースト 【赤】赤魚【黄】米【緑】じゃが芋	おかゆ(7～) 白身魚の煮物 じゃが芋と人参の煮物 ゆし豆腐 【赤】赤魚、ゆし豆腐【黄】米【緑】じゃが芋、人参	おかゆ(9～) 白身魚の煮物 マッシュポテト ゆし豆腐汁 【赤】赤魚、かつお・かつお節、ゆし豆腐、もずく【黄】米【緑】じゃが芋、人参、アーサ、ねぎ	軟飯(12～) さばの煮物 マッシュポテト ゆし豆腐汁 【赤】さば、かつお・かつお節、ゆし豆腐、もずく【黄】米、三温糖、じゃが芋、マヨネーズ【緑】人参、アーサ、ねぎ	ささみと野菜のおじや バナナ 【赤】ピザ用チーズ【黄】食パン 6枚切り【緑】ブルーベリー、乾
13 27 木	つぶしがゆ 豆腐のペースト さつま芋のペースト 【赤】沖縄豆腐【黄】米【緑】さつま芋	おかゆ(7～) 豆腐とブロッコリーの煮物 根菜の煮物 【赤】沖縄豆腐【黄】米、さつま芋【緑】ブロッコリー、大根、人参	おかゆ(9～) 豆腐入り肉団子 ステック野菜 根菜のスープ 【赤】沖縄豆腐、豚・ひき肉、もずく【黄】米、片栗粉、さつま芋【緑】長ねぎ、ブロッコリー、人参、ごぼう、大根	軟飯(12～) 豆腐入り肉団子 ステック野菜 根菜のみそ汁 【赤】沖縄豆腐、豚・ひき肉、もずく、厚揚げ【黄】米、片栗粉、さつま芋【緑】長ねぎ、ブロッコリー、人参、ごぼう、大根	ホットケーキ バナナ 【赤】牛乳【黄】ホットケーキミックス、なたね油 【緑】バナナ
14 28 金	つぶしがゆ 白身魚のペースト キャベツのペースト 【赤】赤魚【黄】米【緑】キャベツ	おかゆ(7～) 白身魚の煮物 ささみと野菜の煮物 さつま芋 【赤】赤魚、ささ身【黄】米、焼き芋【緑】キャベツ、人参	おかゆ(9～) 白身魚の煮物 ささみと野菜の煮物 焼き芋 【赤】赤魚、ささ身【黄】米、焼き芋【緑】キャベツ、人参	味噌ラーメン 餃子 焼き芋 【赤】豚Bロース肉、餃子【黄】中華めん、焼き芋 【緑】人参、キャベツ	ひじき入りみそおじや りんごのコンポート 【赤】花かつお【黄】米、あわ、三温糖、いりごま 白 【緑】ほしひじき、りんご
17 31 月	つぶしがゆ 豆腐のペースト 小松菜と玉ねぎのペースト 【赤】豆腐【黄】米【緑】こまつな、たまねぎ	おかゆ(7～) モズク丼 豆腐のスープ 【赤】豚・ひき肉、もずく、豆腐【黄】米【緑】たまねぎ、人参、ピーマン、こまつな	おかゆ(9～) モズク丼 小松菜と玉ねぎのスープ 【赤】豚・ひき肉、もずく、豆腐【黄】米【緑】たまねぎ、人参、ピーマン、こまつな、ねぎ	軟飯(12～) モズク丼 小松菜と玉ねぎのみそ汁 【赤】豚・ひき肉、もずく、豆腐【黄】米【緑】たまねぎ、人参、ピーマン、こまつな、ねぎ	豆腐ときな粉のホットケーキ 【赤】豆腐、きな粉【黄】ホットケーキミックス、なたね油 【緑】



令和7年 3月 離乳食献立表



□【赤】体の血、肉、骨、歯をつくる食品 【黄】体の熱や力をつくる食品 【緑】体の調子を良くし病気にならないようにする食品

□ 行事、食材の都合により献立を変更することがございます。

□ 新規アレルギー発症予防のため、保育所で初めて食べることがないよう食材の確認をお願いします。

	5～6か月頃	7～8か月	9～11か月	12か月	おやつ (9か月～)
1 8 土	つぶしがゆ 豆腐のペースト 玉ねぎとキャベツのペースト 【赤】豆腐【黄】米【緑】たまねぎ、キャベツ	おかゆ(7～) ささ身と野菜のあんかけ 豆腐のスープ 【赤】ささ身、豆腐【黄】米【緑】たまねぎ、人参、キャベツ	おかゆ(9～) ひき肉と野菜のトマト炒め キャベツと豆腐のスープ 【赤】牛・ひき肉、豚・ひき肉、粉チーズ、豆腐【黄】米【緑】たまねぎ、セロリ、人参、ピーマン、キャベツ	軟飯(12～) ひき肉と野菜のトマト炒め キャベツと豆腐のスープ 【赤】牛・ひき肉、豚・ひき肉、粉チーズ、豆腐【黄】米【緑】たまねぎ、セロリ、人参、ピーマン、キャベツ	人参入りホットケーキ バナナ 【赤】牛乳【黄】ホットケーキミックス、なたね油 【緑】人参、バナナ
3 月	つぶしがゆ 白身魚のペースト 大根と人参のペースト 【赤】赤魚【黄】米【緑】大根、人参	おかゆ(7～) 白身魚の煮物 大根と人参の煮物 【赤】赤魚【黄】米【緑】大根、人参、ブロッコリー	おかゆ(9～) 鶏肉の煮物 人参とブロッコリーの煮物 大根と人参のすまし汁 【赤】鶏もも肉、シーチキン【黄】米【緑】人参、ブロッコリー、大根	軟飯(12～) 鶏肉の煮物 人参とブロッコリーの煮物 大根と人参のすまし汁 【赤】鶏もも肉、シーチキン【黄】米、三温糖、うずまき麺【緑】人参、ブロッコリー、大根	ホットケーキ イチゴ 【赤】牛乳【黄】ホットケーキミックス、なたね油 【緑】いちご
4 18 火	つぶしがゆ 鮭のペースト 玉ねぎと人参のペースト 【赤】べにざけ【黄】米【緑】たまねぎ、人参	おかゆ(7～) 鮭とブロッコリーのクリーム煮 トマトスープ 【赤】べにざけ、豆乳【黄】米【緑】たまねぎ、ブロッコリー、トマト、人参	おかゆ(9～) 鮭のクリーム煮 キャベツのくたくた煮 トマトスープ 【赤】べにざけ、豆乳、鶏もも肉【黄】米、マカロニ【緑】たまねぎ、ブロッコリー、キャベツ、人参、トマト	軟飯(12～) 鮭のクリーム煮 キャベツのくたくた煮 トマトスープ 【赤】べにざけ、豆乳、鶏もも肉【黄】米、マカロニ【緑】たまねぎ、ブロッコリー、キャベツ、人参、トマト	みそおじや りんごのコンポート 【赤】シーチキン【黄】米、あわ、押し麦、三温糖 【緑】りんご
5 19 水	つぶしがゆ 白身魚のペースト 小松菜と大根のペースト 【赤】赤魚【黄】米【緑】こまつな、大根	おかゆ(7～) ささみと小松菜のあんかけ 人参と大根の煮物 【赤】ささ身【黄】米、片栗粉【緑】人参、こまつな、大根	おかゆ(9～) 白身魚の煮物 小松菜とささみのあんかけ 大根と人参のスープ 【赤】赤魚、ささ身、豚、厚揚げ【黄】米、片栗粉【緑】こまつな、人参、大根、ねぎ	軟飯(12～) 白身魚の煮物 小松菜とささみのあんかけ イナムドウチ汁 【赤】赤魚、ささ身、豚、厚揚げ【黄】米、三温糖、片栗粉【緑】こまつな、大根、人参、ねぎ	人参いりホットケーキ 【赤】こんぶ【黄】三温糖、なたね油、小麦粉【緑】人参、レーズン
6 木	つぶしがゆ 白身魚のペースト じゃが芋のペースト 【赤】赤魚【黄】米【緑】じゃが芋	おかゆ(7～) 白身魚の煮物 じゃが芋と大根の煮物 【赤】赤魚【黄】米【緑】じゃが芋、人参、大根	おかゆ(9～) 魚の煮物 キャベツのくたくた煮 大根とじゃが芋のスープ 【赤】赤魚【黄】米【緑】じゃが芋、人参、大根、ねぎ	軟飯(12～) 魚の煮物 キャベツのくたくた煮 大根のみそ汁 【赤】赤魚【黄】米、三温糖、じゃが芋【緑】キャベツ、人参、大根、ねぎ	ココアケーキ 【赤】牛乳【黄】ホットケーキミックス、なたね油 【緑】
7 21 金	つぶしがゆ 白身魚のペースト 白菜と玉ねぎのペースト 【赤】赤魚【黄】米【緑】白菜、たまねぎ	おかゆ(7～) ささみ入りマッシュポテト 白菜の煮物 バナナヨーグルト 【赤】ささ身、プレーンヨーグルト【黄】米【緑】じゃが芋、白菜、たまねぎ、人参、バナナ	おかゆ(9～) 牛肉のトマト煮 白菜とマカロニのスープ バナナヨーグルト 【赤】牛かた、ローズ、ヨーグルト【黄】米【緑】じゃが芋、マカロニ【緑】たまねぎ、マッシュルーム、人参、白菜、えのき、バナナ	軟飯(12～) 牛肉のトマト煮 白菜とマカロニのスープ バナナヨーグルト 【赤】牛かた、ローズ、ヨーグルト【黄】米【緑】じゃが芋、マカロニ【緑】たまねぎ、マッシュルーム、人参、白菜、えのき、バナナ	ささみと野菜のおじや オレンジ 【赤】ささ身【黄】米【緑】人参、たまねぎ、オレンジ
22 29 土	つぶしがゆ 豆腐のペースト 人参と玉ねぎのペースト 【赤】沖縄豆腐【黄】米【緑】人参、たまねぎ	おかゆ(7～) 白身魚と野菜のあんかけ 豆腐のスープ 【赤】赤魚、沖縄豆腐【黄】米【緑】たまねぎ、人参、こまつな	おかゆ(9～) 牛肉と野菜のあんかけ わかめと豆腐のみそ汁 【赤】牛肉、沖縄豆腐【黄】米【緑】たまねぎ、人参、こまつな、わかめ、ねぎ	軟飯(12～) 牛肉と野菜のあんかけ わかめと豆腐のみそ汁 【赤】牛肉、沖縄豆腐【黄】米、三温糖【緑】たまねぎ、人参、こまつな、わかめ、ねぎ	ささみと野菜のおじや オレンジ 【赤】ささ身【黄】米【緑】こまつな、たまねぎ、オレンジ
10 月	つぶしがゆ 白身魚のペースト 玉ねぎとキャベツのペースト 【赤】赤魚【黄】米【緑】たまねぎ、キャベツ	おかゆ(7～) 白身魚の煮物 玉ねぎとキャベツの煮物 バナナ 【赤】赤魚【黄】米【緑】たまねぎ、キャベツ、人参、バナナ	おかゆ(9～) 鶏肉の煮物 玉ねぎとキャベツのスープ バナナ 【赤】鶏もも肉【黄】米【緑】たまねぎ、キャベツ、人参、バナナ	スパゲティーナポリタン 鶏肉の煮物 玉ねぎとキャベツのスープ バナナ 【赤】鶏もも肉【黄】スパゲッティ、乾【緑】たまねぎ、人参、しめじ、ピーマン、キャベツ、バナナ	ホットケーキ 【赤】普通牛乳【黄】ホットケーキミックス、なたね油【緑】
24 月	つぶしがゆ 白身魚のペースト 人参のペースト 【赤】赤魚【黄】米【緑】人参	おかゆ(7～) ささみとブロッコリーの煮物 人参と大根の煮物 【赤】ささ身、かつお節【黄】米【緑】ブロッコリー、人参、大根	おかゆ(9～) 鶏肉の煮物 にんじんとブロッコリーの煮物 大根のスープ 【赤】鶏もも肉、シーチキン【黄】米【緑】人参、ブロッコリー、大根	軟飯(12～) 鶏肉の煮物 にんじんとブロッコリーの煮物 大根のスープ 【赤】鶏もも肉、シーチキン【黄】米【緑】人参、ブロッコリー、大根	ささみと野菜のおじや バナナ 【赤】ささ身【黄】米【緑】人参、ブロッコリー、バナナ
11 25 火	つぶしがゆ 豆腐のペースト かぼちゃと玉ねぎのペースト 【赤】豆腐【黄】米【緑】かぼちゃ、たまねぎ	おかゆ(7～) かぼちゃの煮物 豆腐のスープ 【赤】豆腐【黄】米【緑】かぼちゃ、人参、たまねぎ	おかゆ(9～) ひき肉のトマト煮 コーンスープ 【赤】牛・ひき肉、豚・ひき肉、豆腐【黄】米、片栗粉【緑】たまねぎ、キャベツ、人参、かぼちゃ、クリームコーン、パセリ	軟飯(12～) ひき肉のトマト煮 コーンスープ 【赤】牛・ひき肉、豚・ひき肉、豆腐【黄】米、片栗粉【緑】たまねぎ、キャベツ、人参、かぼちゃ、クリームコーン、パセリ	ささみと野菜のおじや 【赤】ささ身【黄】米【緑】人参、ブロッコリー、バナナ
12 26 水	つぶしがゆ 白身魚のペースト じゃが芋のペースト 【赤】赤魚【黄】米【緑】じゃが芋	おかゆ(7～) 白身魚の煮物 じゃが芋と人参の煮物 ゆし豆腐 【赤】赤魚、ゆし豆腐【黄】米【緑】じゃが芋、人参	おかゆ(9～) 白身魚の煮物 マッシュポテト ゆし豆腐汁 【赤】赤魚、かつお・かつお節、ゆし豆腐、もずく【黄】米【緑】じゃが芋、人参、アーサ、ねぎ	軟飯(12～) さばの煮物 マッシュポテト ゆし豆腐汁 【赤】さば、かつお・かつお節、ゆし豆腐、もずく【黄】米、三温糖、じゃが芋、マヨネーズ【緑】人参、アーサ、ねぎ	トースト(パン粥) 【赤】ピザ用チーズ【黄】食パン 6枚切り【緑】ブルーベリー、乾
13 27 木	つぶしがゆ 豆腐のペースト さつま芋のペースト 【赤】沖縄豆腐【黄】米、さつま芋【緑】	おかゆ(7～) 豆腐とブロッコリーの煮物 根菜の煮物 【赤】沖縄豆腐【黄】米、さつま芋【緑】ブロッコリー、大根、人参	おかゆ(9～) 豆腐入り肉団子 ステック野菜 根菜のスープ 【赤】沖縄豆腐、豚・ひき肉、もずく【黄】米、片栗粉、さつま芋【緑】長ねぎ、ブロッコリー、人参、ごぼう、大根	軟飯(12～) 豆腐入り肉団子 ステック野菜 根菜のみそ汁 【赤】沖縄豆腐、豚・ひき肉、もずく、厚揚げ【黄】米、片栗粉、さつま芋【緑】長ねぎ、ブロッコリー、人参、ごぼう、大根	ホットケーキ バナナ 【赤】牛乳【黄】ホットケーキミックス、なたね油 【緑】バナナ
14 28 金	つぶしがゆ 白身魚のペースト キャベツのペースト 【赤】赤魚【黄】米【緑】キャベツ	おかゆ(7～) 白身魚の煮物 ささみと野菜の煮物 さつま芋 【赤】赤魚、ささ身【黄】米、焼き芋【緑】キャベツ、人参	おかゆ(9～) 白身魚の煮物 ささみと野菜の煮物 焼き芋 【赤】赤魚、ささ身【黄】米、焼き芋【緑】キャベツ、人参	味噌ラーメン 餃子 焼き芋 【赤】豚、鶏肉、餃子【黄】中華めん、焼き芋【緑】人参、キャベツ	ひじき入りみそおじや りんごのコンポート 【赤】花かつお【黄】米、あわ、三温糖、いりごま 白【緑】ほしひじき、りんご
17 31 月	つぶしがゆ 豆腐のペースト 小松菜と玉ねぎのペースト 【赤】豆腐【黄】米【緑】こまつな、たまねぎ	おかゆ(7～) モズク丼 豆腐のスープ 【赤】豚・ひき肉、もずく、豆腐【黄】米【緑】たまねぎ、人参、ピーマン、こまつな	おかゆ(9～) モズク丼 小松菜と玉ねぎのスープ 【赤】豚・ひき肉、もずく、豆腐【黄】米【緑】たまねぎ、人参、ピーマン、こまつな、ねぎ	軟飯(12～) モズク丼 小松菜と玉ねぎのみそ汁 【赤】豚・ひき肉、もずく、豆腐【黄】米【緑】たまねぎ、人参、ピーマン、こまつな、ねぎ	豆腐ときな粉のホットケーキ 【赤】豆腐、きな粉【黄】ホットケーキミックス、なたね油【緑】