



| 日  | 曜日   | 初期(5～6か月)                         | 中期(7～8か月)                           | 後期(9～11か月)<br>(午前)                                     | 後期(9～11か月)<br>(午後)                       |
|----|------|-----------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------------------------------|------------------------------------------|
| 1  | 金    | つぶし粥・スープ<br>白菜煮つぶし<br>じゃが芋煮つぶし    | 粥・スープ<br>鮭白菜あんかけ煮<br>じゃが芋スティック煮     | 軟飯・豆乳味噌汁(芋・白菜)<br>鮭のソテー<br>スティック野菜・果物                  | 雑炊(鮭・白菜)<br>南瓜煮・果物                       |
| 2  | 16 土 | つぶし粥・スープ<br>玉葱煮つぶし                | 粥・スープ<br>挽肉玉葱あんかけ煮<br>人参スティック煮      | 麦茶・トマトナスパゲティ<br>白菜生姜和え・果物                              | バターロール<br>豆乳・果物                          |
| 4  | 18 月 | つぶし粥・スープ<br>玉葱煮つぶし<br>人参煮つぶし      | 粥・スープ<br>豚挽肉玉葱あんかけ煮<br>人参スティック煮     | 軟飯<br>味噌汁(玉葱・ナメ)<br>豚肉味噌焼き<br>ひじきの五目煮・果物               | 軟飯・スープ(人参)<br>鶏肉玉葱あんかけ煮<br>果物            |
| 5  | 19 火 | つぶし粥・スープ<br>ほうれん草煮つぶし<br>さつま芋煮つぶし | 粥・スープ<br>挽肉ほうれん草あんかけ煮<br>さつま芋スティック煮 | 軟飯<br>味噌汁(サツマ芋・切干大根)<br>ぶりの味噌マヨネーズ焼き<br>ほうれん草と人参ナムル・果物 | 軟飯・スープ(人参)<br>ぶりほうれん草さつま芋煮<br>果物         |
| 6  | 20 水 | つぶし粥・スープ<br>豆腐煮つぶし<br>玉葱煮つぶし      | 粥・スープ<br>豆腐玉葱あんかけ煮<br>果物            | 軟飯・味噌汁(豆腐・エノキ)<br>チンジャオロースー<br>胡瓜の醤油和え<br>果物           | トースト・スープ(玉葱)<br>豆腐えのきピーマン<br>あんかけ煮<br>果物 |
| 7  | 21 木 | つぶし粥・スープ<br>豆腐煮つぶし<br>小松菜煮つぶし     | 粥・スープ<br>豆腐小松菜あんかけ煮<br>人参スティック煮     | 軟飯<br>味噌汁(人参・麩)<br>豆腐ナゲット湯通し<br>小松菜ソナ和え・果物             | 軟飯・スープ(玉葱)<br>豚挽肉人参小松菜<br>あんかけ煮<br>果物    |
| 8  | 22 金 | パン粥・スープ<br>大根煮つぶし<br>ブロッコリー煮つぶし   | パン粥・スープ<br>豚挽肉大根あんかけ煮<br>ブロッコリー煮    | バターロール<br>スープ(大根・フナ)<br>なすミートグラタン風<br>ブロッコリーおかか和え・果物   | 軟飯・スープ(玉葱)<br>豚挽肉ブロッコリー大根煮<br>果物         |
| 9  | 23 土 | つぶし粥・スープ<br>スープ<br>南瓜煮つぶし         | 粥・スープ<br>鶏挽肉ほうれん草あんかけ煮<br>南瓜煮       | 五目うどん<br>南瓜の含め煮<br>果物                                  | バターロール<br>豆乳・果物                          |
|    | 25 月 | つぶし粥・スープ<br>ほうれん草煮つぶし<br>大根煮つぶし   | 粥・スープ<br>豚挽肉ほうれん草あんかけ煮<br>大根スティック煮  | 軟飯・味噌汁(ほうれん草・大根)<br>ヒレカツ湯通し<br>白菜ごま和え・果物               | 雑炊(豚肉・大根・白菜)<br>ほうれん草ソテー<br>果物           |
| 12 | 26 火 | つぶし粥・スープ<br>人参煮つぶし<br>じゃが芋煮つぶし    | 粥・スープ<br>鶏挽肉人参あんかけ煮<br>じゃが芋スティック煮   | 軟飯・味噌汁(芋・人参)<br>鶏肉きのこ煮<br>胡瓜ワカメ和え・果物                   | お好み焼き<br>スープ(玉葱)<br>果物                   |
| 13 | 27 水 | つぶし粥・スープ<br>玉葱煮つぶし<br>南瓜煮つぶし      | 粥・スープ<br>豚挽肉玉葱あんかけ煮<br>南瓜煮          | 軟飯・味噌汁(南瓜・長葱)<br>炒め納豆<br>キャベツとしらすサラダ・果物                | 軟飯・スープ(玉葱)<br>豚挽肉南瓜キャベツあんかけ煮<br>果物       |
| 14 | 28 木 | つぶし粥・スープ<br>キャベツ煮つぶし<br>人参煮つぶし    | 粥・スープ<br>豚挽肉キャベツあんかけ煮<br>人参スティック煮   | 軟飯<br>味噌汁(キャベツ)(生揚げ抜き)<br>豚肉ごま焼き<br>人参ピースグラッセ風・果物      | 軟飯・スープ(人参)<br>豚肉キャベツ煮<br>果物              |
|    | 15 金 | つぶし粥・スープ<br>人参煮つぶし<br>大根煮つぶし      | 粥・スープ<br>豚挽肉人参あんかけ煮<br>大根スティック煮     | 軟飯・ポークシチュー<br>大根コーンと和え<br>果物                           | 軟飯・スープ(人参)<br>豚肉玉葱コーン炒め煮<br>果物           |
|    | 29 金 | つぶし粥・スープ<br>人参煮つぶし<br>大根煮つぶし      | 粥・スープ<br>豚挽肉人参あんかけ煮<br>大根スティック煮     | 軟飯・夏野菜シチュー<br>大根コーンと和え<br>果物                           | 軟飯・スープ(人参)<br>豚肉玉葱コーン炒め煮<br>果物           |
|    | 30 土 | つぶし粥・スープ<br>さつま芋煮つぶし              | 粥・スープ<br>豚挽肉玉葱あんかけ煮<br>さつま芋スティック煮   | 醤油うどん<br>さつま芋グラッセ風<br>果物                               | バターロール<br>豆乳・果物                          |

<野菜・くだものについて>

天候不順などで高騰し、使用が難しい場合は  
他の野菜・果物に置き換えることもあります。

☆札幌市では毎月1日は『野菜の日』として、野菜摂取の強  
化に取り組んでいます。

☆離乳食の進み具合によっては使用材料を変更する場合が  
あります。

☆行事の日については玄関に掲示いたします。