



日	曜日	初期(5~6か月)	中期(7~8か月)	後期(9~11か月) (午前)	後期(9~11か月) (午後)	
1	15	水	つぶし粥・スープ 玉葱煮つぶし ブロッコリー煮つぶし	粥・スープ 鶏挽肉玉葱あんかけ煮 ブロッコリー煮	軟飯・オニオンコンスープ チキンカツ湯通し ブロッコリーおかか和え・果物	軟飯・スープ(ブロッコリー) 鶏肉玉ねぎ煮 果物
2	16	木	つぶし粥・スープ 小松菜煮つぶし さつま芋煮つぶし	粥・スープ 豚挽肉小松菜あんかけ煮 さつま芋スティック煮	軟飯・さつま芋のシチュー 小松菜ツナ和え・果物	軟飯・スープ(小松菜) 豚肉玉葱人参煮 果物
3	17	金	つぶし粥・スープ たら煮つぶし 白菜煮つぶし	粥・スープ たら白菜あんかけ煮 果物	軟飯 味噌汁(玉葱)(油揚げ抜き) たらの香味焼き 白菜しめじ和え・果物	軟飯・スープ(しめじ) たら白菜玉葱煮 果物
4	18	土	つぶし粥・スープ 南瓜煮つぶし	粥・スープ 豚挽肉チンゲン菜あんかけ煮 南瓜煮	わかめうどん 南瓜のグラッセ風 果物	バターロール 豆乳・果物
6	20	月	つぶし粥・スープ キャベツ煮つぶし 人参煮つぶし	粥・スープ 豚挽肉キャベツあんかけ煮 人参スティック煮	軟飯・味噌汁(チンゲン菜・麩) 野菜炒め(生揚げ抜き) キャベツと胡瓜のごま酢和え・果物	軟飯・スープ(キャベツ) 豚肉玉葱人参煮 果物
7	21	火	つぶし粥・スープ チンゲン菜煮つぶし 大根煮つぶし	粥・スープ 挽肉チンゲン菜あんかけ煮 大根スティック煮	軟飯・味噌汁(大根・長葱) ツナ入りオムレツ チンゲン菜コーン和え・果物	軟飯・スープ(玉葱) ツナチンゲン菜炒め煮 果物
8	22	水	つぶし粥・スープ 小松菜煮つぶし 南瓜煮つぶし	粥・スープ 豚挽肉小松菜あんかけ煮 南瓜煮	軟飯・味噌汁(南瓜) ハンバーグ 切干大根のナムル・果物	軟飯・スープ(小松菜) 豚挽肉南瓜玉葱あんかけ煮 果物
9	23	木	つぶし粥・スープ キャベツ煮つぶし ブロッコリー煮つぶし	粥・スープ 鮭キャベツあんかけ煮 ブロッコリー煮	軟飯・味噌汁(豆腐・ワカメ) 鮭チャンチャン焼き ブロッコリーマヨネーズ添え・果物	トースト・スープ(キャベツ) 豆腐玉葱人参煮 果物
10	24	金	パン粥・スープ ほうれん草煮つぶし じゃが芋煮つぶし	パン粥・スープ 豚挽肉ほうれん草あんかけ煮 じゃが芋スティック煮	バターロール・クリームシチュー 豚肉のマーマレード焼き ほうれん草のソテー・果物	軟飯・スープ(ほうれん草) 豚肉じゃが芋人参煮 果物
11	25	土	つぶし粥・スープ 玉葱煮つぶし	粥・スープ 豚挽肉玉葱あんかけ煮 人参スティック煮	トマトスープスパゲティ 小松菜しらす和え 果物	バターロール 豆乳・果物
	27	月	つぶし粥・スープ 白菜煮つぶし キャベツ煮つぶし	粥・スープ 鶏挽肉白菜あんかけ煮 果物	軟飯 豆乳味噌汁(白菜)(油揚げ抜き) 鶏肉きのこ煮 甘酢キャベツ・果物	軟飯・スープ(しめじ) 鶏肉白菜あんかけ煮 果物
14	28	火	つぶし粥・スープ 玉葱煮つぶし 大根煮つぶし	粥・スープ 豚挽肉玉葱あんかけ煮 大根スティック煮	軟飯・味噌汁(フリ・麩) チンジャオロースー 大根ツナサラダ・果物	軟飯・スープ(大根) 豚肉玉葱南瓜あんかけ煮 果物
	29	水	つぶし粥・スープ かれい煮つぶし 人参煮つぶし	粥・スープ かれいキャベツあんかけ煮 人参スティック煮	軟飯・味噌汁(チンゲン菜・エノキ) かれいの変り揚げ湯通し キャベツのお浸し・果物	味噌スパゲティ スープ(キャベツ) 果物
	30	木	つぶし粥・スープ 人参煮つぶし じゃが芋煮つぶし	粥・スープ 鮭人参あんかけ煮 じゃが芋スティック煮	軟飯・石狩汁 豚肉の生姜焼き もやしののり和え・果物	軟飯・スープ(人参) 豚肉玉葱じゃが芋煮 果物
	31	金	つぶし粥・スープ 玉葱煮つぶし 人参煮つぶし	粥・スープ 豚挽肉玉葱あんかけ煮 人参スティック煮	軟飯・ハヤシシチュー ほうれん草醤油マヨネーズ和え 果物	軟飯・スープ(しめじ) 豚肉ほうれん草人参炒め煮 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。