



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	水	つぶし粥・スープ たら煮つぶし ほうれん草煮つぶし	粥・スープ たらほうれん草あんかけ煮 果物	軟飯 豆乳味噌汁(ホウレン草・シジ) たらの磯辺焼き スティック野菜・果物	軟飯・スープ(しめじ) たらほうれん草あんかけ煮 果物
2	木	つぶし粥・スープ 大根煮つぶし 人参煮つぶし	粥・スープ 鮭大根あんかけ煮 人参スティック煮	軟飯・味噌汁(大根・フノリ) 北海かき揚げ湯通し 甘酢もやし・果物	雑炊(鮭・アスパラ・玉葱) 大根炒め煮 果物
18	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	麦茶 ミートソーススパゲティ キャベツコーン和え・果物	バターロール 豆乳・果物
20	月	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 豚挽肉玉葱あんかけ煮 ブロッコリー煮	軟飯・味噌汁(卵・小松菜) ポークビーンズ ブロッコリー中華和え・果物	軟飯・スープ(人参) 豚肉小松菜玉葱あんかけ煮 果物
7	21 火	つぶし粥・スープ じゃが芋煮つぶし 人参煮つぶし	粥・スープ じゃが芋スティック煮 人参スティック煮	軟飯・味噌汁(キャベツ・フリ) ツナじゃが 大根と胡瓜の酢の物・果物	軟飯・スープ(じゃが芋) ツナ人参大根煮 果物
8	22 水	つぶし粥・スープ 豆腐煮つぶし 小松菜煮つぶし	粥・スープ 豆腐小松菜あんかけ煮 人参スティック煮	軟飯・味噌汁(小松菜・麩) カミナリ豆腐 もやしののり和え・果物	トースト・スープ(人参) 豆腐玉葱小松菜煮 果物
9	23 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 豚挽肉人参あんかけ煮 じゃが芋スティック煮	軟飯・味噌汁(水菜・ナメコ) 豚肉の生姜焼き ポテトサラダ・果物	軟飯・スープ(コーン) 豚肉じゃが芋人参煮 果物
10	24 金	つぶし粥・スープ ほうれん草煮つぶし 人参煮つぶし	粥・スープ 鶏挽肉ほうれん草あんかけ煮 人参スティック煮	軟飯・味噌汁(人参・切干大根) チキンカツ湯通し ほうれん草しめじ炒め・果物	軟飯・スープ(人参) 鶏肉ほうれん草 しめじあんかけ煮 果物
11	25 土	つぶし粥・スープ 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	味噌うどん ブロッコリーおかか和え 果物	バターロール 豆乳・果物
13	27 月	つぶし粥・スープ キャベツ煮つぶし じゃが芋煮つぶし	粥・スープ 鶏挽肉キャベツあんかけ煮 じゃが芋スティック煮	軟飯・味噌汁(芋・絹さや) 親子煮 キャベツのごま和え・果物	軟飯・すまし汁(玉葱) 鶏肉じゃが芋人参煮 果物
14	28 火	パン粥・スープ 玉葱煮つぶし 人参煮つぶし	パン粥・スープ 豚挽肉玉葱あんかけ煮 人参スティック煮	バターロール 人参ポタージュ 豚肉のマーマレード焼き アスパラとコーンのソテー・果物	雑炊(豚肉・玉葱・アスパラ) 人参炒め煮 果物
15	29 水	つぶし粥・スープ 小松菜煮つぶし 大根煮つぶし	粥・スープ 挽肉小松菜あんかけ煮 大根スティック煮	軟飯・味噌汁(小松菜・大根) さばの竜田焼き ふきの炒め煮・果物	軟飯・スープ(大根) さば人参小松菜あんかけ煮 果物
16	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 鶏挽肉人参あんかけ煮 じゃが芋スティック煮	軟飯・キャベツシチュー 小松菜しらす和え 果物	軟飯・スープ(人参) 鶏挽肉じゃが芋 小松菜あんかけ煮 果物
17	31 金	つぶし粥・スープ 豆腐煮つぶし ほうれん草煮つぶし	粥・スープ 豆腐ほうれん草あんかけ煮 人参スティック煮	軟飯・味噌汁(豆腐・フノリ) カレイのてんぷら湯通し ほうれん草と人参ナムル・果物	軟飯・スープ(ほうれん草) カレイ人参あんかけ煮 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。