



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)
2	16	月	つぶし粥・スープ 玉葱煮つぶし さつま芋煮つぶし	粥・スープ 豚挽肉玉葱あんかけ煮 さつま芋スティック煮	軟飯・味噌汁(サツマ芋・玉葱) 豚肉の香味焼き アスパラソテー 果物	軟飯・スープ(長葱) 豚肉サツマ芋玉葱煮 果物
3	17	火	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 鮭キャベツあんかけ煮 人参スティック煮	軟飯・味噌汁(フキ)(生揚げ抜き) 鮭ざんぎ湯通し キャベツ人参中華和え・果物	軟飯・スープ(キャベツ) 鮭人参あんかけ煮 果物
4	18	水	つぶし粥・スープ チンゲン菜煮つぶし 人参煮つぶし	粥・スープ 豚挽肉チンゲン菜あんかけ煮 人参スティック煮	軟飯・細竹汁 炒め納豆 白菜とチンゲン菜のお浸し 果物	軟飯・スープ(白菜) 豚挽肉玉葱チンゲン菜炒め煮 果物
5	19	木	つぶし粥・スープ ほうれん草煮つぶし 玉葱煮つぶし	粥・スープ 豚挽肉ほうれん草あんかけ煮 果物	軟飯・味噌汁(切干大根・舞茸) 豆腐ハンバーグ ほうれん草ごまつな和え 果物	軟飯・スープ(玉葱) 豚挽肉ほうれん草あんかけ煮 果物
6	20	金	パン粥・スープ 玉葱煮つぶし ブロッコリー煮つぶし	パン粥・スープ ほっけ玉葱あんかけ煮 ブロッコリー煮	バターロール コーンシチュー ほっけのソテー ブロッコリー生姜和え・果物	雑炊(ほっけ・コーン・人参) ブロッコリー炒め煮 果物
7	21	土	つぶし粥・スープ 小松菜煮つぶし	粥・スープ 鶏挽肉小松菜あんかけ煮 人参スティック煮	麦茶・肉味噌スパゲティ 小松菜しらす和え 果物	バターロール 豆乳・果物
9	23	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・ハヤシシチュー キャベツわかめ生姜和え 果物	軟飯・スープ(しめじ) 豚肉人参キャベツ煮 果物
10	24	火	つぶし粥・スープ 豆腐煮つぶし 南瓜煮つぶし	粥・スープ 豆腐ほうれん草あんかけ煮 南瓜煮	軟飯・味噌汁(豆腐・ほうれん草) さばのソテー 南瓜の含め煮 果物	軟飯・スープ(南瓜) 豆腐ほうれん草あんかけ煮 果物
11 お誕生会		水	つぶし粥・スープ 豆腐煮つぶし ブロッコリー煮つぶし	粥・スープ 挽肉豆腐あんかけ煮 ブロッコリー煮	軟飯・味噌汁(豆腐・長葱) 鶏肉コーンフレーク焼き ブロッコリー中華和え・果物	軟飯・スープ(人参) 豆腐ブロッコリーあんかけ煮 果物
25		水	つぶし粥・スープ ほうれん草煮つぶし じゃが芋煮つぶし	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	軟飯・味噌汁(ワケ・麩) 肉じゃが ほうれん草のお浸し(油揚げ抜き) 果物	軟飯・スープ(人参) 豚肉じゃが芋ほうれん草煮 果物
12	26	木	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 ポークスープ(キャベツ・えのき) かれい味噌マヨネーズ焼き 人参スティック煮・果物	ちゃんこうどん キャベツソテー 果物
13	27	金	つぶし粥・スープ チンゲン菜煮つぶし じゃが芋煮つぶし	粥・スープ 豚挽肉チンゲン菜あんかけ煮 じゃが芋スティック煮	軟飯・豆乳味噌汁(芋・白菜) チキンカツ湯通し チンゲン菜コーン和え 果物	トースト・スープ(チンゲン菜) 鶏肉白菜あんかけ煮 果物
14	28	土	つぶし粥・スープ 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	醤油うどん ブロッコリーツナ和え 果物	バターロール 豆乳・果物
30		月	つぶし粥・スープ 大根煮つぶし 南瓜煮つぶし	粥・スープ 鶏挽肉大根あんかけ煮 南瓜煮	軟飯・味噌汁(南瓜・エノキ) 鶏肉のから揚げ湯通し ひじきのサラダ・果物	軟飯・スープ(人参) 鶏肉南瓜えのき煮 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。