



日	主食	10~11ヶ月頃	11~12ヶ月頃
1	ごはん		ひじきご飯(軟飯) サバのおろし煮 豆腐の味噌汁
2	パン		ハンバーグ じゃが芋煮 野菜入りかき玉味噌汁
7	ごはん		豚肉の卵とじ トマトの和え物 お麩の味噌汁
8	ごはん		鮭のチーズ焼き 小松菜の焼き海苔和え 茄子のけんちん汁
9	ごはん		鶏肉の照り煮 新じゃがのバター炒め ミネストローネ
10	土	★お弁当・水筒・3時のおやつを持参して下さい★	
12	パン	マカロニのミルク煮 パセリ 粉チーズ	マカロニのクリーム煮
13	ごはん	ツナとさつま芋煮 野菜のごま和え 豚汁	厚揚げとさつま芋煮 もやしの酢の物 豚汁
14	ごはん	魚の味噌煮 蓮根の煮物 ほうれん草のすまし汁	さわらの味噌焼き 蓮根の炒め煮 ほうれん草のすまし汁
15	ごはん	鮭粥 鶏肉の味噌煮 レタススープ ヨーグルト	鮭ちらし寿司 鶏肉の味噌煮 レタススープ ヨーグルト
16	ごはん	まぐろのあんかけ 切干大根の煮物 にらたま味噌汁	魚の甘酢ソース 切干大根のナムル にらたま味噌汁
17	土	★お弁当・水筒・3時のおやつを持参して下さい★	
19	ごはん		鶏肉の香り焼き 胡瓜漬け えのきの味噌汁
20	ごはん		豚肉のトマト煮 キャベツとひじきのサラダ ヨーグルト
21	めん		煮込みスパゲティ 南瓜と厚揚げ煮 かぶのスープ
22	ごはん		ポトフ キャベツとツナのサラダ ヨーグルト
23	ごはん		新じゃがと焼き豆腐の炒め煮 胡瓜の酢の物 かきたま味噌汁
24	土	★お弁当・水筒・3時のおやつを持参して下さい★	
26	ごはん		鶏肉の照り煮 わかめとコーンのサラダ ほうれん草の味噌汁
27	ごはん		野菜とひじきのかき揚げ キャベツの甘酢和え なめこの味噌汁
28	めん		煮込みうどん 三色和え ヨーグルト
29	ごはん		焼き鮭 切干大根の煮物 小松菜の味噌汁
30	金	～お弁当の日～ ★お弁当・水筒・3時のおやつを持参して下さい★	
31	土	★お弁当・水筒・3時のおやつを持参して下さい★	

※献立はお子さんの月齢でご覧ください。

- ・材料に記載されていなくても、片栗粉でとろみをつけることがあります。
- ・食物アレルギー事故防止のため、食べたことがない食材がないかチェックし、必ずご家庭で食べておくようにしましょう。