



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	火	つぶし粥・スープ 白菜煮つぶし 小松菜煮つぶし	粥・スープ 豚挽肉白菜あんかけ煮 果物	軟飯・味噌汁(小松菜・玉葱) 豚肉のごま揚げ湯通し 白菜のりあえ 果物	軟飯・すまし汁(白菜) 豚肉玉葱小松菜煮 果物
2・16	水	パン粥・スープ カレイ煮つぶし 大根煮つぶし	パン粥・スティックパン・スープ カレイ玉葱あんかけ煮 大根スティック煮	バターロール・チキンと野菜のスープ カレイのムニエル 大根とコーンのソテー 果物	うどん煮 (鶏肉・人参・玉葱) 大根煮 果物
3・17	木	つぶし粥・スープ 小松菜煮つぶし 人参煮つぶし	粥・スープ 鶏挽肉小松菜あんかけ煮 人参スティック煮	軟飯・味噌汁(豆腐・小松菜) 鶏肉みそ焼き ひじきのサラダ 果物	お好み焼き スープ(大根) 果物
4・18	金	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(キャベツ・ワカメ) 豆腐のツナ焼き 小松菜ごま和え 果物	軟飯・スープ(小松菜) 挽肉キャベツ人参あんかけ煮 果物
5・19	土	つぶし粥・スープ キャベツ煮つぶし	粥・スープ 豚挽肉キャベツあんかけ煮 人参スティック煮	麦茶 ミートソーススパゲッティ キャベツツナ和え 果物	バターロール・麦茶 チーズ 果物
7・21	月	つぶし粥・スープ 玉葱煮つぶし 南瓜煮つぶし	粥・スープ 豚挽肉玉葱あんかけ煮 南瓜煮	軟飯・味噌汁(大根・麴) チンジャオロースー 胡瓜の醤油和え 果物	軟飯・スープ(玉葱) 豚肉南瓜煮 果物
8・22	火	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 納豆ほうれん草煮 人参スティック煮	軟飯・味噌汁(キャベツ・シメジ) 炒め納豆 ハウレン草とモヤシのナムル 果物	軟飯・スープ(もやし) 豚挽肉玉葱ほうれん草 あんかけ煮 果物
9 お誕生会	水	つぶし粥・スープ 玉葱煮つぶし 人参煮つぶし	粥・スープ 鶏挽肉玉葱あんかけ煮 人参スティック煮	チキンライス(軟飯)・スープ チキンナゲット(湯通し) サラダ 果物	軟飯・味噌汁(玉葱) 鶏挽肉人参小松菜 あんかけ煮 果物
23	水	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 豆乳味噌汁(小松菜・油揚げ) ハンバーグ ごま人参 果物	軟飯・スープ(玉葱) 豚挽肉人参小松菜 あんかけ煮 果物
10・24	木	つぶし粥・スープ 小松菜煮つぶし 人参煮つぶし	粥・スープ 豚挽肉小松菜あんかけ煮 人参スティック煮	軟飯 根菜シチュー 小松菜ツナ和え 果物	トースト・スープ(小松菜) 豚肉大根人参ソテー 果物
11・25	金	つぶし粥・スープ 白菜煮つぶし じゃが芋煮つぶし	粥・スープ 鮭白菜あんかけ煮 じゃが芋スティック煮	軟飯・味噌汁(芋・人参) 鮭の味噌マヨネーズ焼き 白菜えのき和え 果物	雑炊(挽肉・白菜・人参) じゃが芋味噌煮 果物
12・26	土	つぶし粥・スープ 南瓜煮つぶし	粥・スープ 鶏挽肉玉葱あんかけ煮 南瓜煮	わかめうどん 南瓜の含め煮 果物	バターロール・麦茶 チーズ 果物
14・28	月	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 豆腐キャベツあんかけ煮 ブロッコリー煮	軟飯・味噌汁(白菜・舞茸) 豆腐チャンプルー ブロッコリーマヨネーズ添え 果物	軟飯・すまし汁(キャベツ) 豚肉白菜舞茸煮 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。
- ☆毎月19日は、『食育の日』です。
- ☆行事の日については玄関に掲示いたします。

