



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	パン粥・スープ ほうれん草煮つぶし さつま芋煮つぶし	パン粥・スープ 豚挽肉ほうれん草あんかけ煮 さつま芋スティック煮	バターロール ほうれん草ポタージュ 豚肉のマーマレード焼き キャベツと人参のサラダ・果物	雑炊(豚肉・玉葱・人参) キャベツソーテー 果物
2		水	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(切干大根・シメジ) 大豆かき揚げ湯通し 小松菜のお浸し・果物	軟飯・スープ(玉葱) 鶏肉人参小松菜煮 果物
16 お誕生会		水	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 鶏挽肉じゃが芋あんかけ煮 人参スティック煮	軟飯・スープ(えのき・ワカメ) 鶏のから揚げ(湯通し)・サラダ 青のりポテト・果物	軟飯・スープ(コーン) 鶏肉人参じゃが芋煮 果物
3	17	木	つぶし粥・スープ 人参煮つぶし 大根煮つぶし	粥・スープ 豚挽肉人参あんかけ煮 大根スティック煮	軟飯・味噌汁(水菜・麩) ビビンバ 大根のり和え・果物	軟飯・スープ(もやし) 豚挽肉ほうれん草 大根あんかけ煮・果物
4	18	金	つぶし粥・スープ たら煮つぶし 小松菜煮つぶし	粥・スープ たら小松菜あんかけ煮 果物	軟飯 豆乳味噌汁(小松菜・玉葱) たらの香味焼き 人参の鶏そぼろ煮・果物	ジャージャーめん スープ(人参) 果物
5	19	土	つぶし粥・スープ 玉葱煮つぶし	粥・スープ 鶏挽肉玉葱あんかけ煮 人参スティック煮	味噌うどん もやしめじ炒め 果物	バターロール 豆乳・果物
7		月	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(ほうれん草)(生揚げ抜き) 鶏肉のさっぱり煮 キャベツと人参のツナ和え・果物	軟飯・スープ(キャベツ) 鶏肉人参ほうれん草 あんかけ煮 果物
8	22	火	つぶし粥・スープ トマト煮つぶし 人参煮つぶし	粥・スープ 豚挽肉トマトあんかけ煮 人参スティック煮	軟飯・トマトシチュー 白菜わかめ和え 果物	軟飯・スープ(白菜) 豚肉玉葱人参煮 果物
9	23	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 豆腐玉葱あんかけ煮 ブロッコリー煮	軟飯・味噌汁(小松菜・モヤシ) 豆腐のツナ揚げ湯通し ブロッコリー中華和え・果物	軟飯・スープ(ブロッコリー) 玉葱小松菜ツナ煮 果物
10	24	木	つぶし粥・スープ さつま芋煮つぶし 人参煮つぶし	粥・スープ 鶏挽肉さつま芋あんかけ煮 人参スティック煮	軟飯・味噌汁(サツマ芋・長葱) 鶏肉のごまみそ焼き 人参スティック煮・果物	軟飯・スープ(人参) 鶏肉さつま芋煮 果物
11	25	金	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 納豆キャベツあんかけ煮 人参スティック煮	軟飯・味噌汁(キャベツ・人参) さばの竜田焼き ほうれん草納豆和え・果物	トースト・スープ(ほうれん草) さばキャベツ人参煮 果物
12	26	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
14	28	月	つぶし粥・スープ 豆腐煮つぶし チンゲン菜煮つぶし	粥・スープ 豆腐チンゲン菜あんかけ煮 じゃが芋スティック煮	軟飯・味噌汁(豆腐・チンゲン菜) 豚肉の生姜焼き 青のりポテト・果物	軟飯・スープ(じゃが芋) 豚肉チンゲン菜あんかけ煮 果物
29		火	つぶし粥・スープ ほうれん草煮つぶし 大根煮つぶし	粥・スープ ほっけほうれん草あんかけ煮 大根スティック煮	軟飯・味噌汁(ほうれん草・大根) ほっけの味噌焼き 春雨サラダ・果物	ナポリタン スープ(もやし) 果物
30		水	つぶし粥・スープ 豆腐煮つぶし 南瓜煮つぶし	粥・スープ 豆腐玉葱あんかけ煮 南瓜煮	軟飯・味噌汁(南瓜) すき焼き風煮 胡瓜のおかか和え・果物	軟飯・スープ(玉葱) 豚肉白菜南瓜煮 果物
31		木	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	軟飯・味噌汁(玉葱・舞茸) 鶏肉のチーズ焼き ほうれん草のサラダ・果物	軟飯・スープ(ほうれん草) 鶏肉玉葱人参煮 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。