

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	木	つぶし粥・スープ チンゲン菜煮つぶし 玉葱煮つぶし	粥・スープ 挽肉チンゲン菜あんかけ煮 果物	軟飯 ポークスープ(チンゲン菜・玉葱) ぶりのソテー・スティック野菜 果物	軟飯・スープ(玉葱) ぶりチンゲン菜あんかけ煮 果物
2	金	つぶし粥・スープ 人参煮つぶし 大根煮つぶし	粥・スープ 鮭人参あんかけ煮 大根スティック煮	軟飯・味噌汁(大根・フリ) 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
19	月	つぶし粥・スープ 豆腐煮つぶし 人参煮つぶし	粥・スープ 豆腐人参あんかけ煮 果物	軟飯・味噌汁(豆腐・フキ) 鶏肉のマヨネーズ焼き ごま人参・果物	軟飯・スープ(人参) 鶏肉ふきあんかけ煮 果物
20	火	パン粥・スープ カレイ煮つぶし 人参煮つぶし	パン粥・スープ カレイ人参あんかけ煮 じゃが芋スティック煮	バターロール アスパラシチュー カレイのムニエル風 キャベツのコン和え・果物	雑炊(しらす・アスパラ・玉葱) 人参炒め煮 果物
7	21	水	つぶし粥・スープ じゃが芋煮つぶし 人参煮つぶし	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(大根) ツナキャベツ人参炒め煮 果物
8	22	木	つぶし粥・スープ 人参煮つぶし じゃが芋煮つぶし	軟飯・味噌汁(水菜・切干大根) 豚肉のマーマレード焼き ポテトサラダ・果物	軟飯・スープ(コーン) 豚肉じゃが芋人参あんかけ煮 果物
9	23	金	つぶし粥・スープ 豆腐煮つぶし ブロッコリー煮つぶし	軟飯・味噌汁(小松菜・麩) カミナリ豆腐 ブロッコリー味噌マヨネーズ・果物	トースト・スープ(玉葱) 豆腐ブロッコリー人参あんかけ煮 果物
10	24	土	つぶし粥・スープ チンゲン菜煮つぶし	麦茶・ミートソーススパゲティ チンゲン菜お浸し 果物	バターロール 豆乳・果物
12	26	月	つぶし粥・スープ ほうれん草煮つぶし 人参煮つぶし	軟飯・味噌汁(人参・ワケメ) 豚肉のごま揚げ湯通し ほうれん草とモヤシのナムル・果物	軟飯・スープ(もやし) 豚肉ほうれん草人参煮 果物
13	27	火	つぶし粥・スープ 豆腐煮つぶし ブロッコリー煮つぶし	軟飯・味噌汁(豆腐・人参) ほっけフライ湯通し ブロッコリーおかか和え・果物	軟飯・スープ(人参) ほっけブロッコリーあんかけ煮 果物
14 お誕生会	水	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 挽肉キャベツあんかけ煮 人参スティック煮	軟飯・味噌汁(ふのり・麩) ハンバーグ サラダ(人参・キャベツ・コーン) 果物	軟飯・スープ(玉葱) 挽肉キャベツあんかけ煮 果物
28	水	つぶし粥・スープ 白菜煮つぶし さつま芋煮つぶし	粥・スープ 鶏挽肉白菜あんかけ煮 さつま芋スティック煮	軟飯・味噌汁(サツマ芋・長葱) ひき肉入りオムレツ 白菜ごま和え・果物	軟飯・スープ(玉葱) 鶏挽肉白菜 さつま芋あんかけ煮 果物
15	29	木	つぶし粥・スープ ほうれん草煮つぶし 人参煮つぶし	軟飯 豆乳味噌汁(ほうれん草・エノキ) さばみそ焼き 人参ピースグラッセ風・果物	トースト・スープ(人参) さばほうれん草あんかけ煮 果物
16	30	金	つぶし粥・スープ 小松菜煮つぶし じゃが芋煮つぶし	軟飯・キャベツシチュー 小松菜のり和え 果物	軟飯・スープ(玉葱) 鶏挽肉じゃが芋人参煮 果物
17	31	土	つぶし粥・スープ じゃが芋煮つぶし	味噌うどん 青のりポテト 果物	バターロール 豆乳・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。