

月	火	水	木	金	土	
2 お粥 スパゲティー煮込み 野菜煮物 かつおだし汁	3 お粥 煮魚 納豆と野菜の煮込み 大根の味噌汁	4 お粥 豚肉の柔らか煮 野菜煮物 かつおだし汁	5 お粥 煮魚 タマネー煮込み 冬瓜のみそ汁	6 お粥 チキンの柔らか煮 ごぼう煮物 茄子の味噌汁	7 お粥 豚肉の柔らか煮 野菜煮物 豆腐とわかめのみそ汁	
南瓜雑炊 みかん 米 スパゲッティ 牛挽き肉 豚挽き肉 玉葱 人参 ピーマン キャベツ りんご 南瓜 青切みかん かつお節	じゃが芋雑炊 パナナ 米 納豆 白身魚 人参 玉葱 大根 かつお節 パナナ じゃが芋 あおのり粉	さつま芋雑炊 フルーツヨーグルト 米 豚肉 玉葱 にんじん じゃが芋 さつま芋 ブロッコリー りんご 白菜 かつお節 ブルーベリー プレーンヨーグルト	野菜雑炊 りんご 米 鮭 生しいたけ 人参 玉葱 キャベツ 豚肉 冬瓜 わかめ かつお節 りんご	野菜雑炊 パナナ 米 鶏もも肉 ごぼう 人参 豚肉 茄子 玉葱 ねぎ かつお節 パナナ	野菜雑炊 ブルーベリー 米 豚肉 人参 玉葱 ピーマン 絹ごし豆腐 わかめ ねぎ かつお節 ブルーベリー	
9  スポーツの日	10 お粥 チキンの柔らか煮 ブロッコリー煮物 ゆし豆腐味噌汁 野菜雑炊 みかん 米 鶏もも肉 玉葱 人参 ブロッコリー ゆし豆腐 かつお節 青切みかん	11 お粥 煮魚 野菜煮物 南瓜の味噌汁 野菜雑炊 りんご 米 白身魚 豚肉 もやし 人参 ピーマン 南瓜 玉葱 ねぎ かつお節 りんご	12 のり粥 チキンの柔らか煮 白菜煮物 じゃが芋と玉ねぎの味噌汁 そうめん煮込み 南瓜煮物 米 きざみのり 鶏もも肉 玉葱 人参 白菜 じゃが芋 かつお節 そうめん 南瓜	13 お粥 煮魚 ブロッコリー煮物 かつおだし汁 レバー雑炊 みかん 米 白身魚 玉葱 赤ピーマン ブロッコリー 鶏むね肉 青切みかん 鶏レバー かつお節	14 のり粥 ミンチと野菜の煮込み さつま芋の味噌汁 ブルーベリー 米 きざみのり 合挽き肉 人参 玉葱 いんげん さつま芋 ねぎ かつお節 ブルーベリー	
16 お粥 チキンのトマト煮 ほうれん草煮込み 大根のみそ汁 野菜雑炊 みかん 米 鶏もも肉 玉葱 トマト ほうれん草 ホールコーン缶 人参 大根 しめじ ねぎ かつお節 青切みかん	17 お粥 豚肉の柔らか煮 白菜煮物 沖縄そば煮込み汁 コーン雑炊 りんごヨーグルト 米 ゆで沖縄そば 豚肉 玉葱 人参 かつお節 ねぎ 白菜 胡瓜 ホールコーン缶 りんご プレーンヨーグルト	18 お粥 煮魚 大根煮物 ごぼうのみそ汁 さつま芋雑炊 梨 米 さつま芋 白身魚 大根 人参 豚肉 ごぼう 玉葱 ねぎ かつお節 梨	19 お弁当 	20 お粥 豆腐煮物 ミンチと野菜の煮込み ごぼうの味噌汁 さつま芋雑炊 梨 米 沖縄豆腐 人参 鶏ミンチ あおのり粉 豚肉 じゃが芋 玉葱 ごぼう かつお節 梨 さつま芋	21 お粥 豚肉の柔らか煮 野菜煮物 わかめのすまし汁 野菜雑炊 りんご 米 豚肉 玉葱 にんじん キャベツ 茄子 しめじ わかめ かつお節 りんご	
23 お粥 煮魚 野菜煮物 絹ごしとわかめのみそ汁 野菜雑炊 パナナ 米 鮭 玉葱 人参 グリーンピース さつま芋 ささみ 赤ピーマン 黄ピーマン 絹ごし豆腐 わかめ ねぎ かつお節 パナナ	24 お粥 煮魚 豆腐と野菜の煮物 じゃが芋と玉ねぎの味噌汁 野菜雑炊 りんご 米 赤魚 沖縄豆腐 豚肉 キャベツ にんじん もやし じゃが芋 玉葱 ねぎ かつお節 りんご	25 お粥 豚肉の柔らか煮 野菜煮物 かつおだし汁 コーン雑炊 パナナ 米 豚肉 玉葱 人参 しめじ キャベツ ホールコーン缶 パナナ	26 お粥 煮魚 野菜煮物 大根の味噌汁 コーン雑炊 みかん 米 白身魚 玉葱 しめじ じゃが芋 胡瓜 ホールコーン缶 大根 かつお節 青切みかん	27 お粥 チキンの柔らか煮 野菜煮物 うどん煮込み汁 野菜雑炊 パナナ 米 うどん かつお節 鶏もも肉 玉葱 じゃが芋 人参 大根 パナナ	28 お粥 マーボー豆腐風 マッシュ南瓜 かつおだし汁 野菜雑炊 ブルーベリー 米 豚挽き肉 玉葱 乾しいたけ グリーンピース 沖縄豆腐 南瓜 かつお節 ブルーベリー	
30 お粥 チキンと野菜の煮物 ブロッコリー煮物 わかめのすまし汁 野菜雑炊 みかん 米 鶏もも肉 玉葱 人参 じゃが芋 白菜 南瓜 しめじ ブロッコリー ホールコーン缶 わかめ かつお節 青切みかん	31 お粥 煮魚 豚肉とほうれん草の煮物 かつおだし汁 南瓜雑炊 りんご 米 白身魚 人参 豚肉 ほうれん草 かつお節 りんご 南瓜	<p>手づかみ食べ 1歳頃になると自分で食べたがりますよ～ 食具を持ちたがったり、食器をカチャカチャしたり 食材を触りたがったり 大きさや感触、温度色々ことを感じる事ができて、楽しいと思います。 手指の発達や自分で食べる意欲を育む大切な時期です。 片づけはとても大変ですが、一緒にがんばりましょう！</p>				

※材料、その他の都合により献立を変更することがあります。