

カミカミ期(9~11か月ごろ)		
	主食	【栄養量】
1(火)	5倍粥	・鶏肉入り野菜の煮物 ・温野菜 ・大根の味噌汁 ・フルーツ
2(水)	5倍粥	・生揚げのケチャップ煮 ・温野菜 ・洋風かき玉汁 ・フルーツ
3(木)	5倍粥	・豆腐入りハンバーグ ・ブロッコリーの塩ゆで ・コーンクリームスープ ・フルーツ
4(金)	5倍粥	・八宝菜 ・マカロニサラダ ・ジャガイモとわかめの味噌汁 ・フルーツ
5(土)	5倍粥	・煮魚 ・スパゲティソテー ・チンゲン菜のスープ ・フルーツ
7(月)	5倍粥	・クリームシチュー ・ひじきと切り干し大根煮 ・わかめと豆腐の味噌汁 ・フルーツ
8(火)	5倍粥	・豆腐の野菜あんかけ ・ウィンナー ・えのきのスープ ・フルーツ
9(水)	5倍粥	・鶏肉のマーマレード煮 ・スパゲティソテー ・コーンスープ ・フルーツ
10(木)	5倍粥	・ひき肉入り野菜の味噌煮 ・ブロッコリーの塩ゆで ・わかめのすまし汁 ・フルーツ
11(金)	5倍粥	・肉じゃが ・ほうれん草の胡麻和え ・青菜とエノキの味噌汁 ・フルーツ
12(土)	5倍粥	・魚の味噌煮 ・粉ふきいも ・キャベツの味噌汁 ・フルーツ
14(月)	5倍粥	・ポークシチュー ・大根とツナのサラダ ・わかめスープ ・フルーツ
15(火)	5倍粥	・鶏肉の生姜煮 ・温野菜 ・玉ねぎと人参スープ ・フルーツ
16(水)	5倍粥	・筑前煮 ・スパゲティソテー ・チンゲン菜と玉子のスープ ・フルーツ
17(木)	5倍粥	・ジャガイモのそぼろ煮 ・青のりふりかけ ・青菜とエノキの味噌汁 ・フルーツ
18(金)	5倍粥	・鶏肉とマカロニの煮物 ・カブと玉ねぎの味噌汁 ・フルーツ
19(土)	5倍粥	・魚のムニエル ・菜の花ソテー ・青菜ともやしの味噌汁 ・フルーツ
22(火)	5倍粥	・野菜シチュー ・ひじき煮 ・カブの味噌汁 ・フルーツ
23(水)	5倍粥	・鶏肉の胡麻みそ煮 ・もやしと白菜のおかか和え ・青菜と人参のすまし汁 ・フルーツ
24(木)	5倍粥	・大豆とジャガイモのとろみ煮 ・温野菜 ・白菜とわかめの味噌汁 ・フルーツ
25(金)	5倍粥	・鶏肉とジャガイモの煮物 ・春雨サラダ ・キャベツともやしの味噌汁 ・フルーツ
26(土)	5倍粥	・魚の味噌煮 ・粉ふきいも ・青菜と玉ねぎのすまし汁 ・フルーツ
28(月)	5倍粥	・クリームシチュー ・中華サラダ ・わかめスープ ・フルーツ
29(火)	5倍粥	・ポークチャップ ・温キャベツ ・大根と油揚げの味噌汁 ・フルーツ
30(水)	5倍粥	・生揚げとキャベツの味噌煮 ・ジャガイモともやしのスープ ・フルーツ
31(木)	5倍粥	・すき焼き風煮 ・温キャベツ ・大根と人参の味噌汁 ・フルーツ

桃の節句

