

1月離乳食献立表



菊野台かしのみ保育園

	9～11か月頃				完了期 (12か月～)		
	午前食	食材	午後食	食材	午前食	食材	おやつ
4(土) ・ 18(土)							
6(月) ・ 20(月)	7倍がゆ 鶏肉のケチャップ炒め 粉ふき芋 味噌汁	米 鶏肉・玉ねぎ・ピーマン マッシュルーム じゃが芋 白菜・わかめ	マカロニきな粉 トマトスープ	マカロニ・きな粉 トマト・玉ねぎ	ハヤシライス 白菜サラダ		マカロニきな粉 トマトスープ トマト・玉ねぎ
7(火) ・ 21(火)	スパゲティナポリタン ブロッコリーコーン ポテトスープ	サラスパ・豚挽肉・トマト 玉ねぎ・ピーマン ブロッコリー・人参 コーン じゃが芋・パセリ	かぶぞうすい 大根の旨煮	米・かぶ かぶの葉 大根・人参・鶏肉	ナポリタン グリーンサラダ ポテトスープ		7日 七草がゆ 21日 鶏ぞうすい
8(水) ・ 22(水)	7倍がゆ 肉団子甘辛煮 いんげん味噌和え 味噌汁	米 豚挽肉・玉ねぎ いんげん・人参 万能ねぎ・わかめ	豆乳蒸しパン キャベツスープ	ケーキMix粉・豆乳 キャベツ・白身魚	軟飯 豚肉の生姜焼き いんげんの味噌和え 清汁		お豆蒸しパン キャベツスープ キャベツ・白身魚
9(木)	パン 白身魚のトマト煮 カラフル野菜 春雨スープ	食パン 白身魚・トマト 赤・黄ピーマン・胡瓜 春雨・人参	フレークがゆ 肉団子スープ	コーンフレーク 豆乳 鶏挽肉・玉ねぎ マッシュルーム・ピーマン	パン 白身魚のトマト煮 カラーピーマンピクルス 春雨スープ	白身魚・トマト	スノーボールクッキー 肉団子スープ 鶏挽肉・玉ねぎ マッシュルーム・ピーマン
10(金) ・ 24(金)	おかゆ～軟飯 ハンバーグ 南瓜甘煮 茹でブロッコリー 味噌汁	米 豚挽肉・玉ねぎ 南瓜 ブロッコリー 大根・小松菜	小豆ケーキ 南瓜スープ	ケーキMix粉 小豆・豆乳 南瓜・玉ねぎ	麦入軟飯 松風焼き 南瓜甘煮 ポイルブロッコリー 清汁		おしるこ 小豆・あられ麩 南瓜スープ 南瓜・玉ねぎ
11(土) ・ 25(土)							
27(月)	おかゆ～軟飯 炒り豆腐 スティック胡瓜 味噌汁	米 豆腐・人参・いんげん 胡瓜 白菜・長ねぎ	マカロニケチャップ炒め きのこスープ	マカロニ・鶏挽肉 人参・玉ねぎ 椎茸・しめじ・ひじき	ひじき入り軟飯 炒り豆腐 スティック胡瓜 味噌汁		ウインナーパン きのこスープ 椎茸・しめじ・ひじき
14(火) ・ 28(火)	煮込みうどん 五目豆	うどん・豚挽肉・白菜 チンゲン菜・長ねぎ 大豆・玉ねぎ・人参 干椎茸・もやし	フィッシュボール焼き 人参スープ	ツナ・じゃが芋 玉ねぎ 人参・キャベツ	ちゃんぽん麺 まめなサラダ		フィッシュボール焼き ツナ・じゃが芋・玉ねぎ 人参スープ 人参・キャベツ
15(水) ・ 29(水)	おかゆ～軟飯 煮魚 人参ソテー ほうれん草煮浸し 味噌汁	米 白身魚 人参 ほうれん草・もやし なめこ・万能ねぎ	パン 豆腐スープ	食パン 豆腐・ほうれん草 人参	軟飯 ぶり大根 人参しりしり ほうれん草煮浸し 味噌汁		動物パン 豆腐スープ 豆腐・人参 ほうれん草
16(木) ・ 30(木)	パン 鶏肉のトマト煮 コロコロ野菜 豆乳スープ	食パン 鶏肉・玉ねぎ・トマト 胡瓜・人参 じゃが芋・マッシュルーム・豆乳	青菜がゆ 味噌汁	米・青菜のもと キャベツ・あられ麩	クロワッサン 鶏肉トマトソースかけ コールスローサラダ ホワイティシチュー		青菜ごはん 味噌汁 キャベツ・あられ麩
17(金) ・ 31(金)	おかゆ～軟飯 魚の磯煮 キャベツコーン煮 紅白和え 味噌汁	米 白身魚・青のり キャベツ・コーン 大根・人参 かぶ・かぶの葉	フレークがゆ さつま芋のりんご煮	コーンフレーク 豆乳 さつま芋・りんご	軟飯 魚の青のりソテー キャベツコーン煮 甘酢和え 味噌汁		フレークがゆ コーンフレーク 豆乳 さつま芋のりんご煮 さつま芋・りんご
23(木)	二色がゆ スティック野菜 トマト 味噌汁	米・鶏挽肉・人参 大根・胡瓜 トマト れんこん・ごぼう	木の葉焼き オニオンスープ	じゃが芋・人参 玉ねぎ・わかめ	雪だるまミルクカレー 根菜サラダ	牛乳	チーズケーキ オニオンスープ 玉ねぎ・わかめ

