

1月献立表 離乳食・後期（3回食） 野のはな空のとり保育園

日	曜	午 前 食		午 後 食	
		献 立	材 料	献 立	材 料
4 18	木	軟飯 鶏肉と野菜の味噌煮 ひじき煮 澄まし汁	米 鶏ささみ 人参 玉ねぎ じゃが芋 ひじき しめじ 長ねぎ そうめん 塩 醤油 素精糖 味噌 だし汁 片栗粉	軟飯 味噌汁 果物	米 豆腐 人参 玉ねぎ じゃが芋 味噌 だし汁
5 19	金	トースト 豚肉のトマト煮 蒸し野菜 かぼちゃのポタージュ	食パン 豚ひき肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 ブロッコリー かぼちゃ ホールトマト缶 粉ミルク 塩 しょう油 素精糖 だし汁 片栗粉	しらす粥 味噌汁 果物	米 しらす干し 人参 玉ねぎ じゃが芋 白菜 かぶ 味噌 だし汁
6 20	土	軟飯 じゃが芋のそぼろ煮 かぶサラダ 味噌汁	米 豚ひき肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 かぶ キャベツ 生わかめ 焼き麩 塩 醤油 素精糖 味噌 だし汁 片栗粉	トースト 野菜スープ 果物	食パン 鶏ひき肉 人参 玉ねぎ かぶ じゃが芋 塩 だし汁
22	月	軟飯 鶏団子と野菜の煮物 ほうれん草きな粉和え 澄まし汁	米 鶏ひき肉 豆腐 きな粉 人参 玉ねぎ じゃが芋 ほうれん草 長ねぎ コーン缶 塩 しょう油 素精糖 味噌 だし汁 片栗粉	軟飯 味噌汁 果物	米 しらす干し 人参 玉ねぎ じゃが芋 ほうれん草 味噌 だし汁
9 23	火	軟飯 しらすと野菜のごま煮 蒸し野菜 味噌汁	米 しらす干し 人参 玉ねぎ じゃが芋 キャベツ ごま 塩 しょう油 素精糖 味噌 だし汁 片栗粉	トースト ミルクスープ 果物	食パン 豆腐 人参 玉ねぎ じゃが芋 粉ミルク 塩 だし汁
10 24	水	あんかけおじゃ ツナサラダ ポテトスープ	米 豚ひき肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 グリーンピース 大根 ブロッコリー ツナ ホールトマト缶 焼き海苔 塩 しょう油 素精糖 だし汁 片栗粉	軟飯 味噌汁 果物	米 鶏ささみ 人参 玉ねぎ じゃが芋 味噌 だし汁
11 25	木	納豆おじゃ 肉じゃが 蒸し野菜 味噌汁	米 納豆 豚ひき肉 人参 玉ねぎ 小松菜 じゃが芋 もやし しめじ 梅びしお 塩 醤油 素精糖 味噌 だし汁 片栗粉	軟飯 澄まし汁 果物	米 しらす干し 人参 玉ねぎ じゃが芋 小松菜 塩 しょう油 だし汁
12 26	金	12日軟飯 26日トースト 鶏肉のミルク煮 人参サラダ 野菜スープ	米 食パン 鶏ささみ 人参 玉ねぎ じゃが芋 ほうれん草 コーン缶 粉ミルク 塩 しょう油 素精糖 だし汁 片栗粉	きな粉粥 味噌汁 果物	米 きな粉 人参 玉ねぎ じゃが芋 生わかめ 味噌 だし汁
13 27	土	軟飯 豚肉とキャベツの煮物 こふき芋 わかめスープ	米 豚ひき肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 キャベツ 生わかめ もやし えのき茸 青のり 塩 しょう油 素精糖 味噌 だし汁 片栗粉	トースト 野菜スープ 果物	食パン 豆腐 人参 玉ねぎ じゃが芋 キャベツ 塩 だし汁
15 29	月	しらすと野菜のおじゃ さつま芋の甘煮 チキンスープ	米 しらす干し 鶏ひき肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 さつま芋 葉ねぎ コーン缶 塩 しょう油 素精糖 だし汁 片栗粉	トースト コーンスープ 果物	食パン 人参 玉ねぎ じゃが芋 粉ミルク クリームコーン 塩 だし汁
16 30	火	軟飯 豚肉団子の煮物 こふき芋 味噌汁	米 豚ひき肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 小松菜 白菜 キャベツ 塩 しょう油 素精糖 だし汁 片栗粉	かぼちゃおじゃ 澄まし汁 果物	米 豆腐 人参 玉ねぎ じゃが芋 かぼちゃ 味噌 だし汁
17 31	水	あんかけうどん かぶサラダ 野菜スープ	干しうどん 豚ひき肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 かぶ もやし 青梗菜 キャベツ 塩 しょう油 素精糖 だし汁 片栗粉	軟飯 味噌汁 果物	米 しらす干し 人参 玉ねぎ じゃが芋 青梗菜 味噌 だし汁

※果物はバナナを提供いたします。

※食材の都合により献立が変更する場合がございます。ご了承ください。

※初めて食べる食材がありましたら、事前にお家で2回以上試してください。