

1月献立表 離乳食中期 午前食

野のはな空のととり保育園

日	曜	献立	材 料
4 18	土	しらす粥 野菜のスープ煮 味噌汁	米 しらす干し 人参 玉ねぎ ジャガイモ さつまいも 生わかめ 塩 しょう油 味噌 片栗粉 だし汁
6 20	月	お粥 鶏肉のトマト煮 こぶき芋 味噌汁	米 鶏ささみ ジャガイモ 人参 玉ねぎ 小松菜 あおさ トマト缶 塩 しょう油 味噌 素精糖 片栗粉 だし汁
7 21	火	お粥 たらの煮付け 蒸し野菜 味噌汁	米 たら 人参 玉ねぎ ジャガイモ キャベツ かぶ かぶ葉 白菜 塩 しょう油 味噌 素精糖 片栗粉 だし汁
8 22	水	あんかけ粥 ブロッコリーサラダ 野菜スープ	米 豚ひき肉 人参 玉ねぎ ジャガイモ 大根 ブロッコリー カリフラワー 塩 しょう油 片栗粉 だし汁
9 23	木	お粥 マーボー豆腐 青梗菜の煮浸し わかめスープ	米 豚ひき肉 豆腐 人参 玉ねぎ ジャガイモ 青梗菜 生わかめ 塩 しょう油 味噌 片栗粉 だし汁
10 24	金	パン粥 鶏肉のクリーム煮 蒸し野菜 トマトスープ	食パン 鶏ささみ 人参 玉ねぎ ジャガイモ かぶ キャベツ トマト缶 粉ミルク 塩 しょう油 素精糖 片栗粉 だし汁
11 25	土	そば粥 ポテトサラダ 味噌汁	米 豚ひき肉 人参 玉ねぎ ジャガイモ きゅうり ほうれん草 塩 しょう油 味噌 片栗粉 だし汁
27	月	お粥 野菜としらすの煮物 海苔和え すまし汁	米 しらす干し 人参 玉ねぎ ジャガイモ ほうれん草 大根 焼き海苔 塩 しょう油 素精糖 片栗粉 だし汁
14 28	火	鶏肉と青菜のそば粥 さつまいも煮 味噌汁	米 鶏ひき肉 人参 玉ねぎ ジャガイモ 小松菜 さつまいも 塩 しょう油 素精糖 味噌 片栗粉 だし汁
15 29	水	あんかけうどん ジャガイモのミルク煮 野菜スープ	干しうどん 豚ひき肉 人参 玉ねぎ ジャガイモ 白菜 ほうれん草 塩 しょう油 粉ミルク 片栗粉 だし汁
16 30	木	お粥 ツナと豆腐の煮物 キャベツの煮浸し 味噌汁	米 豆腐 ツナ 人参 玉ねぎ ジャガイモ キャベツ さつまいも 塩 しょう油 素精糖 味噌 片栗粉 だし汁
17 31	金	パン粥 豚肉のトマト煮 蒸し野菜 コーンスープ	米 豚ひき肉 人参 玉ねぎ ジャガイモ ブロッコリー かぼちゃ クリームコーン缶 トマト缶 塩 しょう油 素精糖 片栗粉 だし汁

※午前食は離乳食とミルク、午後食はミルクを提供します。

※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。

1月献立表 離乳食後期 午前食・午後食

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	土	しらすおじや 野菜のスープ煮 味噌汁	米 しらす干し 人参 玉ねぎ じゃが芋 さつまいも 生わかめ さやいんげん ねぎ 塩 しょう油 味噌 片栗粉 だし汁	トースト 野菜スープ 果物	食パン 人参 豆腐 玉ねぎ じゃが芋 あおさ 塩 だし汁
6	月	軟飯 鶏肉のトマト煮 こぶき芋 味噌汁	米 鶏ささみ じゃが芋 人参 玉ねぎ 小松菜 あおさ ねぎ トマト缶 塩 しょう油 味噌 素精糖 片栗粉 だし汁	軟飯 すまし汁 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
7	火	軟飯 たらの煮付け 蒸し野菜 味噌汁	米 たら 人参 玉ねぎ じゃが芋 キャベツ かぶ かぶ葉 白菜 さやいんげん 塩 しょう油 味噌 片栗粉 だし汁	青菜のおじや 味噌汁 果物	米 鶏ひき肉 かぶ葉 玉ねぎ じゃが芋 人参 味噌 だし汁
8	水	あんかけおじや ブロッコリーサラダ 野菜スープ	米 豚ひき肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 大根 ブロッコリー カリフラワー コーン缶 塩 しょう油 素精糖 片栗粉 だし汁	軟飯 コーンスープ 果物	米 豆腐 人参 玉ねぎ じゃが芋 クリームコーン 塩 粉ミルク だし汁
9	木	軟飯 マーボー豆腐 青梗菜の煮浸し わかめスープ	米 豚ひき肉 豆腐 人参 玉ねぎ じゃが芋 青梗菜 生わかめ 長ねぎ 干し椎茸 もやし えのき草 塩 しょう油 味噌 片栗粉 だし汁	トースト 野菜スープ 果物	米 たら 人参 玉ねぎ じゃが芋 青梗菜 塩 だし汁
10	金	トースト 鶏肉のクリーム煮 ココロサラダ トマトスープ	食パン 鶏ささみ 人参 玉ねぎ じゃが芋 かぶ キャベツ トマト缶 粉ミルク 塩 しょう油 片栗粉 だし汁	青のりおじや 味噌汁 果物	米 しらす干し 人参 玉ねぎ じゃが芋 キャベツ 味噌 だし汁
11	土	そぼろ粥 ポテトサラダ 味噌汁	米 豚ひき肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 きゅうり ほうれん草 ツナ 塩 しょう油 素精糖 味噌 片栗粉 だし汁	トースト 野菜スープ 果物	米 しらす干し 人参 玉ねぎ じゃが芋 塩 だし汁
27	月	軟飯 野菜としらすの煮物 海苔和え すまし汁	米 しらす干し 人参 玉ねぎ じゃが芋 ほうれん草 大根 たら ねぎ 焼き海苔 塩 しょう油 素精糖 片栗粉 だし汁	軟飯 味噌汁 果物	米 鶏ささみ 人参 玉ねぎ じゃが芋 ほうれん草 味噌 だし汁
14	火	鶏肉と青菜のそぼろ粥 さつまいも煮 味噌汁	米 鶏ひき肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 小松菜 さつまいも 葉ねぎ 塩 しょう油 素精糖 味噌 片栗粉 だし汁	納豆おじや すまし汁 果物	米 納豆 人参 玉ねぎ じゃが芋 小松菜 生わかめ 塩 しょう油 だし汁
15	水	あんかけうどん じゃが芋のミルク煮 きのこスープ	干しうどん 豚ひき肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 白菜 ほうれん草 しめじ えのきたけ 干し椎茸 粉ミルク 塩 しょう油 片栗粉 だし汁	軟飯 味噌汁 果物	米 豆腐 人参 玉ねぎ じゃが芋 白菜 ほうれん草 味噌 だし汁
16	木	軟飯 ツナと豆腐の煮物 キャベツの煮浸し 味噌汁	米 豆腐 ツナ 人参 玉ねぎ じゃが芋 キャベツ さつまいも 水菜 コーン缶 ごま 塩 しょう油 味噌 片栗粉 だし汁	トースト トマトスープ 果物	米 鶏ひき肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 トマト缶 キャベツ 塩 だし汁
17	金	トースト 豚肉のトマト煮 蒸し野菜 コーンスープ	米 豚ひき肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 舞茸 ブロッコリー かぼちゃ クリームコーン缶 粉ミルク 塩 しょう油 素精糖 片栗粉 だし汁	野菜おじや 味噌汁 果物	米 たら 人参 玉ねぎ じゃが芋 さつまいも キャベツ 味噌 だし汁

※食事にはミルクがつきます。
 ※午後食の果物は主にバナナを提供します。
 ※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。