



1月離乳食(後期)献立

※食物アレルギーがある場合については、代替食を提供します。 ※離乳食の進行ならびに事情により献立が変更になる場合があります。あらかじめご了承ください。

※主食は、状況に合わせて、おかゆ、軟飯等に対応します。 ※午前おやつは、月齢に合わせて乳児煎餅を提供します。

| 1月 | 離乳食後期 | | | | |
|-------|----------------------|--------------------------------------|-----------------|----------------------|---------------------------------------------------------------|
| | 歯茎でつぶせるかたさ | | | | |
| | 午前 | 昼食 | 午後 | 遅番 | 食材 |
| 1日 木 | | 休園日 | | | |
| 2日 金 | | 休園日 | | | |
| 3日 土 | | 休園日 | | | |
| 4日 日 | | 休園日 | | | |
| 5日 月 | 人参とさつま芋のビスケット | 三色丼 れんこんもち なます みそ汁 りんご 軟飯 | お茶 蒸しパン | お野菜せんべい | 豚ひき肉 胡瓜 人参 れんこん 大根 人参 えのき 葱 りんご 精白米 ホットケーキミックス |
| 6日 火 | チーズスティック | 鱈のカレーパン粉焼き 白菜ツナコーンサラダ みそ汁 オレンジ 軟飯 | お茶 野菜うどん | ひじきせんべい | 鱈 玉ねぎ 白菜 人参 コーン ツナ 玉ねぎ 葱 オレンジ 精白米 うどん |
| 7日 水 | 栗かぼちゃとさつ ま芋のビスケット | 肉野菜炒め 小松菜のり和え みそ汁 バナナ 軟飯 | お茶 青菜しらすおにぎり | チーズスティック | 豚もも肉 玉ねぎ えりんぎ ピーマン 小松菜 大根 人参 葱 バナナ 精白米 しらす |
| 8日 木 | 枝豆ビスケット | 鶏肉甘辛煮 ブロッコリーごま酢和え すまし汁 オレンジ 軟飯 | お茶 グラタン風トースト | 小松菜とほうれん 草のビスケット | 鶏もも肉 葱 ブロッコリー えのき わかめ 人参 オレンジ 精白米 豆乳ホワイトソース 食パン しめじ 玉ねぎ |
| 9日 金 | お野菜せんべい | 豚肉さっぱり煮風 ほうれん草白和え みそ汁 りんご 軟飯 | お茶 七草粥 | ミルクウエハース | 豚もも肉 玉ねぎ ほうれん草 人参 豆腐 もやし 葱 りんご 精白米 大根 かぶ 万能ねぎ さけ 三つ葉 ほうれん草 |
| 10日 土 | ひじきせんべい | チンジャオロース風 大根カレーマヨ和え みそ汁 オレンジ 軟飯 | お茶 ホットケーキ | お野菜スナック | 豚もも肉 ピーマン 人参 もやし 大根 玉ねぎ えのき 葱 オレンジ 精白米 ホットケーキミックス |
| 11日 日 | 小松菜とほうれん 草のビスケット | 各自おかず入り弁当持参 | お茶 せんべい | 人参とさつま芋の ビスケット | |
| 12日 月 | ミルクウエハース | 各自おかず入り弁当持参 | お茶 せんべい | 栗かぼちゃとさつ ま芋のビスケット | |
| 13日 火 | お野菜スナック | 肉団子煮 キャバツ和え物 もやしスープ りんご 軟飯 | お茶 野菜うどん | 枝豆ビスケット | 豚ひき肉 玉ねぎ 人参 キャバツ もやし 葱 りんご 精白米 |
| 14日 水 | 人参とさつま芋の ビスケット | 鶏の葱塩焼き 大根サラダ すまし汁 バナナ 軟飯 | お茶 青のりポテトおやき | お野菜せんべい | 鶏もも肉 葱 大根 人参 五色麩 えのき 三つ葉 バナナ 精白米 あおのり じゃが芋 |

| | | | | | | |
|-----|---|----------------------|------------------------------------------------------|------------------|----------------------|----------------------------------------------------------------|
| 15日 | 木 | チーズスティック | 鱈みそ焼き さつま芋サラダ みそ汁 みかん 軟飯 | お茶 わんたんスープ | ひじきせんべい | 鱈 さつま芋 人参 胡瓜 キャベツ 高野豆腐 玉ねぎ 葱 みかん 精白米 白菜 わかめ 豚もも肉 |
| 16日 | 金 | 栗かぼちゃとさつ ま芋のビスケット | 豚のみそ炒め ひじき煮付 みそ汁 オレンジ 軟飯 | お茶 きなこクリームサンド | チーズスティック | 豚もも肉 キャベツ 玉ねぎ 人参 ひじき ねぎ あおさ オレンジ 精白米 食パン きなこ |
| 17日 | 土 | 枝豆ビスケット | ポークケチャップ かぼちゃサラダ わかめスープ パナナ 軟飯 | お茶 ごましらすおにぎり | 小松菜とほうれん 草のビスケット | 豚もも肉 玉ねぎ かぼちゃ きゅうり わかめ パナナ 精白米 しらす |
| 18日 | 日 | | 休園日 | | | |
| 19日 | 月 | お野菜せんべい | ドライカレー キャベツツナコーンサラダ みそ汁 りんご 軟飯 | お茶 白せんかぼちゃサンド | ミルクウエハース | 豚ひき肉 玉ねぎ 人参 キャベツ ツナ なめこ 豆腐 葱 りんご 精白米 白せんべい かぼちゃ |
| 20日 | 火 | ひじきせんべい | 鶏肉ホワイトソース煮 切干大根と人参和え物 みそ汁 オレンジ 軟飯 | お茶 わかめうどん | お野菜スナック | 鶏もも肉 玉ねぎ 人参 切干大根 もやし わかめ 葱 オレンジ 精白米 わかめ うどん |
| 21日 | 水 | 小松菜とほうれん 草のビスケット | 豚肉と大根煮 鶏ささみと胡瓜ごまマヨサラダ すまし汁 バナナ 軟飯 | お茶 やきおにぎり | 人参とさつま芋の ビスケット | 豚もも肉 しいたけ 人参 大根 鶏ささみ きゅうり 五色麩 えのき 葱 バナナ 精白米 小松菜 |
| 22日 | 木 | ミルクウエハース | せんべい汁 れんこん金平 水菜サラダ りんご 軟飯 | お茶 コーン蒸しパン | 栗かぼちゃとさつ ま芋のビスケット | かやきせんべい 白菜 人参 えのき 豆腐 豚もも肉 れんこん 人参 水菜 りんご 精白米 コーン ホットケーキミックス |
| 23日 | 金 | お野菜スナック | ✽お誕生日会✽ 納豆巻き&てまり寿司 鮭だしあんかけ 胡瓜ツナマヨ和え すまし汁 みかんミルク寒天 | お茶 いちごサンド | 枝豆ビスケット | ひきわり納豆 のり 人参 鮭 胡瓜 ツナ 花麩 人参 えのき 三つ葉 みかん 粉ミルク いちご 食パン |
| 24日 | 土 | 人参とさつま芋の ビスケット | 豚肉と玉ねぎとえのきの炒め物 ほうれん草とコーンさっぱりサラダ みそ汁 バナナ 軟飯 | お茶 りんご蒸しパン | お野菜せんべい | 豚もも肉 玉ねぎ えのき ほうれん草 コーン 葱 刻み麩 バナナ 精白米 りんご ホットケーキミックス 豆乳 |
| 25日 | 日 | チーズスティック | 各自おかず入り弁当持参 | お茶 せんべい | ひじきせんべい | |
| 26日 | 月 | 栗かぼちゃとさつ ま芋のビスケット | ハンバーグ和風ソース シルバーサラダ みそ汁 オレンジ 軟飯 | お茶 さつま芋ミルク煮 | チーズスティック | 豚ひき肉 玉ねぎ 春雨 人参 胡瓜 キャベツ 葱 オレンジ 精白米 さつま芋 粉ミルク |
| 27日 | 火 | 枝豆ビスケット | 鶏みそ焼き ブロッコリーマヨ みそ汁 バナナ 軟飯 | お茶 野菜うどん | 小松菜とほうれん 草のビスケット | 鶏もも肉 ブロッコリー 大根 なめこ 葱 バナナ 精白米 うどん |
| 28日 | 水 | お野菜せんべい | 肉野菜炒め もやしと胡瓜サラダ すまし汁 みかん 軟飯 | お茶 のりおにぎり | ミルクウエハース | 豚もも肉 玉ねぎ もやし 胡瓜 五色麩 人参 えのき 三つ葉 みかん 軟飯 |
| 29日 | 木 | ひじきせんべい | 麻婆豆腐風 鶏ハム 三色ナムル あおさスープ バナナ 軟飯 | お茶 焼きチキンナゲット | お野菜スナック | 豆腐 豚ひき肉 しいたけ 人参 鶏むね肉 大根 ほうれん草 あおさ 葱 バナナ 精白米 鶏ひき肉 |
| 30日 | 金 | 小松菜とほうれん 草のビスケット | 豚汁 鱈みそマヨ焼き 白菜和え物 りんご 軟飯 | お茶 うすやき風 | 人参とさつま芋の ビスケット | 豚もも肉 キャベツ 豆腐 人参 大根 じゃが芋 鱈 白菜 りんご 精白米 |
| 31日 | 土 | ミルクウエハース | 野菜炒め 胡瓜酢の物 みそ汁 バナナ 軟飯 | お茶 野菜うどん | 栗かぼちゃとさつ ま芋のビスケット | 豚もも肉 玉ねぎ 人参 ピーマン 胡瓜 えのき 葱 バナナ 精白米 うどん |

