

1月離乳食献立表

	中期		後期	
	献立名	材料名	献立名	材料名
1 水	 元日			
2 木	 年始休園			
3 金	 年始休園			
4 土	 お弁当の日			
6 月	お弁当の日			
7 火	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・醤油・砂糖 南瓜・玉葱・わかめ・醤油	米粥 鶏の照りマヨ焼き 野菜の煮物 南瓜の味噌汁	米 鶏もも肉・醤油・みりん・酒・砂糖・マヨネーズ 人参・醤油・砂糖 南瓜・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌
8 水	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 じゃが芋・醤油・砂糖 玉葱・人参・キャベツ・醤油	米粥 鶏ささみの煮物 じゃが芋のおかか煮 なめこ汁	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 じゃが芋・醤油・酒・砂糖・かつお節 なめこ・玉葱・絹ごし豆腐・キャベツ・わかめ・葱・味噌
9 木	米粥 麩の煮物 野菜の煮物 スープ	米 汁麩・醤油・砂糖 人参・ブロッコリー・醤油・砂糖 大根・玉葱・キャベツ・醤油	米粥 麩の煮物 野菜の煮物 スープ	米 汁麩・醤油・砂糖 人参・ブロッコリー・醤油・砂糖 大根・玉葱・キャベツ・醤油
10 金	米粥 白身魚の煮物 野菜の煮物 スープ	米 カレイ・醤油・砂糖 人参・白菜・醤油・砂糖 豆腐・玉葱・わかめ・醤油	米粥 ブリの照り焼き 野菜の煮物 豆腐の味噌汁	米 ブリ・醤油・砂糖 人参・白菜・醤油・砂糖 豆腐・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌
11 土	米粥 じゃこ煮 野菜の煮物 スープ	米 しらす・醤油・砂糖 人参・醤油・砂糖 玉葱・人参・豆腐・醤油	米粥 じゃこ煮 野菜の煮物 中華スープ	米 しらす・醤油・砂糖 人参・醤油・砂糖 人参・玉葱・もやし・豆腐・葱・中華だし・醤油
13 月	 成人の日			
14 火	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・じゃが芋・醤油・砂糖 玉葱・人参・白菜・醤油	米粥 煮込みハンバーグ 野菜の煮物 スープ	米 合挽肉・玉葱・パン粉・塩・ケチャップ・ウスター・砂糖 人参・じゃが芋・醤油・砂糖 玉葱・人参・白菜・醤油
15 水	米粥 白身魚の煮物 野菜の煮物 スープ	米 カレイ・醤油・砂糖 人参・大根・醤油・砂糖 玉葱・豆腐・キャベツ・醤油	米粥 カレイの葱マヨ焼き 大根のそぼろ煮 しめじの味噌汁	米 カレイ・マヨネーズ・醤油・みりん・葱 大根・豚挽肉・砂糖・醤油・片栗粉 しめじ・玉葱・豆腐・キャベツ・葱・味噌

★献立内容や材料の変更がある場合がありますので、あらかじめご了承ください。
 ★マヨネーズは卵不使用のものを使用しています。
 ★今月は旬の食材として大根、ほうれん草、小松菜、ブロッコリー、白菜などを取り入れています。
 ★調味料の中の「酒」は料理酒（アルコール度12%）を使用しています。★園で使用する葱は葉ねぎを使用しています。

	中期		後期	
	献立名	材料名	献立名	材料名
16 木	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 さつま芋・醤油・砂糖 豆腐・大根・人参・醤油	米粥 鶏の西京焼き 野菜の煮物 スープ	米 鶏もも肉・味噌・みりん・砂糖・マヨネーズ さつま芋・醤油・砂糖 豆腐・大根・人参・醤油
17 金	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・ほうれん草・醤油・砂糖 里芋・玉葱・わかめ・醤油	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 里芋の味噌汁	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・ほうれん草・醤油・砂糖 里芋・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌
18 土	煮込みうどん じゃこ煮 野菜の煮物	うどん・白菜・玉葱・人参・醤油 しらす・醤油・砂糖 人参・ブロッコリー・醤油・砂糖	あんかけうどん じゃこ煮 野菜の煮物	鶏挽肉・白菜・玉葱・人参・葱・醤油・みりん・片栗粉 しらす・醤油・砂糖 人参・ブロッコリー・醤油・砂糖
20 月	米粥 麩の煮物 野菜の煮物 スープ	米 汁麩・醤油・砂糖 人参・醤油・砂糖 じゃが芋・白菜・人参・醤油	米粥 麩の煮物 野菜の煮物 じゃが芋とのりの中華スープ	米 汁麩・醤油・砂糖 人参・醤油・砂糖 じゃが芋・人参・白菜・春雨・葱・中華だし・醤油・塩・もみのり
21 火	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 じゃが芋・醤油・砂糖 玉葱・人参・胡瓜・醤油	米粥 鶏ささみの煮物 コンソメポテト スープ	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 じゃが芋・コンソメ・パセリ粉・塩・油 玉葱・人参・胡瓜・醤油
22 水	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・キャベツ・醤油・砂糖 白菜・玉葱・わかめ・醤油	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・キャベツ・醤油・砂糖 白菜・玉葱・わかめ・醤油
23 木	米粥 麩の煮物 野菜の煮物 スープ	米 汁麩・醤油・砂糖 人参・ブロッコリー・醤油・砂糖 わかめ・玉葱・白菜・醤油	米粥 麩の煮物 野菜の煮物 わかめの味噌汁	米 汁麩・醤油・砂糖 人参・ブロッコリー・醤油・砂糖 わかめ・人参・玉葱・白菜・葱・味噌
24 金	米粥 白身魚の煮物 野菜の煮物 スープ	米 カレイ・醤油・砂糖 人参・ほうれん草・醤油・砂糖 玉葱・里芋・キャベツ・醤油	米粥 サバの照り焼き 野菜の煮物 スープ	米 さば・生姜・醤油・みりん 人参・ほうれん草・醤油・砂糖 玉葱・里芋・キャベツ・醤油
25 土	米粥 じゃこ煮 野菜の煮物 スープ	米 しらす・醤油・砂糖 人参・じゃが芋・醤油・砂糖 豆腐・人参・玉葱・醤油	米粥 じゃこ煮 野菜の煮物 具だくさん汁	米 しらす・醤油・砂糖 人参・じゃが芋・醤油・砂糖 豆腐・人参・玉葱・じゃが芋・葱・味噌
27 月	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 南瓜・醤油・砂糖 玉葱・キャベツ・わかめ・醤油	米粥 鶏ささみの煮物 南瓜の煮物 スープ	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 南瓜・砂糖・醤油 玉葱・キャベツ・わかめ・醤油
28 火	米粥 金時豆の煮物 野菜の煮物 スープ	米 金時豆・醤油・砂糖 人参・白菜・醤油・砂糖 大根・玉葱・里芋・醤油	米粥 金時豆煮 野菜の煮物 スープ	米 金時豆・砂糖・醤油 人参・白菜・醤油・砂糖 大根・玉葱・里芋・醤油
29 水	米粥 白身魚の煮物 野菜の煮物 スープ	米 カレイ・醤油・砂糖 人参・大根・醤油・砂糖 キャベツ・人参・玉葱・醤油	米粥 白身魚の煮物 野菜の煮物 えのきスープ	米 カレイ・醤油・砂糖 人参・大根・醤油・砂糖 えのき・キャベツ・人参・玉葱・中華だし・塩
30 木	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・ほうれん草・醤油・砂糖 大根・玉葱・わかめ・醤油	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 大根の味噌汁	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・ほうれん草・醤油・砂糖 大根・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌
31 金	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 人参・南瓜・醤油・砂糖 ほうれん草・人参・玉葱・醤油	米粥 チキンチャップ 野菜の煮物 ほうれん草の味噌汁	米 鶏もも肉・小麦粉・ケチャップ・ウスター・砂糖・みりん 人参・南瓜・醤油・砂糖 ほうれん草・えのき・人参・玉葱・豆腐・葱・味噌