

**１月離乳食献立表　後期食**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| みのり黒田保育園 | | |
|  | 献立名 | 材料名 |
| １  （水） | ※お弁当には必ず火を通したものを入れていただきますようお願いします  **お弁当の日** | |
| ２  （木） |
| ３  （金） |
| ４  （土） | 年始休園 | |
| ６  （月） |
| ７  （火） | 米粥  松風焼き  大根なます  けんちん汁  スティック野菜 | 米  豆腐・鶏挽肉・玉葱・酒・パン粉・味噌・砂糖・ごま  大根・人参・酢・砂糖・塩  鶏もも・里芋・人参・ごぼう・ねぎ・醤油・みりん・塩・かつお節・昆布・油  大根・人参 |
| ８  （水） | 米粥  ぶりのねぎ照り焼き  ほうれん草のごま和え  さつま芋の味噌汁  スティック野菜 | 米  ぶり・塩・小麦粉・油・白ねぎ・みりん・醤油・砂糖・酒・片栗粉  ほうれん草・人参・キャベツ・醤油・すりごま  さつま芋・玉葱・しめじ・油揚げ・わかめ・味噌・昆布・煮干し  人参・さつま芋 |
| ９  （木） | 米粥  甘酢チキン  ひじきの炒め煮  なめこの味噌汁  スティック野菜 | 米  鶏もも・酒・片栗粉・油・砂糖・みりん・酢・醤油  ひじき・人参・ごぼう・油揚げ・砂糖・醤油・油  なめこ・豆腐・玉葱・もやし・小松菜・味噌・昆布・煮干し  人参 |
| １０  （金） | 米粥  キャベツハンバーグ  マッシュポテト  ジュリアンヌスープ  スティック野菜 | 米  豚挽肉・玉葱・キャベツ・塩・じゃが芋・パン粉・牛乳・ケチャップ・中濃ソース・砂糖  じゃが芋・パセリ・塩・牛乳・バター  玉葱・人参・セロリ・えのき・コンソメ  人参 |
| １１  （土） | 米粥  鶏そぼろ煮  ブロッコリーの和え物  わかめのすまし汁  スティック野菜 | 米  鶏挽肉・砂糖・醤油・片栗粉・かつお節・昆布  ブロッコリー・コーン・酢・砂糖・薄口  玉葱・人参・白ねぎ・わかめ・塩・薄口・かつお節・昆布  人参  成人の日（祝日休園） |
| １３  （月） |  | |
| １４  （火） | 米粥  すき焼き風煮  切干大根の酢の物  かぶの味噌汁  スティック野菜 | 米  豚挽肉・白菜・玉葱・人参・しいたけ・厚揚げ・白ねぎ・砂糖・みりん・酒・醤油・かつお節・昆布  切干大根・きゅうり・酢・砂糖・薄口  おふ・かぶ・玉葱・えのき・わかめ・かぶの葉・味噌・昆布・煮干し  人参 |
| １５  （水） | **★ひよこ・あひる・りす組誕生会**  米粥  マカロニグラタン  ブロッコリーサラダ  ミネストローネ  スティック野菜 | 米  鶏もも・玉葱・しめじ・ほうれん草・マカロニ・油・バター・小麦粉・牛乳・コンソメ・塩・パン粉・ピザチーズ  ブロッコリー・人参・酢・砂糖・薄口  豚挽肉・玉葱・人参・セロリ・じゃが芋・トマト缶・塩・油・コンソメ  ブロッコリー・人参 |
| １６  （木） | 米粥  さばの煮つけ  里芋のから揚げ  具だくさん味噌汁  スティック野菜 | 米  さば・酒・みりん・砂糖・醤油  里芋・醤油・片栗粉・油  玉葱・人参・大根・キャベツ・ごぼう・ねぎ・味噌・かつお節・昆布  大根・人参 |
| １７  （金） | 米粥  鶏のおろしソースがけ  ほうれん草のツナごま和え  かぼちゃの味噌汁  スティック野菜 | 米  鶏もも・酒・塩・片栗粉・油・大根・みつば・みりん・酒・薄口・かつお節・昆布  ほうれん草・もやし・人参・ツナ・すりごま・醤油  かぼちゃ・玉葱・なめこ・油揚げ・わかめ・味噌・昆布・煮干し  さつま芋・人参 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | 献立名 | 材料名 |
| １８  （土） | 米粥  ポークチャップ  キャベツサラダ  コンソメスープ  スティック野菜 | 米  豚挽肉・玉葱・ケチャップ・塩・油  キャベツ・きゅうり・コーン・酢・砂糖・薄口  玉葱・人参・じゃが芋・コンソメ  人参 |
| ２０  （月） | 米粥  レバーの甘辛煮  大根のそぼろ煮  じゃが芋とわかめの味噌汁  スティック野菜 | 米  鶏レバー・砂糖・みりん・酒・醤油  大根・鶏挽肉・砂糖・酒・みりん・醤油・かつお節・昆布・片栗粉  じゃが芋・玉葱・人参・白ねぎ・わかめ・味噌・昆布・煮干し  大根・人参 |
| ２１  （火） | 米粥  チキンのトマト煮  コールスロー  冬野菜のポトフ  スティック野菜 | 米  鶏もも・塩・小麦粉・オリーブ油・酒・玉葱・人参・セロリ・トマト缶  キャベツ・きゅうり・コーン・マヨネーズ・酢・塩・砂糖  里芋・かぶ・人参・しめじ・白ねぎ・かぶの葉・コンソメ  人参 |
| ２２  （水） | 米粥  ゆで野菜  もやしの昆布和え  ちゃんぽん風スープ  スティック野菜 | 米  ブロッコリー・塩  もやし・きゅうり・塩昆布・ごま  豚挽肉・キャベツ・人参・白ねぎ・チンゲン菜・塩・鶏がら・豆乳・ごま油  人参・ブロッコリー |
| ２３  （木） | **★うさぎ・こあら・きりん・ぞう組誕生会**  米粥  さわらの幽庵焼き  小松菜の和え物  豆腐と白菜の味噌汁  スティック野菜 | 米  さわら・ゆず・酒・みりん・醤油  小松菜・大根・人参・コーン・醤油  豆腐・白菜・玉葱・えのき・ねぎ・味噌・昆布・煮干し  大根 |
| ２４  （金） | 米粥  春雨炒め  かぼちゃの甘煮  白菜のおかか和え  スティック野菜 | 米  豚挽肉・ピーマン・玉葱・人参・しいたけ・もやし・春雨・ごま油・砂糖・塩・醤油  かぼちゃ・砂糖・醤油  白菜・人参・かつお節・醤油  人参 |
| ２５  （土） | 米粥  野菜そぼろ煮  具だくさん汁  スティック野菜 | 米  鶏挽肉・人参・白ねぎ・干ししいたけ・塩・鶏がら・醤油・ごま油  玉葱・えのき・さつま芋・豆腐・油揚げ・味噌・昆布・煮干し  さつま芋・人参 |
| ２７  （月） | 米粥  鶏の西京焼き  きんぴらごぼう  雪見汁  スティック野菜 | 米  鶏もも・味噌・砂糖・みりん・マヨネーズ  ごぼう・人参・砂糖・醤油・みりん・ごま・油  豆腐・しめじ・玉葱・人参・みつば・大根・薄口・塩・かつお節・昆布  大根・人参 |
| ２８  （火） | 米粥  たらの昆布あんかけ  白菜の酢の物  切干大根の味噌汁  スティック野菜 | 米  たら・片栗粉・油・ねぎ・塩昆布・みりん・酒・薄口・かつお節・昆布  白菜・人参・かつお節・酢・砂糖・薄口  切干大根・油揚げ・玉葱・えのき・小松菜・味噌・昆布・煮干し  人参 |
| ２９  （水） | 米粥  しゅうまい  花野菜のナムル  中華スープ  スティック野菜 | 米  豚挽肉・玉葱・片栗粉・干ししいたけ・塩・生姜・醤油・砂糖・ごま油・しゅうまいの皮・コーン  ブロッコリー・カリフラワー・塩・ごま・ごま油  大根・玉葱・人参・もやし・チンゲン菜・鶏がら  ブロッコリー・大根 |
| ３０  （木） | 米粥  キャベツサラダ  高野豆腐煮  さつま芋の味噌汁  スティック野菜 | 米  キャベツ・ほうれん草・人参・すりごま・酢・砂糖・薄口  高野豆腐・砂糖・みりん・酒・薄口・かつお節・昆布  玉葱・人参・しめじ・さつま芋・味噌・かつお節・昆布  人参 |
| ３１  （金） | 米粥  さけのムニエル  ジャーマンポテト  白菜スープ  スティック野菜 | 米  さけ・塩・小麦粉・バター  じゃが芋・玉葱・パセリ・コンソメ・油  豆腐・白菜・人参・しいたけ・白ねぎ・わかめ・鶏がら・片栗粉  人参・じゃが芋 |

マヨネーズは卵・乳製品不使用の物を使用しています

天候等の理由により、一部献立がかわる場合もありますので、あらかじめご了承下さい