



献立表



日/曜	5~6ヶ月	材料名				7~8ヶ月	材料名				9~11ヶ月	材料名(昼食・3時おやつ)				10時おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	その他食品		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	その他食品		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	その他食品	3時おやつ
1(水) 15(水)	10倍がゆ 豆腐のペースト にんじんのペースト ほうれんそうのペースト	米	絹ごし豆腐	ほうれんそう、にんじん	昆布だし汁	7倍がゆ 鶏ささみと野菜の煮物 ゆで野菜	米	鶏ささ身	ほうれんそう、にんじん、いんげん	かつお・昆布だし汁	5倍粥 鶏ささみと野菜のみそ煮 おひたし	米、小麦粉、砂糖、油	鶏ささ身、牛乳、みそ	ほうれんそう、にんじん、いんげん	かつお・昆布だし汁、ベーキングパウダー、しょうゆ	蒸しパン
2(木) 16(木)	10倍がゆ 麩のペースト キャベツのペースト じゃがいものペースト	米、じゃがいも、麩、片栗粉		キャベツ	昆布だし汁	7倍がゆ 鶏と野菜の煮物 ゆで野菜	米、じゃがいも	鶏ささ身	きゅうり、たまねぎ	かつお・昆布だし汁	5倍粥 鶏と野菜の煮物 きゅうりスティック	米、じゃがいも	鶏ささ身、鶏ひき肉	きゅうり、たまねぎ	かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ	ひき肉入り粥
3(金) 17(金)	10倍がゆ 豆腐のペースト トマトのペースト だいこんのペースト	米	絹ごし豆腐	トマト、だいこん	昆布だし汁	7倍がゆ 豆腐の煮物 煮トマト	米、片栗粉	絹ごし豆腐	トマト、だいこん、にんじん	かつお・昆布だし汁	5倍粥 豆腐の煮物 煮トマト	米、小麦粉、砂糖、油、片栗粉	絹ごし豆腐、牛乳	トマト、だいこん、にんじん、りんご	かつお・昆布だし汁、ベーキングパウダー、しょうゆ	りんごのホットケーキ
4(土) 18(土)	10倍がゆ 麩のペースト かぼちゃのペースト こまつなのペースト	米、麩、片栗粉		こまつな、かぼちゃ	昆布だし汁	7倍がゆ 野菜のそぼろ煮 かぼちゃの軟らか煮	米、片栗粉	鶏ひき肉	かぼちゃ、こまつな、たまねぎ	かつお・昆布だし汁	5倍粥 野菜のそぼろ煮 かぼちゃの軟らか煮	米、片栗粉	鶏ひき肉、かつお節	こまつな、かぼちゃ、たまねぎ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ	おかか粥
6(月) 20(月)	10倍がゆ 豆腐のペースト ブロッコリーのペースト たまねぎのペースト	米	絹ごし豆腐	ブロッコリー、たまねぎ	昆布だし汁	7倍がゆ 豆腐と野菜の煮物 ポイルブロッコリー	米	絹ごし豆腐	ブロッコリー、にんじん、たまねぎ	かつお・昆布だし汁	5倍粥 豆腐と野菜の煮物 ポイルブロッコリー	米、小麦粉、砂糖、油	絹ごし豆腐、牛乳	ブロッコリー、にんじん、たまねぎ	かつお・昆布だし汁、ベーキングパウダー、しょうゆ	蒸しパン
7(火) 21(火)	10倍がゆ 白身魚のペースト キャベツのペースト さつまいもペースト	米、さつまいも、片栗粉	たら	キャベツ	昆布だし汁	7倍がゆ 魚と野菜の煮物 ゆで野菜	米、さつまいも、片栗粉	たら	キャベツ、にんじん	かつお・昆布だし汁	5倍粥 魚と野菜の煮物 ゆで野菜	米、さつまいも、片栗粉	たら、きな粉	キャベツ、にんじん	かつお・昆布だし汁、しょうゆ	きな粉粥
8(水) 22(水)	10倍がゆ 豆腐のペースト キャベツのペースト にんじんペースト	米	絹ごし豆腐	にんじん、キャベツ	昆布だし汁	7倍がゆ 鶏ささみの煮物 ゆできゅうり	米、片栗粉	鶏ささ身	きゅうり、にんじん、ねぎ	かつお・昆布だし汁	5倍粥 鶏ささみの煮物 スティックきゅうり	米、片栗粉	鶏ささ身	にんじん、きゅうり、ねぎ、ひじき	かつお・昆布だし汁、しょうゆ	ひじきと野菜の粥
9(木) 23(木)	10倍がゆ 豆腐のペースト にんじんのペースト こまつなのペースト	米、片栗粉	絹ごし豆腐	にんじん、こまつな	昆布だし汁	7倍がゆ ひき肉のそぼろ煮 ゆで野菜	米、片栗粉	鶏ひき肉	こまつな、にんじん、きゅうり	かつお・昆布だし汁	5倍粥 ひき肉のそぼろ煮 おひたし	さつまいも、米、片栗粉	鶏ひき肉、みそ	にんじん、こまつな、きゅうり	かつお・昆布だし汁、しょうゆ	さつまいもの軟らか煮
10(金)	10倍がゆ 豆腐のペースト にんじんのペースト じゃがいものペースト	米、じゃがいも	絹ごし豆腐	にんじん	昆布だし汁	7倍がゆ 豆腐の煮物 ゆで野菜	米、じゃがいも、片栗粉	絹ごし豆腐	たまねぎ、チンゲンサイ	かつお・昆布だし汁	5倍粥 豆腐の煮物 ゆで野菜	米、じゃがいも、片栗粉	絹ごし豆腐	にんじん、たまねぎ、チンゲンサイ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ	野菜入り粥
11(土) 25(土)	10倍がゆ 麩のペースト たまねぎのペースト にんじんのペースト	米、麩、片栗粉		にんじん、たまねぎ	昆布だし汁	7倍がゆ 鶏ささみの煮物 ゆで野菜	米、片栗粉	鶏ささ身	きゅうり、にんじん、たまねぎ	かつお・昆布だし汁	5倍粥 鶏ささみの煮物 スティック野菜	米、小麦粉、砂糖、油、片栗粉	牛乳、鶏ささ身	にんじん、きゅうり、たまねぎ	かつお・昆布だし汁、ベーキングパウダー、しょうゆ	ホットケーキ
13(月) 27(月)	10倍がゆ 豆腐のペースト にんじんのペースト かぶのペースト	米	絹ごし豆腐	にんじん、かぶ	昆布だし汁	7倍がゆ 鶏ささみの煮物 チンゲン菜の軟らか煮	米、片栗粉	鶏ささ身	チンゲンサイ、にんじん、かぶ	かつお・昆布だし汁	5倍粥 鶏ささみの煮物 チンゲン菜の軟らか煮	米、片栗粉	鶏ささ身、きな粉	にんじん、チンゲンサイ、かぶ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ	きな粉粥
14(火) 28(火)	10倍がゆ 白身魚のペースト さつまいものペースト 白菜のペースト	米、さつまいも、片栗粉	たら	はくさい	昆布だし汁	7倍がゆ 魚と野菜の煮物 さつまいもの軟らか煮	米、さつまいも	たら	はくさい、にんじん	かつお・昆布だし汁	5倍粥 魚と野菜の煮物 さつまいもの軟らか煮	米、さつまいも	たら、鶏ひき肉、みそ	にんじん、はくさい、たまねぎ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ	ひき肉と野菜入り粥
24(金)	10倍がゆ 豆腐のペースト じゃがいものペースト キャベツのペースト	米、じゃがいも	絹ごし豆腐	キャベツ	昆布だし汁	7倍がゆ 豆腐の煮物 ゆで野菜	米、じゃがいも、片栗粉	絹ごし豆腐	キャベツ、にんじん	かつお・昆布だし汁	5倍粥 豆腐の煮物 スティック野菜	米、じゃがいも、小麦粉、砂糖、油、片栗粉	絹ごし豆腐、牛乳	キャベツ、にんじん	かつお・昆布だし汁、ベーキングパウダー、しょうゆ	蒸しパン

※食べていない食材がある場合は給食提供日までに、何回かご自宅でご試して下さい。アレルギーが出た場合は速やかに担当保育士までご連絡下さい。

※都合により献立・食材を変更することがあります。