

献立表

日/曜	5~6ヶ月	材料名				7~8か月	材料名				9~11ヶ月	材料名				3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	
1日(水) 15日(水)	10倍がゆ 麩のペースト 小松菜のペースト にんじんのペースト	米、麩、片栗粉		にんじん、こまつな	昆布だし汁	7倍がゆ 鶏ささみの野菜あんかけ にんじんの軟らか煮	米、片栗粉	鶏ささ身	にんじん、たまねぎ、こまつな	かつお・昆布だし汁	軟飯 鶏ささみの野菜あんかけ スティックにんじん	米、片栗粉	鶏ささ身、鶏ひき肉	にんじん、たまねぎ、こまつな	かつお・昆布だし汁、しょうゆ	鶏ひき肉入りの軟飯
2日(木) 16日(木)	10倍がゆ 豆腐のペースト キャベツのペースト トマトのペースト	米	絹ごし豆腐	トマト、キャベツ	昆布だし汁	7倍がゆ ツナと野菜の煮物 刻みトマト	米、片栗粉	ツナ水煮缶	トマト、にんじん、キャベツ	かつお・昆布だし汁	軟飯 ツナと野菜の煮物 刻みトマト	米、小麦粉、砂糖、油、片栗粉	牛乳、ツナ水煮缶	トマト、にんじん、キャベツ	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
3日(金) 17日(金)	10倍がゆ 白身魚のペースト チンゲン菜のペースト だいごんのペースト	米、片栗粉	たら	チンゲンサイ、だいごん	昆布だし汁	7倍がゆ 魚と野菜のほぐし煮 だいごんの軟らか煮	米、じゃがいも、片栗粉	たら	だいごん、チンゲンサイ	かつお・昆布だし汁	軟飯 魚と野菜のほぐし煮 スティックだいごん	米、じゃがいも、片栗粉	たら、きな粉	だいごん、チンゲンサイ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ	きな粉軟飯
4日(土) 18日(土)	10倍がゆ 麩のペースト ほうれん草のペースト だいごんのペースト	米、麩、片栗粉		ほうれん草、だいごん	昆布だし汁	7倍がゆ 高野豆腐と野菜煮 だいごんの軟らか煮	米、片栗粉	高野豆腐	だいごん、にんじん、ほうれん草	かつお・昆布だし汁	軟飯 高野豆腐と野菜煮 スティックだいごん	米、片栗粉	高野豆腐	にんじん、だいごん、ほうれん草	かつお・昆布だし汁、しょうゆ	野菜入り軟飯
6日(月) 20日(月)	10倍がゆ 豆腐のペースト トマトのペースト キャベツのペースト	米	絹ごし豆腐	トマト、キャベツ	昆布だし汁	7倍がゆ ツナと野菜の煮物 キャベツの軟らか煮	米、片栗粉	ツナ水煮缶	キャベツ、たまねぎ、トマト	かつお・昆布だし汁	軟飯 ツナと野菜の煮物 キャベツの軟らか煮	米、小麦粉、砂糖、油、片栗粉	ツナ水煮缶、牛乳	キャベツ、トマト、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日(火) 21日(火)	10倍がゆ 白身魚のペースト 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、片栗粉	たら	にんじん	昆布だし汁	7倍がゆ 魚と野菜のほぐし煮 じゃがいもの軟らか煮つぶし	米、じゃがいも、片栗粉	さけ	にんじん、かぶ	かつお・昆布だし汁	軟飯 魚と野菜のほぐし煮 スティックじゃがいも	米、じゃがいも、片栗粉	さけ、きな粉	にんじん、かぶ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ	きな粉軟飯
8日(水) 22日(水)	10倍がゆ 麩のペースト 玉ねぎのペースト ほうれん草のペースト	米、麩、片栗粉		ほうれん草、たまねぎ	昆布だし汁	7倍がゆ 鶏ささみの野菜あんかけ ほうれん草の軟らか煮	米、片栗粉	鶏ささ身	ほうれん草、たまねぎ、にんじん	かつお・昆布だし汁	軟飯 鶏ささみの野菜あんかけ ほうれん草の軟らか煮	米、マカロニ、砂糖、片栗粉	鶏ささ身、きな粉	ほうれん草、にんじん、たまねぎ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩	マカロニきな粉
9日(木) 23日(木)	10倍がゆ 麩のペースト きゃべつのペースト きゅうりのペースト	米、麩、片栗粉		きゅうり、キャベツ	昆布だし汁	7倍がゆ 高野豆腐と野菜煮 きゅうりの軟らか煮	米、じゃがいも、片栗粉	高野豆腐	きゅうり、キャベツ	かつお・昆布だし汁	軟飯 高野豆腐と野菜煮 スティックきゅうり	米、じゃがいも、片栗粉	ツナ水煮缶、高野豆腐	きゅうり、キャベツ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ	ツナの軟飯
10日(金) 24日(金)	10倍がゆ 豆腐のペースト キャベツのペースト かぼちゃのペースト	米	絹ごし豆腐	キャベツ、かぼちゃ	昆布だし汁	7倍がゆ 豆腐と野菜のトロトロ煮 かぼちゃの軟らか煮つぶし	米、片栗粉	絹ごし豆腐	かぼちゃ、キャベツ、にんじん	かつお・昆布だし汁	軟飯 豆腐と野菜のトロトロ煮 かぼちゃの軟らか煮	米、片栗粉	絹ごし豆腐、かつお節	かぼちゃ、にんじん、キャベツ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ	おかか軟飯
11日(土) 25日(土)	10倍がゆ 麩のペースト 小松菜のペースト にんじんのペースト	米、麩、片栗粉		にんじん、こまつな	昆布だし汁	7倍がゆ 鶏ささみの野菜あんかけ にんじんの軟らか煮	米、じゃがいも、片栗粉	鶏ささ身	にんじん、こまつな	かつお・昆布だし汁	軟飯 鶏ささみの野菜あんかけ スティックにんじん	米、小麦粉、じゃがいも、砂糖、油、片栗粉	鶏ささ身、牛乳	にんじん、こまつな	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
13日(月) 27日(月)	10倍がゆ 麩のペースト ブロッコリーのペースト だいごんのペースト	米、麩、片栗粉		ブロッコリー、だいごん	昆布だし汁	7倍がゆ ツナと野菜の煮物 じゃがいもの軟らか煮つぶし	米、じゃがいも、片栗粉	ツナ水煮缶	ブロッコリー、だいごん	かつお・昆布だし汁	軟飯 ツナと野菜の煮物 スティックじゃがいも	米、じゃがいも、小麦粉、砂糖、油、片栗粉	牛乳、ツナ水煮缶	かぼちゃ、ブロッコリー、だいごん	かつお・昆布だし汁、ベーキングパウダー、しょうゆ	かぼちゃのホットケーキ
14日(火) 28日(火)	10倍がゆ 豆腐のペースト 玉ねぎのペースト チンゲン菜のペースト	米	絹ごし豆腐	チンゲンサイ、たまねぎ	昆布だし汁	7倍がゆ 豆腐と野菜のトロトロ煮 チンゲン菜の軟らか煮	米、片栗粉	絹ごし豆腐	チンゲンサイ、たまねぎ、にんじん	かつお・昆布だし汁	軟飯 豆腐と野菜のトロトロ煮 チンゲン菜の軟らか煮	米、小麦粉、砂糖、油、片栗粉	絹ごし豆腐、牛乳	チンゲンサイ、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
29日(水)	10倍がゆ 白身魚のペースト だいごんのペースト ほうれん草のペースト	米、片栗粉	たら	ほうれん草、だいごん	昆布だし汁	7倍がゆ 魚と野菜のほぐし煮 にんじんの軟らか煮	米、片栗粉	さけ	にんじん、だいごん、ほうれん草	かつお・昆布だし汁	軟飯 魚と野菜のほぐし煮 スティックにんじん	米、干しうどん、片栗粉	さけ、豚ひき肉	にんじん、ほうれん草、だいごん	かつお・昆布だし汁、しょうゆ	煮込みうどん
30日(木)	10倍がゆ 豆腐のペースト にんじんのペースト 小松菜のペースト	米	絹ごし豆腐	にんじん、こまつな	昆布だし汁	7倍がゆ 高野豆腐と野菜煮 きゅうりの軟らか煮	米、片栗粉	高野豆腐	きゅうり、にんじん、こまつな	かつお・昆布だし汁	軟飯 高野豆腐と野菜煮 スティックきゅうり	米、じゃがいも、片栗粉	高野豆腐	きゅうり、にんじん、こまつな	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩	ふかし芋

*食べし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にご連絡下さい。

*都合により献立・食材を変更することがあります。