



# 献立表



日/曜	5~6ヶ月	材料名(昼食・3時おやつ)				7~8ヶ月	材料名(昼食・3時おやつ)				9~11ヶ月	材料名(昼食・3時おやつ)				10時おやつ 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 白身魚のペースト じゃがいもペースト にんじんペースト	米、じゃがいも、片栗粉	たら	にんじん	昆布だし汁	7倍がゆ たらと野菜の煮物 ゆで野菜	米、じゃがいも、片栗粉	たら	にんじん、だいこん	かつお・昆布だし汁	軟飯 たらと野菜の煮物 ゆで野菜	米、じゃがいも、小麦粉、砂糖、油、片栗粉	たら、牛乳	にんじん、だいこん	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日(木) 16日(木)	10倍がゆ 麩のペースト キャベツのペースト トマトのペースト	米、麩、片栗粉		トマト、キャベツ	昆布だし汁	7倍がゆ 鶏と野菜の煮物 刻みトマト	米、片栗粉	鶏ささ身	トマト、キャベツ、ほうれんそう	かつお・昆布だし汁	軟飯 鶏と野菜のみそ煮 ゆでトマト	米	鶏ささ身、みそ	トマト、キャベツ、ほうれんそう、にんじん	かつお・昆布だし汁、しょうゆ	鶏ささみと野菜の軟飯
3日(金)	10倍がゆ 麩のペースト キャベツのペースト にんじんのペースト	米、麩、片栗粉		にんじん、キャベツ	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、キャベツ、たまねぎ	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、さつまいも、砂糖、油、片栗粉	鶏ささ身、牛乳	にんじん、たまねぎ、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	さつまいも蒸しパン
4日(土) 18日(土)	10倍がゆ 豆腐のペースト かぶのペースト こまつなのペースト	米	木綿豆腐	こまつな、かぶ	昆布だし汁	7倍がゆ 豆腐と野菜の煮物 ゆで野菜	米、じゃがいも、片栗粉	木綿豆腐	かぶ、こまつな	かつお・昆布だし汁	軟飯 豆腐と野菜の煮物 ゆで野菜	米、じゃがいも、片栗粉	木綿豆腐、きな粉	かぶ、こまつな	かつお・昆布だし汁、しょうゆ	きな粉軟飯
6日(月) 20日(月)	10倍がゆ 麩のペースト にんじんのペースト はくさいのペースト	米、麩、片栗粉		はくさい、にんじん	昆布だし汁	7倍がゆ 鶏と野菜の煮物 チンゲン菜の軟らか煮	米、片栗粉	鶏ささ身	チンゲンサイ、はくさい、にんじん	かつお・昆布だし汁	軟飯 鶏と野菜の煮物 チンゲン菜の軟らか煮	米、小麦粉、砂糖、油、片栗粉	牛乳、鶏ささ身	はくさい、チンゲンサイ、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	ホットケーキ
7日(火) 21日(火)	10倍がゆ 麩のペースト にんじんのペースト だいこんのペースト	米、麩、片栗粉		にんじん、だいこん	昆布だし汁	7倍がゆ 豆腐と野菜の煮物 ゆで野菜	米	木綿豆腐	だいこん、たまねぎ、にんじん	かつお・昆布だし汁	軟飯 豆腐と野菜の煮物 大根スティック	米、マカロニ、砂糖	木綿豆腐、きな粉	たまねぎ、だいこん、にんじん	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩	マカロニきな粉
8日(水) 22日(水)	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 ひき肉と野菜の煮物 ゆで野菜	米、片栗粉	鶏ひき肉	かぼちゃ、キャベツ、にんじん	かつお・昆布だし汁	軟飯 ひき肉と野菜の煮物 ゆで野菜	米、片栗粉	鶏ひき肉、かつお節	キャベツ、かぼちゃ、にんじん	かつお・昆布だし汁、しょうゆ	おかか軟飯
9日(木) 23日(木)	10倍がゆ 白身魚のペースト だいこんのペースト きゅうりのペースト	米、片栗粉	たら	だいこん、きゅうり	昆布だし汁	7倍がゆ たらと野菜のみそ煮 ゆで野菜	米	たら	きゅうり、だいこん、にんじん	かつお・昆布だし汁	軟飯 たらと野菜のみそ煮 きゅうりスティック	米、小麦粉、砂糖、油	牛乳、たら、みそ	だいこん、きゅうり、にんじん	かつお・昆布だし汁、ベーキングパウダー	ホットケーキ
10日(金) 24日(金)	10倍がゆ 麩のペースト チンゲン菜のペースト キャベツのペースト	米、麩、片栗粉		チンゲンサイ、キャベツ	昆布だし汁	7倍がゆ 鶏ささみの野菜あんかけ キャベツの軟らか煮	米、片栗粉	鶏ささ身	キャベツ、にんじん、チンゲンサイ	かつお・昆布だし汁	軟飯 鶏ささみの野菜あんかけ キャベツの軟らか煮	米、小麦粉、砂糖、油、片栗粉	鶏ささ身、牛乳	キャベツ、にんじん、チンゲンサイ	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
11日(土) 25日(土)	10倍がゆ 豆腐のペースト たまねぎのペースト にんじんのペースト	米	絹ごし豆腐	にんじん、たまねぎ	昆布だし汁	7倍がゆ 高野豆腐と野菜煮 ゆで野菜	米、片栗粉	高野豆腐	きゅうり、たまねぎ、にんじん	かつお・昆布だし汁	軟飯 高野豆腐と野菜煮 きゅうりスティック	米、小麦粉、砂糖、油、片栗粉	牛乳、高野豆腐、きな粉	たまねぎ、きゅうり、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	きな粉ホットケーキ
13日(月) 27日(月)	10倍がゆ 麩のペースト にんじんのペースト 玉ねぎのペースト	米、麩、片栗粉		にんじん、たまねぎ	昆布だし汁	7倍がゆ ひき肉と野菜の煮物 ゆで野菜	米、じゃがいも、片栗粉	鶏ひき肉	にんじん、たまねぎ	かつお・昆布だし汁	軟飯 ひき肉と野菜の煮物 にんじんスティック	米、じゃがいも、小麦粉、砂糖、油、片栗粉	鶏ひき肉、牛乳	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
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 にんじんのペースト	米	絹ごし豆腐	にんじん、たまねぎ	昆布だし汁	7倍がゆ 豆腐と野菜のトロトロ煮 キャベツの軟らか煮	米、片栗粉	絹ごし豆腐	キャベツ、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 キャベツの軟らか煮	米、片栗粉	絹ごし豆腐、きな粉	キャベツ、たまねぎ、にんじん	かつお・昆布だし汁、しょうゆ	きな粉軟飯
17日(金)	10倍がゆ 麩のペースト キャベツのペースト にんじんのペースト	米、麩、片栗粉		にんじん、キャベツ	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、キャベツ、たまねぎ	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、さつまいも、片栗粉	鶏ささ身	にんじん、たまねぎ、キャベツ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ	スティックさつまいも

※食べていない食材がある場合は給食提供日までに、何回かご自宅を試して下さい。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。