



保育園離乳食献立表(0歳児)



2023年 1月分

日付	9~11カ月頃(適宜刻む)			7~8カ月頃(適宜つぶす)	
	朝の補食	お昼ごはん	午後の補食	お昼ごはん	午後の補食
4・18 (水)	ミルク またはお茶 チーズ	ツナそぼろ丼 (精白米・玉ねぎ・人参・ツナ缶・しょうが) みそ汁(玉ねぎ・わかめ・麩) フライドさつまいも <small>【調合油・上白糖・みりん・料理酒・醤油・煮干しだし・味噌・食塩・ホットケーキミックス・牛乳】</small>	ミルク 味噌蒸しパン	おかゆ みそ汁(汁のみ) 麩・玉ねぎのとろとろ煮 人参・さつまいものやわらか煮	ミルク
5・19 (木)	ミルク またはお茶 さつまい	固がゆ すまし汁(大根・ほうれん草) 魚ごま味噌和え(かじき・しょうが・ごま) 肉じゃが (豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・グリーンピース) <small>【鰹だし・醤油・食塩・料理酒・片栗粉・調合油・味噌・上白糖・みりん・ホットケーキミックス】</small>	ミルク かぼちゃ棒	おかゆ みそ汁(汁のみ) かじき・大根・ほうれん草のとろとろ煮 じゃが芋・人参のやわらか煮	ミルク
6 (金)	ミルク またはお茶 麩ラスク	ミートソーススパゲッティ (スパゲッティ・豚ひき肉・玉ねぎ・人参・チーズ) 野菜スープ(豆腐・玉ねぎ・わかめ) こぶき芋(じゃが芋) オレンジ <small>【調合油・食塩・ソース・ケチャップ・鰹だし・醤油】</small>	ミルク 七草がゆ (精白米・鶏肉・大根・かぶ)	おかゆ 野菜スープ(汁のみ) 絹豆腐・玉ねぎ・人参のとろとろ煮 じゃが芋煮つぶし	ミルク
7・21 (土)	ミルク またはお茶 にんじん	固がゆ すまし汁(じゃが芋・わかめ) 魚のみそ煮(かじき・しょうが) 春雨の炒め物 (春雨・豚肉・人参・ピーマン) <small>【鰹だし・醤油・食塩・上白糖・味噌・料理酒・ごま油】</small>	ミルク チーズ	おかゆ すまし汁(汁のみ) かじき・じゃが芋の煮つぶし 人参・ピーマンのやわらか煮	ミルク
10 (火)	ミルク またはお茶 じゃが芋	固がゆ(精白米) お雑煮(鶏肉・ほうれん草・里芋・麩) 松風焼き(豚肉・玉ねぎ・ごま) 紅白なます(大根・人参) みかん <small>【鰹だし・醤油・食塩・パン粉・上白糖・味噌・調合油・米酢・みりん】</small>	おせち献立 ミルク さつまいきんとん (精白米・かつお節・ごま・チーズ)	おかゆ お雑煮(汁のみ) 鶏ささみ・里芋・ほうれん草のとろとろ煮 大根・人参のやわらか煮 つぶしみかん	ミルク
11・25 (水)	ミルク またはお茶 さつまい	煮込みうどん (うどん・鶏肉・ほうれん草・ねぎ) さつまいの磯揚げ (さつまい・人参・ひじき・青のり) バナナ <small>【鰹だし・上白糖・醤油・料理酒・みりん・食塩・薄力粉・調合油】</small>	ミルク おほかチーズおにぎり 又はおじや (精白米・かつお節・ごま・チーズ)	うどんのやわらか煮 (ほうれん草のせ) 鶏ささみ・人参・さつまいとろとろ煮 つぶしバナナ	ミルク
12・26 (木)	ミルク またはお茶 麩ラスク 	ロールパン 野菜のポトフ (じゃがいも・たまねぎ・にんじん・しめじ) 鶏肉のコーンフ레이크焼き (鶏もも肉・にんにく・コーンフ레이크) トマトきゅうりのサラダ (トマト・きゅうり・チーズ) <small>【醤油・上白糖・調合油・オリーブ油・食塩・バター】</small>	ミルク ツナのピラフ 又はおじや (精白米・ツナ缶・人参)	パン粥 野菜スープ(汁のみ) 麩・じゃが芋・玉ねぎ・人参のとろとろ煮 つぶしトマト	ミルク



新年あけましておめでとうございます



新しい年がスタートしました。
新年は喜びと期待で心が弾みますね♪
本年もよろしくお願いいたします。





保育園離乳食献立表(0歳児)



2023年 1月分

日付	9~11カ月頃(適宜刻む)			7~8カ月頃(適宜つぶす)	
	朝の補食	お昼ごはん	午後の補食	お昼ごはん	午後の補食
13・27 (金)	ミルク またはお茶 にんじん	固がゆ 野菜のケチャップ煮 <small>(鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・にんにく)</small> ほうれん草のサラダ <small>(ほうれん草・キャベツ・ツナ缶・コーン)</small> りんご <small>【バター・薄力粉・スキムミルク・食塩・調合油・ソース・ケチャップ・米酢・上白糖】</small>	ミルク ぶどうゼリー <small>(ぶどうジュース・寒天)</small>	おかゆ 野菜スープ(汁のみ) <small>鶏ささみ・じゃが芋・玉ねぎ・人参・ほうれん草のとろとろ煮</small> りんごのすりおろし	ミルク
14・28 (土)	ミルク またはお茶 じゃが芋	固がゆ すまし汁(麩・わかめ・人参) ポークチャップ <small>(豚肉・玉ねぎ・ピーマン)</small> こぶき芋(じゃが芋) <small>【鰹だし・醤油・食塩・調合油・ソース・ケチャップ】</small>	ミルク チーズ	おかゆ すまし汁(汁のみ) 麩・玉ねぎ・人参のとろとろ煮 じゃが芋・ピーマンの煮つぶし	ミルク
16・30 (月)	ミルク またはお茶 チーズ	固がゆ 豚汁(豚肉・大根・人参・ごぼう・ねぎ) 魚のあかね焼き(かじき) みかん <small>【鰹だし・味噌・調合油・ケチャップ・醤油・上白糖・料理酒・みりん・牛乳・ホットケーキミックス・おから】</small>	ミルク おからドーナツ	おかゆ すまし汁(汁のみ) 麩・ピーマンのとろとろ煮 じゃが芋・人参の煮つぶし	ミルク 
17・31 (火)	ミルク またはお茶 さつま芋	むぎいりごはん 肉豆腐 <small>(豆腐・豚肉・玉ねぎ・ねぎ・しいたけ)</small> きゅうりとツナのサラダ <small>(きゅうり・ツナ缶・ごま)</small> りんご <small>【鰹だし・醤油・上白糖・みりん・米酢・醤油・ホットケーキミックス・牛乳・調合油】</small>	ミルク 蒸しパン	おかゆ すまし汁(汁のみ) 豆腐・玉ねぎのとろとろ煮 りんごのすりおろし	ミルク
20 (金)	ミルク またはお茶 麩ラスク	ミートソーススパゲッティ <small>(スパゲッティ・豚ひき肉・玉ねぎ・人参・チーズ)</small> 野菜スープ(豆腐・玉ねぎ・わかめ) こぶき芋(じゃが芋) オレンジ <small>【調合油・食塩・ソース・ケチャップ・ホットケーキミックス・牛乳・上白糖・きなこ】</small>	ミルク きな粉蒸しパン	おかゆ 野菜スープ(汁のみ) 絹豆腐・玉ねぎ・人参のとろとろ煮 じゃが芋煮つぶし	ミルク
23 (月)	ミルク またはお茶 にんじん 	固がゆ みそ汁(豆腐・小松菜) レバーと芋の甘辛煮 <small>(豚レバー・じゃが芋・しょうが)</small> キャベツのごまサラダ <small>(キャベツ・きゅうり・人参・ごま)</small> <small>【煮干しだし・味噌・片栗粉・調合油・ケチャップ・上白糖・ソース・米酢・食塩】</small>	ミルク マカロニきなこ	おかゆ みそ汁(汁のみ) 麩・じゃが芋・人参のとろとろ煮 キャベツときゅうりのやわらか煮	ミルク
24 (火)	ミルク またはお茶 じゃが芋	固がゆ みそ汁(かぶ・かぶの葉・麩) 魚のコーン焼き(トマト添え) <small>(鮭・玉ねぎ・コーン)</small> ブロッコリー <small>【煮干しだし・味噌・食塩・薄力粉・バター】</small>	ミルク ジャムサンド <small>(食パン・いちごジャム)</small>	パン粥 みそ汁(汁のみ) 鮭・玉ねぎ・コーンのとろとろ煮 ブロッコリーのやわらか煮	ミルク

※9~11カ月頃の午後の補食は発育の状態に合わせて変更する場合があります ※献立は予告なく変更する場合があります

