

2020年度 1月 離乳食 献立表

日曜	昼食	午前おやつ	午後おやつ
1 金	元旦		
2 土	保育園休み		
4 月	軟飯(かゆ) ツナの和風煮 野菜の軟らか煮 粉ふき芋 野菜スープ 米 ツナ キャベツ 大根 ブロッコリー ジャが芋 玉葱 人参	くだもの	味噌がゆ 米 味噌 人参 玉葱 大根
5 火	軟飯(かゆ) 豆腐入り肉団子 ほうれん草とえのきの煮びたし ひじき煮 みそ汁 米 豆腐 鶏ひき肉 ほうれん草 えのき もやし ひじき 人参 椎茸 味噌 大根 ジャが芋	くだもの	わかめうどん うどん わかめ 人参 椎茸
6 水	食ぱん(ぱんがゆ) ささみの和風煮 粉ふき芋 人参煮 野菜スープ 食ぱん ささみ ジャが芋 人参 ニラ 椎茸 葱 もやし	くだもの	しらす入り青菜おじや 米 しらす 小松菜 葱 人参
7 木	軟飯(かゆ) 焼魚 野菜の煮びたし さつま芋の甘煮 すまし汁 米 ムキガレイ 小松菜 もやし さつま芋 葱 大根 人参 椎茸	くだもの	煮込みうどん うどん 人参 葱 椎茸
8 金	軟飯(かゆ) 豚ひきと葱の軟らか煮 茹でブロッコリー ポテト煮 みそ汁 米 豚ひき 葱 ブロッコリー ジャが芋 味噌 人参 大根 しめじ	くだもの	人参ケーキ 小麦粉 BP 粉ミルク 人参 油
9 土	南瓜入りクリームリゾット もやしときゅうりの軟らか煮 米 南瓜 玉葱 粉ミルク 人参 もやし きゅうり	くだもの	野菜おじや 米 玉葱 人参 もやし
11 月	成人の日		
12 火	食ぱん(ぱんがゆ) 豚そぼろ 茹でブロッコリー カブの含め煮 野菜スープ 食ぱん 豚ひき ブロッコリー カブ 玉葱 人参 ジャが芋	くだもの	わかめおじや 米 わかめ 人参 玉葱
13 水	軟飯(かゆ) ささみの和風煮 ほうれん草ともやしの煮びたし 人参と椎茸の軟らか煮 みそ汁 米 ささみ ほうれん草 もやし 人参 椎茸 味噌 大根 葱 しめじ 里芋	くだもの	さつま芋団子 さつま芋 片栗粉 油
14 木	野菜スープヌードル 蒸魚 玉葱とジャが芋の軟らか煮 人参煮 うどん 人参 葱 椎茸 ニラ もやし ムキガレイ 玉葱 ジャが芋	くだもの	夕焼けおじや 米 人参 葱
15 金	軟飯(かゆ) 納豆のおろし煮 野菜の煮びたし ポテト煮 みそ汁 米 ひきわり納豆 しらす カブ 小松菜 もやし ジャが芋 味噌 玉葱 人参 葱 大根	くだもの	さつま芋ケーキ さつま芋 小麦粉 BP 粉ミルク 油
16 土	野菜スープリゾット 粉ふき芋 米 キャベツ 人参 玉葱 カブ ジャが芋	くだもの	野菜うどん うどん ジャが芋 人参 玉葱
18 月	軟飯(かゆ) ささみの和風煮 ひじきと野菜の軟らか煮 粉ふき芋 野菜スープ 米 ささみ ひじき キャベツ 人参 セロリ きゅうり えのき ジャが芋 玉葱	くだもの	フィッシュポテト ジャが芋 ムキガレイ
19 火	食ぱん(ぱんがゆ) レバーペースト 野菜の軟らか煮 茹でブロッコリー かぼちゃスープ 食ぱん 豚レバー キャベツ 人参 大根 ブロッコリー 玉葱 南瓜 粉ミルク	くだもの	青菜おじや 米 小松菜 葱 人参
20 水	軟飯(かゆ) 煮魚 水菜の煮びたし ポテト煮 みそ汁 米 ギンダラ 水菜 人参 ジャが芋 味噌 豆腐 大根 葱	くだもの	夕焼けうどん うどん 人参 葱
21 木	軟飯(かゆ) 豆腐入り肉団子 野菜の軟らか煮 南瓜煮 みそ汁 米 豆腐 鶏ひき肉 キャベツ 人参 椎茸 もやし パプリカ 南瓜 味噌 玉葱 大根	くだもの	南瓜入りクリームリゾット 粉ミルク 米 人参 玉葱 南瓜
22 金	軟飯(かゆ) 魚入り炒り豆腐 野菜の煮びたし ポテト煮 もずくのすまし汁 米 ムキガレイ 豆腐 小松菜 もやし ジャが芋 もずく えのき 葱	くだもの	しらす入り味噌がゆ 米 味噌 しらす 葱 えのき もやし
23 土	けんちんおじや 茹でブロッコリー 米 人参 大根 白菜 葱 里芋 ブロッコリー	くだもの	里芋とごはんのおやき 里芋 米 片栗粉 油
25 月	軟飯(かゆ) 納豆のおろし煮 白菜と小松菜の煮びたし ポテト煮 みそ汁 米 ひき割り納豆 カブしらす 白菜 小松菜 ジャが芋 味噌 人参 大根 葱	くだもの	ジャが芋もち ジャが芋 片栗粉 油
26 火	軟飯(かゆ) ささみ和風煮 ほうれん草ともやしの煮びたし 里芋煮 すまし汁 米 ささみ ほうれん草 もやし 里芋 人参 大根 葱 椎茸	くだもの	味噌煮込みうどん 味噌 うどん 葱 椎茸 人参
27 水	食ぱん(ぱんがゆ) 豆腐ハンバーグ 茹でブロッコリー もやしと人参の軟らか煮 わかめスープ 食ぱん 豆腐 豚ひき 玉葱 ブロッコリー もやし 人参 葱 わかめ えのき	くだもの	しらす入り夕焼けおじや 米 しらす 人参 葱
28 木	軟飯(かゆ) 焼魚 雌株と野菜の軟らか煮 里芋煮 みそ汁 米 ムキガレイ 雌株 キャベツ きゅうり 人参 里芋 味噌 大根 葱 しめじ	くだもの	フルーツきんとん さつま芋 りんご
29 金	軟飯(かゆ) ささみの味噌煮 水菜の煮びたし 南瓜煮 みそ汁 米 ささみ 味噌 水菜 人参 南瓜 味噌 大根 玉葱	くだもの	クリームヌードル うどん 玉葱 人参 粉ミルク
30 土	味噌がゆ 茹でブロッコリー 米 味噌 玉葱 白菜 人参 ブロッコリー	くだもの	しらす入り野菜おじや 米 しらす 人参 白菜

昼食・おやつの上段は本日のメニュー、下段は主な食品名です。
 材料は都合により献立を変更する場合があります。ご了承下さい。
 午前のおやつのかくだものはみかん・いよかん・りんごを使用しています