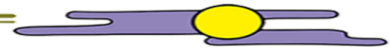




離乳食献立表



2022年9月

村雨こども園・村雨こども園愛分園・村雨こども園なぎさ分園

日 曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄	赤	緑	
			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
1 木	昼食	おかゆ たいの蒸し煮 野菜の煮物 オニオンスープ フルーツ	米 じゃがいも	たい	にんじん、ほうれんそう たまねぎ オレンジ	だし汁、塩 だし汁 だし汁
2 金	昼食	おかゆ 鶏団子の煮物 キャベツの和え物 大根スープ フルーツ	米	鶏ささみ とうふ	たまねぎ キャベツ、にんじん だいこん バナナ	だし汁、塩 しょうゆ だし汁
3 土	昼食	おかゆ たいの野菜あんかけ マッシュポテト 玉ねぎのすまし汁 フルーツ	米 さつまいも	たい	たまねぎ、ほうれんそう たまねぎ	だし汁、片栗粉、塩 だし汁、塩
5 月	昼食	おかゆ たいの塩焼き 大豆サラダ 大根スープ フルーツ	米 たい	だいす	にんじん、たまねぎ だいこん りんご	塩 だし汁
6 火	昼食	おかゆ 鶏肉のケチャップ煮 ポテトサラダ キャベツスープ フルーツ	米 じゃがいも	鶏ささみ	たまねぎ、ブロッコリー にんじん キャベツ バナナ	だし汁、ケチャップ だし汁
7 水	昼食	おかゆ 鶏団子入りポトフ ほうれん草のお浸し フルーツ	米	鶏ささみ	ブロッコリー、たまねぎ ほうれんそう、にんじん オレンジ	だし汁、塩 しょうゆ
8 木	昼食	青菜がゆ 豆腐とキャベツの煮物 さつまいものサラダ 玉ねぎのすまし汁 フルーツ	米 さつまいも	とうふ	ほうれんそう キャベツ たまねぎ たまねぎ オレンジ	だし汁、しょうゆ だし汁、塩
9 金	昼食	おかゆ たいの蒸し煮 キャベツのソテー かぼちゃのスープ フルーツ	米	たい	キャベツ、にんじん かぼちゃ、たまねぎ バナナ	だし汁、しょうゆ だし汁
10 土	昼食	おかゆ 鶏肉の中華煮 ブロッコリーのサラダ オニオンスープ フルーツ	米	鶏ささみ	たまねぎ、キャベツ ブロッコリー、にんじん たまねぎ	だし汁、片栗粉、塩 だし汁
12 月	昼食	おかゆ 鶏肉のスープ煮 キャベツの和え物 ほうれん草の味噌汁 フルーツ	米	鶏ささみ みそ	たまねぎ キャベツ、にんじん ほうれんそう バナナ	だし汁、塩 しょうゆ だし汁
13 火	昼食	しらすがゆ 豆腐の中華煮 小松菜のお浸し じゃがいものスープ フルーツ	米 じゃがいも	しらす干し とうふ	たまねぎ こまつな、にんじん バナナ	だし汁、片栗粉 しょうゆ だし汁
14 水	昼食	おかゆ 鶏肉とさつまいもの煮物 キャベツの和え物 豆腐のすまし汁 フルーツ	米 さつまいも	鶏ささみ とうふ	キャベツ、にんじん たまねぎ りんご	だし汁、しょうゆ しょうゆ だし汁、塩
15 木	昼食	おかゆ たいの塩焼き 大豆サラダ 玉ねぎの味噌汁 フルーツ	米	たい だいす みそ	にんじん たまねぎ、キャベツ バナナ	塩 だし汁
16 金	昼食	おかゆ 豆腐と野菜の煮物 ほうれん草のサラダ 人参のすまし汁 フルーツ	米	とうふ	にんじん、たまねぎ ほうれんそう にんじん バナナ	だし汁、しょうゆ だし汁、塩
17 土	昼食	煮込みうどん さつまいものサラダ フルーツ	うどん さつまいも	鶏ささみ	たまねぎ、チンゲンサイ にんじん	だし汁、しょうゆ

20 火	昼食	おかゆ たいとキャベツの蒸し煮 ほうれん草の和え物 じゃがいもの味噌汁 フルーツ	米 じゃがいも	たい みそ	キャベツ にんじん、ほうれんそう たまねぎ バナナ	だし汁、塩 しょうゆ だし汁
21 水	昼食	おかゆ 鶏肉のあんかけ かぼちゃのサラダ キャベツのスープ フルーツ	米	鶏ささみ	たまねぎ かぼちゃ、にんじん キャベツ バナナ	だし汁、片栗粉、しょうゆ だし汁
22 木	昼食	おかゆ 豆腐のケチャップ煮 ブロッコリーのサラダ 小松菜のスープ フルーツ	米	とうふ	キャベツ にんじん、ブロッコリー たまねぎ、こまつな オレンジ	だし汁、ケチャップ だし汁
24 土	昼食	おかゆ 鶏肉とかぼちゃの煮物 ほうれん草の和え物 大根のすまし汁 フルーツ	米	鶏ささみ	かぼちゃ ほうれんそう、にんじん だいこん	だし汁、しょうゆ だし汁、塩
26 月	昼食	青菜がゆ たいの煮付 キャベツの和え物 豆腐の味噌汁 フルーツ	米	たい とうふ、みそ	ほうれんそう にんじん、キャベツ たまねぎ オレンジ	だし汁、しょうゆ だし汁
27 火	昼食	おかゆ 鶏肉のおろしかけ チンゲン菜のサラダ 玉ねぎの味噌汁 フルーツ	米	鶏ささみ みそ	だいこん にんじん、チンゲンサイ たまねぎ バナナ	だし汁、塩、片栗粉 だし汁
28 水	昼食	おかゆ 豆腐の野菜あんかけ ブロッコリーの和え物 玉ねぎのスープ フルーツ	米	とうふ	ほうれんそう にんじん、ブロッコリー たまねぎ オレンジ	だし汁、塩、片栗粉 だし汁
29 木	昼食	おかゆ たいの漬け焼き 白菜のお浸し 豆腐のスープ フルーツ	米	たい とうふ	はくさい、にんじん こまつな バナナ	しょうゆ だし汁
30 金	昼食	おかゆ 豆腐とかぼちゃの煮物 ほうれん草の煮浸し 大根の味噌汁 フルーツ	米	とうふ みそ	かぼちゃ ほうれんそう、にんじん だいこん、たまねぎ バナナ	だし汁、塩 だし汁、しょうゆ だし汁

☆献立は変更になる場合があります。月齢により、食材、形状を個別に対応しています。

