



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(土) 15日(土)	10倍がゆ 豆腐のペースト かぼちゃのペースト にんじんのペースト	米	絹ごし豆腐	にんじん、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、ブロッコリー、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	ブロッコリー、かぼちゃ、にんじん	かつお・昆布だし汁、しょうゆ	おかゆ軟飯
3日(月) 17日(月)	10倍がゆ 豆腐のペースト にんじんのペースト はくさいのペースト	米	絹ごし豆腐	はくさい、にんじん	昆布だし汁	7倍がゆ 豆腐と野菜の煮物 ゆで野菜	米、片栗粉	絹ごし豆腐	にんじん、はくさい、たまねぎ	かつお・昆布だし汁	軟飯 豆腐と野菜の煮物 にんじんスティック	米、干しうどん、片栗粉	絹ごし豆腐	にんじん、たまねぎ、はくさい	かつお・昆布だし汁、しょうゆ	菘込みうどん
4日(火) 18日(火)	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 鶏ささみと野菜の煮物 キャベツの軟らか煮	米、片栗粉	鶏ささ身	キャベツ、たまねぎ、にんじん	かつお・昆布だし汁	軟飯 鶏ささみの煮物 キャベツの軟らか煮	米、片栗粉	鶏ささ身、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
5日(水) 19日(水)	10倍がゆ 豆腐のペースト ほうれん草のペースト じゃがいものペースト	米、じゃがいも	絹ごし豆腐	ほうれん草	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	絹ごし豆腐	ほうれん草、にんじん	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	絹ごし豆腐	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	野菜入り軟飯
6日(木) 20日(木)	10倍がゆ 白身魚のペースト たまねぎのペースト にんじんのペースト	米、片栗粉	たら	にんじん、たまねぎ	昆布だし汁	7倍がゆ 魚と野菜の煮物 にんじんの軟らか煮	米、片栗粉	魚	にんじん、たまねぎ、ほうれん草	かつお・昆布だし汁	軟飯 魚と野菜の煮物 スティックにんじん	米、小麦粉、砂糖、油、片栗粉	牛乳、卵	にんじん、たまねぎ、ほうれん草	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(金) 21日(金)	10倍がゆ 麩のペースト じゃがいものペースト きゅうりのペースト	米、じゃがいも、麩		きゅうり	昆布だし汁	7倍がゆ ひき肉と野菜の煮物 きゅうりの軟らか煮	米、じゃがいも、片栗粉	鶏ひき肉	たまねぎ、きゅうり	かつお・昆布だし汁	軟飯 ひき肉と野菜の煮物 スティックきゅうり	米、じゃがいも、片栗粉	鶏ひき肉	きゅうり、たまねぎ、にんじん、かつおかめ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ	わかめと野菜の軟飯
8日(土) 22日(土)	10倍がゆ 麩のペースト はくさいのペースト トマトのペースト	米、麩、片栗粉		はくさい、トマト	昆布だし汁	7倍がゆ ひき肉と野菜の煮物 刻みトマト	米、片栗粉	鶏ひき肉	トマト、はくさい、にんじん	かつお・昆布だし汁	軟飯 ひき肉と野菜の煮物 刻みトマト	米、片栗粉	鶏ひき肉、かつお節	トマト、はくさい、にんじん	かつお・昆布だし汁、しょうゆ	おかゆ軟飯
10日(月) 24日(月)	10倍がゆ 麩のペースト キャベツのペースト たまねぎのペースト	米、麩、片栗粉		たまねぎ、キャベツ	昆布だし汁	7倍がゆ 鶏ささみの煮物 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 鶏ささみの煮物 スティックにんじん	米、小麦粉、砂糖、油、片栗粉	鶏ささ身、牛乳	にんじん、キャベツ、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
11日(火)	10倍がゆ 豆腐のペースト 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	絹ごし豆腐	にんじん	昆布だし汁	7倍がゆ 豆腐と野菜の煮物 ほうれん草の軟らか煮	米、じゃがいも、片栗粉	絹ごし豆腐	ほうれん草、にんじん	かつお・昆布だし汁	軟飯 豆腐と野菜のみそ煮 ほうれん草の軟らか煮	米、小麦粉、じゃがいも、砂糖、油、片栗粉	絹ごし豆腐、牛乳、みそ	ほうれん草、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
12日(水) 26日(水)	10倍がゆ 豆腐のペースト ブロッコリーのペースト キャベツのペースト	米	絹ごし豆腐	ブロッコリー、キャベツ	昆布だし汁	7倍がゆ 豆腐と野菜の煮物 ポイルブロッコリー	米、片栗粉	絹ごし豆腐	ブロッコリー、キャベツ、にんじん	かつお・昆布だし汁	軟飯 豆腐と野菜の煮物 ポイルブロッコリー	米、片栗粉	絹ごし豆腐、豚ひき肉	にんじん、ブロッコリー、キャベツ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ	ひき肉と野菜の軟飯
13日(木) 27日(木)	10倍がゆ 白身魚のペースト にんじんのペースト キャベツのペースト	米、片栗粉	たら	にんじん、キャベツ	昆布だし汁	7倍がゆ 魚の煮物 ゆで野菜	米、片栗粉	たら	にんじん、キャベツ、たまねぎ	かつお・昆布だし汁	軟飯 魚の煮物 にんじんスティック	米、片栗粉	たら、きな粉	にんじん、キャベツ、たまねぎ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ	きな粉軟飯
14日(金) 28日(金)	10倍がゆ 麩のペースト ほうれん草のペースト さつまいものペースト	米、さつまいも、麩、片栗粉		ほうれん草	昆布だし汁	7倍がゆ 鶏ささみと野菜の煮物 さつまいもの軟らか煮つぶし	米、さつまいも、片栗粉	鶏ささ身	にんじん、ほうれん草	かつお・昆布だし汁	軟飯 鶏ささみと野菜の煮物 スティックさつまいも	米、さつまいも、小麦粉、砂糖、油、片栗粉	鶏ささ身、牛乳	にんじん、ほうれん草	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
25日(火)	10倍がゆ 豆腐のペースト 大根のペースト チンゲン菜のペースト	米	絹ごし豆腐	チンゲンサイ、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、片栗粉	絹ごし豆腐	だいこん、にんじん、チンゲンサイ	かつお・昆布だし汁	軟飯 豆腐と野菜のみそ煮 スティック野菜	米、小麦粉、砂糖、油、片栗粉	絹ごし豆腐、牛乳、みそ	にんじん、だいこん、チンゲンサイ	かつお・昆布だし汁、ベーキングパウダー	ホットケーキ
29日(土)	10倍がゆ 豆腐のペースト たまねぎのペースト ブロッコリーのペースト	米	絹ごし豆腐	ブロッコリー、たまねぎ	昆布だし汁	7倍がゆ 鶏ささみと野菜の煮物 ブロッコリーの軟らか煮	米、片栗粉	鶏ささ身	ブロッコリー、たまねぎ、チンゲンサイ	かつお・昆布だし汁	軟飯 鶏ささみと野菜の煮物 ポイルブロッコリー	さつまいも、米、片栗粉	鶏ささ身	ブロッコリー、たまねぎ、チンゲンサイ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩	ふかしさつまいも
31日(月)	10倍がゆ 麩のペースト たまねぎのペースト キャベツのペースト	米、麩、片栗粉		たまねぎ、キャベツ	昆布だし汁	7倍がゆ 鶏ささみと野菜の煮物 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、たまねぎ	かつお・昆布だし汁	軟飯 鶏ささみの煮物 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、たまねぎ、かぼちゃ	かつお・昆布だし汁、ベーキングパウダー、しょうゆ	かぼちゃ蒸しパン

※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。