

献立表

日/曜	5~6ヶ月	材料名				7~8ヶ月	材料名				9~11ヶ月	材料名(昼食・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	3時おやつ
1日(水) 15日(水)	10倍がゆ 麩のペースト たまねぎのペースト にんじんのペースト	米、麩、片栗粉		にんじん、たまねぎ	昆布だし汁	7倍がゆ 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、たまねぎ、ほうれんそう	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、片栗粉	鶏ささ身、鶏ひき肉	にんじん、ほうれんそう、たまねぎ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ	鶏ひき肉入りの軟飯
2日(木) 16日(木)	10倍がゆ 白身魚のペースト にんじんのペースト だいごんのペースト	米、片栗粉	たら	にんじん、だいごん	昆布だし汁	7倍がゆ 魚と野菜のほぐし煮 だいごんの軟らか煮	米、じゃがいも、片栗粉	たら	だいごん、にんじん	かつお・昆布だし汁	軟飯 魚と野菜のほぐし煮 スティックだいごん	米、じゃがいも、片栗粉	たら、きな粉	だいごん、いんげん	かつお・昆布だし汁、しょうゆ	きな粉軟飯
3日(金) 17日(金)	10倍がゆ 豆腐のペースト キャベツのペースト トマトのペースト	米	絹ごし豆腐	トマト、キャベツ	昆布だし汁	7倍がゆ ツナと野菜の煮物 刻みトマト	米、片栗粉	ツナ水煮缶	トマト、にんじん、キャベツ	かつお・昆布だし汁	軟飯 ツナと野菜の煮物 刻みトマト	米、小麦粉、砂糖、油、片栗粉	牛乳、ツナ水煮缶	トマト、にんじん、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	ホットケーキ
4日(土) 18日(土)	10倍がゆ 麩のペースト きゃべつのペースト だいごんのペースト	米、麩、片栗粉		だいごん、キャベツ	昆布だし汁	7倍がゆ 高野豆腐と野菜煮 だいごんの軟らか煮	米、片栗粉	高野豆腐	だいごん、にんじん、キャベツ	かつお・昆布だし汁	軟飯 高野豆腐と野菜煮 スティックだいごん	米、片栗粉	高野豆腐	にんじん、だいごん、キャベツ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ	野菜入り軟飯
6日(月) 20日(月)	10倍がゆ 豆腐のペースト ブロッコリーのペースト たまねぎのペースト	米	絹ごし豆腐	たまねぎ、ブロッコリー	昆布だし汁	7倍がゆ ツナと野菜の煮物 スティックにんじん	米、片栗粉	ツナ水煮缶	にんじん、たまねぎ、ブロッコリー	かつお・昆布だし汁	軟飯 ツナと野菜の煮物 スティックにんじん	米、小麦粉、砂糖、油、片栗粉	ツナ水煮缶、牛乳	にんじん、たまねぎ、ブロッコリー	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
7日(火) 21日(火)	10倍がゆ 白身魚のペースト 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、片栗粉	たら	にんじん	昆布だし汁	7倍がゆ 魚と野菜のほぐし煮 じゃがいもの軟らか煮つぶし	米、じゃがいも、片栗粉	さけ	にんじん、かぶ	かつお・昆布だし汁	軟飯 魚と野菜のほぐし煮 スティックじゃがいも	米、じゃがいも、片栗粉	さけ、きな粉	にんじん、かぶ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ	きな粉軟飯
8日(水) 22日(水)	10倍がゆ 麩のペースト 玉ねぎのペースト だいごんのペースト	米、麩、片栗粉		たまねぎ、だいごん	昆布だし汁	7倍がゆ 鶏ささみの野菜あんかけ だいごんの軟らか煮	米、片栗粉	鶏ささ身	だいごん、たまねぎ、にんじん	かつお・昆布だし汁	軟飯 鶏ささみの野菜あんかけ だいごんの軟らか煮	米、マカロニ、砂糖、片栗粉	鶏ささ身、きな粉	だいごん、にんじん、たまねぎ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩	マカロニきな粉
9日(木) 23日(木)	10倍がゆ 麩のペースト たまねぎのペースト にんじんのペースト	米、麩、片栗粉		にんじん、たまねぎ	昆布だし汁	7倍がゆ 高野豆腐と野菜煮 にんじんの軟らか煮	米、じゃがいも、片栗粉	高野豆腐	にんじん、たまねぎ	かつお・昆布だし汁	軟飯 高野豆腐と野菜煮 スティックにんじん	米、じゃがいも、片栗粉	ツナ水煮缶、高野豆腐	にんじん、たまねぎ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ	ツナの軟飯
10日(金) 24日(金)	10倍がゆ 麩のペースト 小松菜のペースト にんじんのペースト	米、麩、片栗粉		にんじん、こまつな	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、じゃがいも、片栗粉	鶏ささ身	にんじん、こまつな	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、じゃがいも、砂糖、油、片栗粉	鶏ささ身、牛乳	にんじん、こまつな	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 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 豆腐と野菜のトロトロ煮 かぼちゃの軟らか煮つぶし	米、片栗粉	絹ごし豆腐	かぼちゃ、キャベツ、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 かぼちゃの軟らか煮	米、片栗粉	絹ごし豆腐、かつお節	かぼちゃ、にんじん、キャベツ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ	おかか軟飯
13日(月) 27日(月)	10倍がゆ 麩のペースト ブロッコリーのペースト じゃがいものペースト	米、じゃがいも、麩、片栗粉		ブロッコリー	昆布だし汁	7倍がゆ ツナと野菜の煮物 じゃがいもの軟らか煮つぶし	じゃがいも、米、片栗粉	ツナ水煮缶	ほうれんそう	かつお・昆布だし汁	軟飯 ツナと野菜の煮物 スティックブロッコリー	米、小麦粉、じゃがいも、砂糖、油、片栗粉	牛乳、ツナ水煮缶	かぼちゃ、ほうれんそう	かつお・昆布だし汁、ベーキングパウダー、しょうゆ	かぼちゃのホットケーキ
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 チンゲン菜のペースト	米	絹ごし豆腐	チンゲンサイ、たまねぎ	昆布だし汁	7倍がゆ 豆腐と野菜のトロトロ煮 チンゲン菜の軟らか煮	米、片栗粉	絹ごし豆腐	チンゲンサイ、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 チンゲン菜の軟らか煮	米、小麦粉、砂糖、油、片栗粉	絹ごし豆腐、牛乳	チンゲンサイ、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
29日(水)	10倍がゆ 白身魚のペースト だいごんのペースト じゃがいものペースト	米、じゃがいも、片栗粉	たら	だいごん	昆布だし汁	7倍がゆ 魚と野菜のほぐし煮 にんじんの軟らか煮	米、じゃがいも、片栗粉	さけ	にんじん、だいごん	かつお・昆布だし汁	軟飯 魚と野菜のほぐし煮 スティックにんじん	米、干しうどん、じゃがいも、片栗粉	さけ、豚ひき肉	にんじん、だいごん	かつお・昆布だし汁、しょうゆ	煮込みうどん
30日(木)	10倍がゆ 豆腐のペースト にんじんのペースト ブロッコリーのペースト	米	絹ごし豆腐	にんじん、ブロッコリー	昆布だし汁	7倍がゆ 高野豆腐と野菜煮 ブロッコリーの軟らか煮	米、片栗粉	高野豆腐	にんじん、ほうれんそう、ブロッコリー	かつお・昆布だし汁	軟飯 高野豆腐と野菜煮 ブロッコリーのやわらか煮	米、じゃがいも、片栗粉	高野豆腐	ほうれんそう、にんじん、ブロッコリー	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩	ふかし芋

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