



平成30年9月 離乳食献立表 12から15ヶ月頃

大井・千代川こども園

| 日曜 | 午前食 | 原材料 | 午後食 | 原材料 |
|---------|---------------------------------------|---|-----------|---------------------------|
| 1 土 | お弁当の日 | | | |
| 3 月 | 軟飯、ほうれん草の彩あえ 鶏肉と冬瓜の甘辛煮 みそ汁 | 米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、冬瓜、人参、いんげん、ほうれん草 さつま芋、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ | りんごゼリー | りんご果汁、さとう、水 粉末寒天 |
| 4 火 | 軟飯、じゃが芋のきんぴら トマトとツナの冷製スパゲティ スープ | 米、しょうゆ、砂糖 スパゲティ、ツナ、トマト、じゃが芋、玉ねぎ オクラ、コーン、人参、わかめ、かつおだし汁 | おかかおにぎり | 米、かつお節 |
| 5 水 | 軟飯 たらの揚げ浸し、小松菜のごま和え みそ汁 | 米、しょうゆ、砂糖 たら、小松菜、人参、コーン じゃが芋、かつおだし汁、みそ | マカロニきな粉 | マカロニ、きな粉、さとう、塩 |
| 6 木 | 軟飯 酢豚風、きゅうりサラダ スープ | 米、しょうゆ、砂糖 豚肉、人参、玉ねぎ、しいたけ、ピーマン、きゅうり 大根、わかめ、コーン、かつおだし汁 | フルーツゼリー | フルーツミックスジュース、さとう 粉末寒天 |
| 7 金 | あっさりハヤシライス キャベツのゆかり和え オレンジ | 米、豚肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、ブロッコリー キャベツ、ゆかり粉、ハヤシルウ オレンジ | さつま芋けんぴ風 | さつま芋、油、さとう |
| 8 土 | お弁当の日 | | | |
| 10 月 | 軟飯、ポテトサラダ 豚肉とたまねぎの炒め煮 みそ汁 | 米、しょうゆ、砂糖、きゅうり、ツナ 豚肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、じゃが芋 ほうれん草、大根、かつおだし汁、みそ | 桃ゼリー | 水、さとう、粉寒天 |
| 11 火 | 軟飯 たらみそ煮、きゅうりの酢の物 けんちん汁 | 米、しょうゆ、砂糖 たら、きゅうり、人参、しらす干し 大根、ごぼう、里芋、豆腐、油揚げ、かつおだし汁 | 豆腐ドーナツ | ホットケーキミックス もめん豆腐、さとう、油 |
| 12 水 | 軟飯 冷しうどん、コーンの天ぷら かぼちゃの甘煮 | 米、しょうゆ、砂糖、コーン、玉ねぎ ゆでうどん、豚肉、油揚げ、わかめ、きゅうり かぼちゃ | 鮭おにぎり | 米、さけフレーク |
| 13 木 | 軟飯 鶏肉となすのトマト煮、マカロニサラダ みそ汁 | 米、しょうゆ、砂糖 鶏肉、なす、玉ねぎ、グリーンピース、トマト、マカロニ、人参、胡瓜 ほうれん草、油揚げ、かつおだし汁、みそ | キャロットゼリー | 人参、トマト、水、さとう 粉寒天 |
| 14 金 | 軟飯 ビビンバ丼風、人参グラッセ スープ | 米、しょうゆ、砂糖 豚ひき肉、もやし、人参、ほうれん草 かつおだし汁 | おふらスク | 麩、さとう、油、きな粉 |
| 15 土 | お弁当の日 | | | |
| 17 月 | 敬老の日 | | | |
| 18 火 | 軟飯 白身魚フライ風、オクラのごま和え みそ汁 | 白米 カレイ、小麦粉、パン粉、オクラ、人参 玉ねぎ、わかめ、ほうれん草、かつおだし汁、みそ | ぶどうゼリー | ぶどう果汁、水、さとう 粉寒天 |
| 19 水 | 軟飯 鶏すき煮、チンゲン菜としめじのおひたし みそ汁 | 米、しょうゆ、砂糖 鶏肉、玉ねぎ、人参、チンゲン菜、しめじ 玉ねぎ、油揚げ、さつま芋、かつおだし汁、みそ | さつま芋ポール | さつま芋、人参、さとう |
| 20 木 | 軟飯 豚しゃぶ風、ひじきの煮物 みそ汁 | 米、しょうゆ、砂糖、油揚げ、グリーンピース 豚肉、キャベツ、わかめ、きゅうり、ひじき 小松菜、人参、しめじ、かつおだし汁、みそ | きな粉おにぎり | 米、きな粉、さとう、塩 |
| 21 金 | 軟飯 豚カツ風、かぼちゃサラダ スープ | 米、しょうゆ、砂糖 豚肉、小麦粉、パン粉、ブロッコリー、南瓜、人参、きゅうり コーン、玉ねぎ、かつおだし汁 | キャロット蒸しパン | 人参、小麦粉、ベーキングパウダー さとう |
| 22 土 | お弁当の日 | | | |
| 24 月 | 振替休日 | | | |
| 25 火 | 軟飯 鶏肉の照り焼き、切り干し大根の旨煮 みそ汁 | 米、しょうゆ、砂糖 鶏肉、切り干し大根、油揚げ、人参、いんげん 玉ねぎ、チンゲン菜、わかめ、かつおだし汁、みそ | お月見団子風 | 片栗粉、もめん豆腐、さとう |
| 26 水 | 軟飯 鮭の塩焼き、ほうれん草の胡麻和え みそ汁 | 米、しょうゆ、砂糖 鮭、ほうれん草 麩、小松菜、人参、もめん豆腐、かつおだし汁、みそ | コーンフレーク | コーンフレーク |
| 27 木 | 軟飯 マーボーなす、もやしサラダ スープ | 米、しょうゆ、砂糖、コーン なす、もめん豆腐、豚ひき肉、もやし、きゅうり キャベツ、人参、わかめ、かつおだし汁 | わらびもち | わらびもち粉、さとう、きな粉 |
| 28 金 | あっさり秋野菜カレー おからサラダ バナナ | 米、鶏肉、さつま芋、玉ねぎ、かぼちゃ、しめじ おから、ブロッコリー、人参、カレールウ バナナ | りんごカップケーキ | ホットケーキミックス りんご、油、さとう |
| 29 土 | お弁当の日 | | | |

