



平成30年11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木 | 軟飯 焼きそば、もやしサラダ すまし汁 | 米、しょうゆ、砂糖、もやし、水菜、しらす干し 中華めん、豚肉、キャベツ 玉ねぎ、人参、絹さや、かつおだし汁 | さげおにぎり | 米、さげフレーク |
| 2金 | あっさりハヤシライス マカロニサラダ りんご | 米、豚肉、玉ねぎ、じゃが芋、ハヤシルウ マカロニ、胡瓜、人参、コーン りんご | 豆腐ケーキ | ホットケーキミックス さとう、もめん豆腐 |
| 3土 | 文化の日 | | | |
| 5月 | 鶏五目御飯風、がんもの含め煮 チンゲン菜のおひたし みそ汁 | 米、しょうゆ、砂糖、鶏もも肉、ごぼう、干しいたけ がんもどき、人参、いんげん、チンゲン菜 わかめ、玉ねぎ、油揚げ、かつおだし汁、みそ | ふかし芋 | さつま芋  |
| 6火 | 軟飯 たらごの甘酢あんかけ、ごぼうの炒め煮 みそ汁 | 米、しょうゆ、砂糖 たら、玉ねぎ、人参、グリーンピース、ごぼう 白菜、ほうれん草、しめじ、かつおだし汁、みそ | 和風スパゲティ煮 | スパゲティ、ほうれん草 しょうゆ、玉ねぎ |
| 7水 | 軟飯 肉じゃが、ほうれん草のソテー みそ汁 | 米、しょうゆ、砂糖 豚肉、じゃが芋、玉ねぎ、ほうれん草、コーン 人参、キャベツ、麩、かつおだし汁、みそ | きなこ団子 | 白米、さとう、きな粉 |
| 8木 | 親子丼風 白菜のごま和え、みかん缶 みそ汁 | 米、しょうゆ、砂糖、鶏肉、卵 白菜、人参、みかん缶 さつま芋、玉ねぎ、人参、かつおだし汁、みそ | 野菜うどん | ゆでうどん、白菜 かつおだし汁、しょうゆ 人参、玉ねぎ、塩 |
| 9金 | 軟飯、ポテトサラダ 鶏むね肉の磯辺揚げ 豚汁 | 米、しょうゆ、砂糖 鶏むね肉、あおのり、じゃが芋、胡瓜 豚肉、玉ねぎ、人参、大根、かつおだし汁 | カップケーキ | ホットケーキミックス さとう、油 |
| 10土 | お弁当の日 | | | |
| 12月 | 軟飯 トンカツ風、大根と厚揚げの煮物 みそ汁 | 米、しょうゆ、砂糖 豚肉、小麦粉、パン粉、大根、油揚げ、人参 じゃが芋、玉ねぎ、わかめ、かつおだし汁、みそ | おふうラスク | 麩、油、さとう、きな粉 |
| 13火 | 軟飯 あんかけうどん もやしとしめじのお浸し、さつま芋の甘煮 | 米、しょうゆ、砂糖 ゆでうどん、豚肉、白菜、玉ねぎ、しいたけ もやし、しめじ、人参、さつま芋、グリーンピース | チャーハン風まぜご飯 | 米、豚ひき肉、人参、玉ねぎ しょうゆ |
| 14水 | きのご御飯風 ピンクサーモンの塩焼き、かぼちゃの煮物 みそ汁 | 米、しょうゆ、砂糖、しめじ、しいたけ、えのき ピンクサーモン、かぼちゃ、いんげん、油揚げ 大根、さつま芋、人参、かつおだし汁、みそ | さつま芋甘煮 | さつま芋、人参、さとう |
| 15木 | 軟飯 鶏肉と里芋の煮物、小松菜のごま和え みそ汁 | 米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、里芋、大根、絹さや、小松菜 さつま芋、玉ねぎ、人参、かつおだし汁、みそ | 蒸しパン | ホットケーキミックス さとう |
| 16金 | あっさりクリームシチュー キャベツサラダ スープ | 米、鶏もも肉、じゃが芋、人参、玉ねぎ キャベツ、コーン、グリーンピース、小麦粉 麩、かつおだし汁 | 菜飯おにぎり | 米、菜飯ふりかけ |
| 17土 | お弁当の日 | | | |
| 19月 | 軟飯 鶏の唐揚げ風、スパゲティサラダ みそ汁 | 米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、スパゲティ、人参、胡瓜、コーン わかめ、玉ねぎ、人参、かつおだし汁、みそ | フルーツきんとん | さつま芋、さとう もも缶、パイン缶 |
| 20火 | 軟飯 たらごの塩焼き、切り干し大根の煮物 みそ汁 | 米、しょうゆ、砂糖 たら、切り干し大根、油揚げ、人参 人参、小松菜、玉ねぎ、豆腐、かつおだし汁、みそ | ミニラーメン | 中華めん、豚肉、人参 コーン、かつおだし汁 しょうゆ、もやし |
| 21水 | 軟飯 厚揚げの五目煮、春雨サラダ みそ汁 | 米、しょうゆ、砂糖、胡瓜、みかん缶、春雨 厚揚げ、大根、豚肉、しめじ、いんげん、もやし かぼちゃ、玉ねぎ、人参、かつおだし汁、みそ | セサミハーベスト | セサミハーベスト |
| 22木 | あっさり秋野菜カレー おからサラダ もも缶 | 米、豚肉、さつま芋、じゃが芋、かぼちゃ おから、ブロッコリー、グリーンピース、カレールウ もも缶 | ういろろ | 小麦粉、上新粉 さとう、水 |
| 23金 | 勤労感謝の日 | | | |
| 24土 | お弁当の日 | | | |
| 26月 | 軟飯 そぼろ煮、ブロッコリー中華和え スープ | 米、しょうゆ、砂糖 豚ひき肉、人参、ブロッコリー 玉ねぎ、チンゲン菜、かつおだし汁 | マカロニきな粉 | マカロニ、きな粉、さとう |
| 27火 | ケチャップライス風 コロッケ風、コーンサラダ スープ | 米、鶏もも肉、人参、ケチャップ、コーン じゃが芋、小麦粉、パン粉、キャベツ、胡瓜 かぼちゃ、玉ねぎ、かつおだし汁 | 手作りプリン | プリンミックス |
| 28水 | ぎつね丼風 豚肉とごぼうの炒め煮 みそ汁 | 米、しょうゆ、砂糖、油揚げ ごぼう、人参、れんこん、いんげん、豚肉 さつま芋、玉ねぎ、人参、かつおだし汁、みそ | お好み焼き | 豚肉、キャベツ、お好み焼き粉 ソース |
| 29木 | 軟飯 大根と鶏肉の煮物、白菜のお浸し みそ汁 | 米、しょうゆ、砂糖 大根、鶏もも肉、人参、絹さや、白菜 わかめ、豆腐、かつおだし汁、みそ | スイートポテト | さつま芋、さとう |
| 30金 | 軟飯 白身魚の竜田揚げ、かぼちゃサラダ みそ汁 | 米、しょうゆ、砂糖 たら、かぼちゃ、人参、コーン わかめ、もやし、小松菜、かつおだし汁、みそ | 味噌焼きおにぎり | 米、みそ、さとう、みりん |

