



平成31年1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
5 土	お弁当の日			
7 月	軟飯 白身魚フライ風 マカロニサラダ、みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、たら、小麦粉 パン粉、マカロニ、人参、ブロッコリー 玉ねぎ、油あげ、かつおだし汁、みそ	七草粥	米、七草、大根 かつおだし汁
8 火	軟飯 豚肉の炒め煮、粉ふき芋 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、豚肉、キャベツ もやし、玉ねぎ、ピーマン、じゃが芋、白菜 えのき、人参、豆腐、かつおだし汁、みそ	おからケーキ	おから、さとう ホットケーキミックス キャノーラ油
9 水	ちらし寿司風 がんもの含め煮 ほうれん草おひたし、そうめん汁	米、しょうゆ、砂糖、ちりめんじゃこ、人参 しいたけ、がんもどき、いんげん、ほうれん草 ごぼう、絹さや、そうめん、油揚げ、かつおだし汁	さつま芋きんとん	さつま芋、さとう
10 木	軟飯 肉じゃが、白菜のおかか和え みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 たら、白菜、人参、油揚げ 大根、かつおだし汁、みそ	黒糖蒸しパン	ホットケーキミックス 黒糖、水
11 金	軟飯 焼きそば、もやしサラダ すまし汁	米、しょうゆ、砂糖、焼きそばめん 豚肉、人参、玉ねぎ、キャベツ、ピーマン もやし、小松菜、麩、かつおだし汁	あずき粥	米、ゆであずき缶
12 土	お弁当の日			
14 月	成人の日			
15 火	軟飯 鶏肉のてんぷら揚げ浸し 揚げと大根の煮物、みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、鶏むね肉 油揚げ、大根、絹さや、じゃが芋 玉ねぎ、人参、かつおだし汁、みそ	お麩ラスク	麩、キャノーラ油 さとう、きな粉
16 水	軟飯 ピンクサーモンの塩焼き ごぼうの炒め煮、けんちん汁	米、しょうゆ、砂糖、ピンクサーモン ごぼう、人参、大根、里芋 豆腐、油揚げ、かつおだし汁	トースト	食パン
17 木	軟飯 きつねうどん かぼちゃのそぼろ煮、みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、ゆでうどん 油揚げ、豚肉、かぼちゃ、鶏ひき肉 いんげん、人参、かつおだし汁、みそ	鮭おにぎり	米、さけフレーク
18 金	軟飯 あっさりチキンカレー おからサラダ、みかん	米、しょうゆ、砂糖、鶏もも肉、 じゃが芋、玉ねぎ、人参、カレールウ おから、ブロッコリー、みかん	ボン菓子	米、さとう
19 土	お弁当の日			
21 月	軟飯、鶏の揚げ浸し ミンチかつ風 ブロッコリーサラダ、みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、鶏ひき肉、玉ねぎ 小麦粉、パン粉、ブロッコリー、ひじき 里芋、大根、人参、かつおだし汁、みそ	粉ふき芋	じゃが芋 かつおだし汁
22 火	軟飯 鶏すき、シュウマイ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、じゃが芋、玉ねぎ 鶏もも肉、白菜、豆腐、小麦粉 人参、わかめ、かつおだし汁、みそ	カップケーキ	ホットケーキミックス さとう
23 水	ビビンバ丼風 ぎょうざ スープ	米、しょうゆ、砂糖、豚ひき肉 ほうれん草、もやし、ぎょうざ 人参、えのき、かつおだし汁	すすかステラ風	ホットケーキミックス さとう
24 木	軟飯 たらの焼きおろし煮 ごぼうの炒め煮、みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 たら、大根、ごぼう、人参、さつま芋 チンゲン菜、かつおだし汁、みそ	ミニおでん	大根、こんにゃく 油揚げ、人参
25 金	軟飯 あっさりクリームシチュー ごぼうサラダ、オレンジ	米、しょうゆ、砂糖、鶏もも肉、じゃが芋、玉ねぎ グリーンピース、シチューの素、ごぼう、人参、コーン さつま芋、大根、白菜、油揚げ、かつおだし汁、みそ	そうすい	米、白菜、大根 人参、しょうゆ かつおだし汁
26 土	お弁当の日			
28 月	軟飯 マーボー豆腐、人参サラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖、豆腐 豚ひき肉、人参、胡瓜、みかん缶 玉ねぎ、かつおだし汁	きな粉クッキー	小麦粉、きな粉 さとう、キャノーラ油
29 火	軟飯 スパゲティのケチャップ煮 ポテトサラダ、みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、鶏もも肉、片栗粉 スパゲティ、じゃが芋、胡瓜、コーン、小松菜 里芋、人参、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	ケーキ	ホットケーキミックス さとう 白桃缶、みかん缶
30 水	軟飯 豆腐ハンバーグ、大根サラダ 澄まし汁	米、しょうゆ、砂糖、豆腐、鶏ひき肉 玉ねぎ、大根、水菜、コーン、ツナ 白菜、えのき、人参、かつおだし汁	お汁粉	米、ゆであずき汁
31 木	軟飯 白身魚の揚げ浸し キャベツの和え物、豚汁	米、しょうゆ、砂糖、たら キャベツ、人参、豚肉、大根、里芋 ごぼう、油揚げ、かつおだし汁、みそ	きな粉団子	米、きな粉、さとう