



平成31年1月 離乳食献立表 7、8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 | かゆ たらのあっさり煮 ブロッコリーサラダ、スープ | 米 たら、ブロッコリー 玉ねぎ、人参、かつおだし汁 | 七草粥 | 七草、大根、白米 かつおだし汁 |
| 8 火 | かゆ 鶏肉のここと煮、粉ふき芋 スープ | 米 鶏もも肉、キャベツ、玉ねぎ、じゃが芋 白菜、人参、豆腐、かつおだし汁 | にゅめん | そうめん、白菜 人参、かつおだし汁 |
| 9 水 | かゆ 野菜とじゃこの煮物 ほうれん草のお浸し、スープ | 米 しらす干し、いんげん、ほうれん草 麩、人参、かつおだし汁 | さつま芋のきんとん | さつま芋 |
| 10 木 | かゆ 肉じゃが、白菜の煮浸し スープ | 米 鶏もも肉、じゃが芋、白菜 玉ねぎ、人参、かつおだし汁 | ぞうすい | 白米、白菜 人参、玉ねぎ かつおだし汁 |
| 11 金 | かゆ 鶏肉の野菜煮 小松菜のサラダ、スープ | 米 鶏もも肉、人参、玉ねぎ、キャベツ もやし、小松菜、麩、かつおだし汁 | 野菜うどん | ゆでうどん、小松菜 人参、玉ねぎ かつおだし汁 |
| 12 土 | お弁当の日  | | | |
| 14 月 | 成人の日  | | | |
| 15 火 | かゆ 鶏肉のさっぱり煮 ふるふき大根、スープ | 米 鶏むね肉、人参、大根 じゃが芋、玉ねぎ、かつおだし汁 | じゃがボール | じゃが芋、人参 |
| 16 水 | かゆ 白身魚と根菜の煮物 いんげんのお煮だし、スープ | 米 カレイ、里芋、人参、大根 ごぼう、いんげん、豆腐、かつおだし汁 | だし炊き大根 | 大根、かつおだし汁 |
| 17 木 | かゆ 鶏肉のほっこり煮 かぼちゃの煮物、スープ | 米 鶏肉、白菜、かぼちゃ いんげん、人参、かつおだし汁 | ぼってりかぼちゃ | かぼちゃ、人参 |
| 18 金 | かゆ 鶏肉の照り煮、おからサラダ スープ | 米 鶏もも肉、じゃが芋、玉ねぎ、おから ブロッコリー、人参、かつおだし汁 | 粉ふき芋 | じゃが芋 かつおだし汁 |
| 19 土 | お弁当の日 | | | |
| 21 月 | かゆ カレイの煮つけ ブロッコリーサラダ、スープ | 米 カレイ、ブロッコリー、玉ねぎ 里芋、大根、人参、かつおだし汁 | スイートポテト | さつま芋、さとう |
| 22 火 | かゆ 鶏すき煮風 スープ | 米 鶏もも肉、豆腐、白菜 玉ねぎ、人参、じゃが芋、かつおだし汁 | カップケーキ | 小麦粉、さとう ベーキングパウダー |
| 23 水 | かゆ そぼろ煮 ほうれん草のおひたし、スープ | 白米 鶏ひき肉、もやし、ほうれん草 人参、かつおだし汁 | 煮りんご | りんご |
| 24 木 | かゆ たらのおろし煮、人参甘煮 スープ | 米 たら、大根、人参 さつま芋、チンゲン菜、かつおだし汁 | おでん風煮 | 大根、人参 かつおだし汁 |
| 25 金 | かゆ じゃがたま煮、ごぼうサラダ スープ | 米 鶏もも肉、じゃが芋、玉ねぎ 人参、ごぼう、麩、かつおだし汁 | ぞうすい | 白米、白菜、大根 人参、かつおだし汁 |
| 26 土 | お弁当の日  | | | |
| 28 月 | かゆ 豆腐のそぼろ煮、人参サラダ スープ | 米 豆腐、鶏ひき肉、きゅうり 玉ねぎ、人参、かつおだし汁 | スティック人参 | 人参、かつおだし汁 |
| 29 火 | かゆ 鶏肉の煮つけ、ポテトサラダ スープ | 米 鶏もも肉、じゃが芋、きゅうり、里芋 小松菜、人参、玉ねぎ、かつおだし汁 | ケーキ | 小麦粉、さとう ベーキングパウダー |
| 30 水 | かゆ そぼろ炊き、大根の煮物 スープ | 米 豆腐、鶏ひき肉、玉ねぎ、大根 白菜、人参、かつおだし汁 | 野菜うどん | ゆでうどん、白菜 大根、人参 かつおだし汁 |
| 31 木 | かゆ たらの煮つけ キャベツサラダ、スープ | 米 たら、キャベツ、大根、里芋 人参、ごぼう、かつおだし汁 | 大根粥 | 白米、大根、人参 かつおだし汁 |