



平成31年 3月 離乳食献立表 9から11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 金	さげちらし風かゆ 小松菜のおひたし すまし汁	米、しょうゆ、砂糖、ピンクサーモン、胡瓜、高野豆腐 小松菜、人参、のり 大根、麩、かつおだし汁	粉ふき芋	じゃが芋、人参 かつおだし汁
2 土	お弁当の日			
4 月	かゆ 鶏肉のこってり煮、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、ブロッコリー、人参、コーン、胡瓜 小松菜、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	麩のくたくた煮	麩、小松菜、人参 かつおだし汁
5 火	鶏五目ご飯風かゆ いんげん胡麻和え みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、鶏肉、ごぼう、人参 いんげん ほうれん草、じゃが芋、豆腐、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	クッキー	小麦粉、さとう キャノーラ油
6 水	かゆ 鶏肉の揚げ浸し、ポテトサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏むね肉、小麦粉、片栗粉、じゃが芋、人参、胡瓜 大根、里芋、かつおだし汁、みそ、コーン	蒸しパン	小麦粉、ベーキングパウダー キャノーラ油
7 木	かゆ かれいの塩焼き、大根と揚げの煮物 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 かれい、油揚げ、大根、人参 かぼちゃ、チンゲン菜、もやし、かつおだし汁、みそ	かぼちゃ団子	かぼちゃ、片栗粉 さとう
8 金	かゆ 鶏じゃが煮、キャベツサラダ すまし汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、コーン、キャベツ 麩、かつおだし汁	じゃがボール	じゃが芋、人参
9 土	休園日 			
11 月	かゆ 鶏肉の照り焼き、小松菜の白和え みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏肉、小松菜、人参、豆腐 大根、油揚げ、かつおだし汁、みそ 	大根粥	白米、人参、大根 かつおだし汁
12 火	ケチャップライス風かゆ 白身魚フライ風、ブロッコリーサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、玉ねぎ、ミックスベジタブル たら、小麦粉、パン粉、ブロッコリー、人参、コーン キャベツ、かつおだし汁、みそ、ケチャップ	みかんゼリー	みかん缶 粉寒天
13 水	かゆ 鶏肉のポトフ風、ほうれん草おひたし スープ	米、しょうゆ、砂糖 鶏肉、キャベツ、人参、玉ねぎ、白菜、ほうれん草 玉ねぎ、コーン、かつおだし汁	そうすい	白米、白菜、人参、大根 かつおだし汁
14 木	かゆ トンカツ風、キャベツの和え物 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏肉、小麦粉、パン粉、キャベツ、人参 じゃが芋、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	型抜きクッキー	小麦粉、さとう キャノーラ油
15 金	かゆ 鶏肉と野菜の煮物、ブロッコリーサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏肉、玉ねぎ、じゃが芋、人参、ブロッコリー 麩、かつおだし汁、みそ	蒸し野菜	じゃが芋、ブロッコリー、人参 かつおだし汁
16 土	お弁当の日			
18 月	かゆ 鶏肉の生姜煮風、マカロニサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏肉、玉ねぎ、人参、絹さや、マカロニ、胡瓜、コーン 白菜、かつおだし汁、みそ	にんじんおはぎ風	白米、人参 さとう
19 火	木の葉丼風かゆ 五目煮 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、油揚げ、玉ねぎ ごぼう、人参、いんげん さつま芋、かつおだし汁、みそ	蒸しパン	ベーキングパウダー さとう 小麦粉
20 水	かゆ たらの竜田揚げ風、卵の花 けんちん汁	米、しょうゆ、砂糖 たら、片栗粉、おから、人参、油揚げ 豆腐、ごぼう、大根、かつおだし汁 	白和え	豆腐、人参 かつおだし汁
21 木	春分の日 			
22 金	かゆ 鶏肉のほっこり煮、キャベツサラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖、ブロッコリー、コーン 鶏もも肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、キャベツ 麩、かつおだし汁	じゃが芋おやき	じゃが芋、人参 ブロッコリー
23 土	お弁当の日 			
25 月	かゆ マーボー豆腐、かぼちゃの煮物 すまし汁	米、しょうゆ、砂糖 豆腐、鶏ひき肉、玉ねぎ、人参、かぼちゃ、いんげん 絹さや、かつおだし汁	みそおにぎり	米、みそ、砂糖
26 火	かゆ かれいの塩焼き、切干大根の煮物 スープ	米、しょうゆ、砂糖 カレイ、切り干し大根、油揚げ、人参、グリーンピース 豆腐、ごぼう、大根、かつおだし汁	カップケーキ	小麦粉、ベーキングパウダー さとう
27 水	かゆ 鶏肉のほくほく煮、さつま芋の甘煮 スープ	米、しょうゆ、砂糖 鶏肉、玉ねぎ、もやし、人参、キャベツ、ごぼう、さつま芋 チンゲン菜、コーン、かつおだし汁	野菜うどん	ゆでうどん、チンゲン菜、人参 かつおだし汁
28 木	かゆ 筑前煮、白菜磯和え みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏肉、人参、ごぼう、大根、いんげん、里芋、白菜 さつま芋、玉ねぎ、かつおだし汁	ふかし芋	さつま芋
29 金	かゆ じゃがたま煮、人参サラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖 鶏肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、グリーンピース ほうれん草、かつおだし汁、もやし、胡瓜	キャロット焼きドーナツ 	小麦粉、ベーキングパウダー さとう、人参
30 土	お弁当の日 			