



# 平成30年1月 離乳食献立表

12から15ヶ月頃

大井・千代川保育園

日曜	午前食	原材料	午後食	原材料
5 金	軟飯 やわらかトンカツ、ブロッコリーの胡麻和え みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 豚肉、パン粉ブロッコリー、人参 ごぼう、玉葱、かつおだし汁、みそ	七草粥	白米、人参、大根、七草
6 土	お弁当の日			
8 月				
9 火	軟飯 あっさりマーボー豆腐、春雨サラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖、胡瓜、みかん缶 木綿豆腐、豚ひき肉、玉葱、人参、春雨 かつおだし汁、みそ	イチゴカップケーキ	小麦粉、ベーキングパウダー イチゴジャム さとう
10 水	軟飯 焼肉風炒め物、粉ふき芋 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、ピーマン、じゃが芋 豚肉、キャベツ、もやし、玉葱、人参 白菜、えのき、かつおだし汁、みそ	ミニラーメン	中華めん、豚肉、もやし、人参 コーン、しょうゆ、 かつおだし汁
11 木	軟飯 白身魚の胡麻揚げ、かぼちゃの煮物 けんちん汁	米、しょうゆ、砂糖、かつおだし汁、みそ ホキ、かぼちゃ、人参、いんげん 大根、ごぼう、里芋、木綿豆腐、油揚げ	ツナサンド	食パン、胡瓜、シーチキン缶 マヨドレ
12 金	軟飯 やわらかソース焼きそば、ほうれん草サラダ コーンスープ	米、しょうゆ、砂糖、ほうれん草、もやし 焼きそば麺、豚肉、にんじん、玉葱、キャベツ コーン、かつおだし汁、みそ、ピーマン	あずき粥	白米、ゆであずき、 かつおだし汁
13 土	お弁当の日			
15 月				
16 火	軟飯 やわらか鶏肉の天ぷら、チンゲン菜と揚げの煮物 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏むね肉、チンゲン菜、人参、油揚げ 麩、ほうれん草、かつおだし汁、みそ	ほうれんそう蒸しパン	小麦粉、さとう ほうれんそう ベーキングパウダー
17 水	軟飯 あんかけうどん、さんぴらごぼう さつま芋煮物	米、しょうゆ、砂糖 ゆでうどん、豚肉、白菜、玉葱、人参 さつま芋、かつおだし汁、ごぼう	雑炊	白米、白菜、大根、人参 かつおだし汁
18 木	軟飯 ピンクサーモンの味噌煮、白菜の煮浸し けんちん汁	米、しょうゆ、砂糖、かつおだし汁、みそ ピンクサーモン、白菜、人参 油揚げ、里芋、ごぼう、大根、麩	スイートポテト	さつま芋、さとう
19 金	軟飯 豆腐ハンバーグ、ブロッコリーのサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、ブロッコリー、しめじ 鶏ひき肉、木綿豆腐、玉葱 白菜、えのき、かつおだし汁、みそ	デコレーションケーキ	小麦粉、さとう パイン缶、みかん缶 ベーキングパウダー
20 土	お弁当の日			
22 月				
23 火	軟飯 あっさり八宝菜、シュウマイ スープ	米、しょうゆ、砂糖、絹さや、しゅうまい 豚肉、しいたけ、たけのこ、人参、玉葱 米、しょうゆ、砂糖	ミニおでん	大根、油揚げ、人参、ちくわ かつおだし汁、淡口しょうゆ、さとう
24 水	軟飯 ホキの塩焼き、ひじき煮 豚汁	米、しょうゆ、砂糖 ホキ、ひじき、人参、油あげ、グリーンピース 豚肉、大根、里芋、ごぼう、かつおだし汁、みそ	にんじんおにぎり	白米、人参、白ごま かつおだし汁
25 木	軟飯 鶏すき風、がんもの含め煮 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、玉葱、がんもどき 鶏もも肉、白菜、焼豆腐、しいたけ、人参 かつおだし汁、みそ、絹さや	じゃがいもチップ	じゃが芋、キャノーラ油
26 金	軟飯 あっさりカレーライス おからサラダ オレンジ	米、鶏もも肉、じゃが芋、人参、玉葱 おから、ブロッコリー オレンジ、カレールー	黒糖蒸しパン	小麦粉、さとう 黒糖 ベーキングパウダー
27 土	千代川保育園：生活発表会		大井保育園：お弁当の日	
29 月	軟飯 白身魚のフライ、切干大根の煮物 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、人参、グリーンピース 白身魚フライ、切り干し大根、油揚げ 玉葱、油揚げ、かつおだし汁、みそ	にゅうめん	そうめん、鶏もも肉、玉葱 ほうれん草、かつおだし汁 えのき、人参
30 火	軟飯 豚肉と玉ねぎの旨煮、大根の煮物 みそ汁、パイン缶	米、しょうゆ、砂糖、豚肉、ごぼう 大根、油あげ、絹さや、玉葱、人参 里芋、かつおだし汁、みそ、パイン缶	おかかおにぎり	白米、人参、 かつおぶし
31 水	軟飯 鶏じゃが、アスパラサラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖、グリーンピース 鶏もも肉、じゃが芋、しめじ、えのき グリーンアスパラガス、コーン	きなこクッキー	小麦粉、さとう きな粉 ベーキングパウダー

