

2019年度 1月 離乳食予定献立表

野のはな保育園

		3回食 (10~12ヶ月)		完了食 (13~18ヶ月)		3回食 (10~12ヶ月)		完了食 (13~18ヶ月)	
4 18 (土)	午前	全かゆ→軟飯 鶏肉の野菜煮 <small>きゅうりサラダ なすのみそ炒め</small> ねぎのみそ汁	あんかけうどん 大豆とチーズのサラダ 里芋の煮物 くだもの	11 25 (土)	午前	全かゆ→軟飯 松風焼き 白菜サラダ かぼちゃの煮物 しめじのみそ汁	軟飯→ごはん 松風焼き 白菜サラダ かぼちゃの煮物 しめじのみそ汁		
	午後	全かゆ→軟飯 納豆のブロッコリー煮 キャベツのみそ汁 くだもの	ひじきおにぎり 干し芋 キャベツのみそ汁 くだもの		午後	全かゆ→軟飯 かじきの人参煮 野菜スープ くだもの	シュガーラスク 干し芋 野菜スープ くだもの		
6 20 (月)	午前	全かゆ→軟飯 豆腐ステーキ <small>ブロッコリーのごま和え ビーフン</small> 具沢山みそ汁	軟飯→ごはん 豆腐ステーキ ほたてあん <small>ブロッコリーのごま和え 焼きビーフン</small> 豚汁	14 28 (火)	午前	全かゆ→軟飯 かじきのたまねぎ煮 白菜のサラダ 根菜の煮物 えのきのみそ汁	軟飯→ごはん かじきのスタミナ焼き 白菜の納豆和え 根菜の煮物 お麩のみそ汁		
	午後	全かゆ→軟飯 豚肉のじゃがいも煮 ねぎのすまし汁 くだもの	カルシウムラスク レーズン ねぎのすまし汁 くだもの		午後	全かゆ→軟飯 麩のかぼちゃ煮 人参のスープ くだもの	ホットアップルパイ いりこ 人参のスープ くだもの		
7 21 (火)	午前	全かゆ→軟飯 たらの煮魚 <small>ひじきの煮物 かぶのサラダ</small> キャベツのみそ汁	夕焼け軟飯→夕焼けごはん たらの煮魚 五目大豆 かぶの中華和え キャベツのみそ汁	15 29 (水)	午前	全かゆ→軟飯 ハンバーグ フレンチサラダ れんこん コーンスープ	軟飯→ごはん ハンバーグ フレンチサラダ れんこん揚 コーンスープ		
	午後	全かゆ→軟飯 豆腐の青菜煮 白菜のすまし汁 くだもの	<small>(7日)七草がゆ (21日)菜飯おにぎり</small> チーズ 白菜のすまし汁 くだもの		午後	全かゆ→軟飯 豆腐のブロッコリー煮 わかめのすまし汁 くだもの	ホットケーキ レーズン わかめのすまし汁 くだもの		
8 22 (水)	午前	全かゆ→軟飯 肉団子あんかけ <small>小松菜のあえもの ベイクドポテト</small> 大根のみそ汁	軟飯→ごはん ミートボール <small>小松菜のおかか和え ベイクドポテト</small> 大根のみそ汁	16 30 (木)	午前	全かゆ→軟飯 かれないの煮魚 大根サラダ きのごマリネ なめこのみそ汁	軟飯→ごはん かれないの唐揚げ 大根サラダ きのごマリネ 豆腐となめこのみそ汁		
	午後	全かゆ→軟飯 納豆のブロッコリー煮 かぶのスープ くだもの	フルーツヨーグルト いりこ かぶのスープ くだもの		午後	全かゆ→軟飯 肉団子とキャベツの煮 かぶのすまし汁 くだもの	チーズラスク いりこ かぶのすまし汁 くだもの		
9 23 (木)	午前	全かゆ→軟飯 さわらの焼魚 大根の煮物 えのきのすまし汁	軟飯→ごはん さわらの香味焼き <small>切干と高野豆腐の煮物 車麩のカツ</small> えのきのすまし汁	17 31 (金)	午前	全かゆ→軟飯 豆腐のそぼろ煮 春雨サラダ なすのみそ煮 じゃがいものみそ汁	ふわふわ親子丼軟飯→ごはん 春雨サラダ なすのみそ炒め じゃがいものみそ汁		
	午後	全かゆ→軟飯 麩のかぼちゃ煮 たまねぎのみそ汁 くだもの	スイートパンプキン レーズン たまねぎのみそ汁 くだもの		午後	全かゆ→軟飯 鮭のたまねぎソースがけ 野菜スープ くだもの	きのご焼きうどん 煮豆 野菜スープ くだもの		
10 24 (金)	午前	全かゆ→軟飯 肉じゃが <small>キャベツのサラダ 大根の和え物</small> にらのスープ	根菜カレーライス軟飯→ごはん キャベツのナムル 大根ツナ炒め にらのスープ	27 (月)	午前	全かゆ→軟飯 豆腐のみそ煮 <small>カリフラワーサラダ きんぴらごぼう</small> チンゲン菜のすまし汁	軟飯→ごはん 麻婆豆腐 <small>カリフラワーカレーマリネ きんぴらごぼう</small> チンゲン菜のすまし汁		
	午後	全かゆ→軟飯 しらのすのチンゲン菜煮 わかめのすまし汁 くだもの	黒糖みそパン 田作り風いりこ わかめのすまし汁 くだもの		午後	全かゆ→軟飯 しらすの大根煮 ほうれん草のみそ汁 くだもの	鮭のおにぎり チーズ ほうれん草のみそ汁 くだもの		

☆この他に野菜スティックがつきます。
☆完了食より毎食牛乳がつきます。