

2020年度 1月離乳食 予定献立表

戸塚愛児園

日付	中期(7~8ヶ月頃・もぐもぐ期)	後期(9~11ヶ月頃・かみかみ期)	完了期(12~18ヶ月頃・はくはく期)	軽食(完了期)
04月			ツナカレーライス 大根と人参の甘酢和え 白菜のスープ マカロニきな粉 牛乳	ごま塩おにぎり
05火		軟飯 鶏肉の磯辺焼き 里芋のサラダ かぶの味噌汁 コーンクリームトースト 茹でブロッコリー もやしのスープ	ごはん 鶏肉の磯辺焼き 里芋のサラダ かぶの味噌汁 コーンクリームトースト 牛乳	おかかおにぎり
06水		軟飯 豆腐ハンバーグ キャベツときゅうりのサラダ えのきと玉ねぎの味噌汁 かぼちゃのお焼き 茹で人参 小松菜の味噌汁	ごはん 大豆ハンバーグ キャベツときゅうりのサラダ えのきと玉ねぎの味噌汁 かぼちゃのお焼き 牛乳	青のりおにぎり
07木		食パン 鱈のチーズフライ 三色サラダ もやしのスープ 七草粥 バナナ さつま芋スティック	コッペパン 鱈のチーズフライ 三色サラダ もやしのスープ いよかん 七草粥 牛乳	人参おにぎり
08金		軟飯 鶏肉の野菜あんかけ 粉吹き芋 わかめのスープ にゅうめん 茹でキャベツ バナナ	ごはん 回鍋肉 ベイクドポテト わかめと卵のスープ にゅうめん 牛乳	バナナ
09土			すき焼き丼 かぶの浅漬け かぼちゃの味噌汁 塩昆布おにぎり 牛乳	
12火		軟飯 鰯の照り焼き もやしときゅうりの和え物 お麩の味噌汁 蒸しパン 茹で小松菜 春雨スープ	ごはん 鰯の照り焼き もやしときゅうりの和え物 きのこの味噌汁 りんご 蒸しパン 牛乳	青のりおにぎり
13水		軟飯 豆腐のそぼろあんかけ 白菜と人参の和え物 なすと玉ねぎの味噌汁 さつま芋のお焼き きゅうりスティック きのこの味噌汁	ごはん 肉豆腐 白菜と人参の甘酢和え なすと玉ねぎの味噌汁 さつま芋のお焼き 牛乳	バナナ
14木		マカロニミートソース ポテトサラダ ほうれん草と玉ねぎのスープ ひじき軟飯 茹でブロッコリー キャベツの味噌汁	マカロニミートソース ごぼうのサラダ ほうれん草と玉ねぎのスープ ひじき軟飯 牛乳	おかかおにぎり
15金		軟飯 鶏肉の味噌煮 切干大根のサラダ 芋炊き汁風 きな粉トースト りんご コーンクリームスープ	ごはん 鶏肉のごま味噌焼き 切干大根のサラダ 芋炊き汁 きな粉トースト 牛乳	塩昆布おにぎり
16土			マーボー春雨丼 温野菜 キャベツの味噌汁 かぼちゃ軟飯 牛乳	
18月		軟飯 鰯のみみじ煮 うの花炒り煮風 大根と玉ねぎの味噌汁 焼きうどん きゅうりスティック えのきのスープ	ごはん 鱈のマヨネーズ焼き うの花炒り煮 大根と玉ねぎの味噌汁 焼きうどん 牛乳	青のりおにぎり

日付	中期(7~8ヶ月頃・もぐもぐ期)	後期(9~11ヶ月頃・かみかみ期)	完了期(12~18ヶ月頃・はくはく期)	軽食(完了期)
19火		ケチャップライス風 鶏肉のチーズあんかけ キャベツのサラダ さつま芋のスープ バナナサンド 花型人参 豆腐のスープ	ケチャップライス 鶏肉の竜田揚げ コールスローサラダ さつま芋のスープ バナナサンド 牛乳	ツナマヨおにぎり
20水		軟飯 チャンプル風 茹でかぼちゃ もやしの味噌汁 人参軟飯 じゃが芋スティック ほうれん草の味噌汁	ごはん チャンプル かぼちゃの甘煮 もやしの味噌汁 人参軟飯 牛乳	バナナ
21木		軟飯 鮭のコーンクリーム焼き 源平煮 お麩と玉ねぎの味噌汁 焼き芋 高野豆腐の煮物 白菜の味噌汁	ごはん 豚肉のカレー風味焼き 大根、人参、ふきの含め煮 油揚げと玉ねぎの味噌汁 焼き芋 牛乳	甘辛じゃこおにぎり
22金		食パン 鶏肉の照り焼き マカロニサラダ オニオンスープ わかめおにぎり なすの煮浸し かぶの味噌汁	パンズパン 鶏肉のマーマレード焼き マカロニサラダ オニオンスープ わかめおにぎり 牛乳	人参おにぎり
23土				
25月	全粥 鱈の煮付け ほうれん草のサラダ さつま芋と玉ねぎの味噌汁	軟飯 鱈の煮付け ほうれん草のサラダ さつま芋と玉ねぎの味噌汁 手作りりんごジャムサンド 茹でキャベツ もやしのスープ	ごはん 鱈の煮付け ひじきとほうれん草のサラダ さつま芋と玉ねぎの味噌汁 手作りりんごジャムサンド 牛乳	青のりおにぎり
26火		軟飯 鶏肉のトマト煮 根菜の煮物 お麩の味噌汁 スープマカロニ バナナ きゅうりスティック	ごはん 磯香揚げ 根菜の煮物 お麩と玉ねぎの味噌汁 スープマカロニ 牛乳	おかかおにぎり
27水		味噌煮込みうどん かぼちゃサラダ かぶのくず煮 鶏そぼろ軟飯 茹でブロッコリー しめじの味噌汁	味噌煮込みうどん かぼちゃサラダ みかん 鶏そぼろ軟飯 牛乳	ふかし芋
28木		軟飯 マーボー豆腐 キュービックサラダ 青梗菜のスープ 青のりおにぎり お麩の煮物 さつま芋の味噌汁	ごはん マーボー豆腐 キュービックサラダ 中華風卵スープ 青のりおにぎり 牛乳	塩昆布おにぎり
29金		軟飯 鶏肉のみぞれかけ きゅうりとわかめの和え物 白菜の味噌汁 じゃがもち 茹でほうれん草 オニオンスープ	ごはん 鶏肉の中華蒸し きゅうりとわかめの酢の物 白菜の味噌汁 じゃがもち 牛乳	和風ツナおにぎり
30土			ごはん クリームシチュー 春雨サラダ わかめと玉ねぎのスープ おかかおにぎり 牛乳	