２０２２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)	後期(9～11ヶ月頃)	完了期(12～18ヶ月頃)	軽食(完了期)
04水	全粥 ハヤシシチュー風 大根と人参の和え物 キャベツのスープ マカロニきな粉	ハヤシライス風 大根と人参の和え物 キャベツのスープ マカロニきな粉 さつま芋スティック 小松菜の味噌汁	ハヤシライス 大根と人参の甘酢和え キャベツのスープ マカロニきな粉 牛乳	おかかご飯
05木		軟飯 鶏肉の照り煮 白菜ときゅうりの浅漬け わかめとえのきの味噌汁 かぼちゃのミルク煮 りんご 高野豆腐の煮物	ごはん 鶏の唐揚げ 白菜ときゅうりの浅漬け わかめとえのきの味噌汁 いよかん かぼちゃのミルク煮 牛乳	青のりご飯
06金	全粥 鱈の味噌煮 ブロッコリーのサラダ 芋炊き汁 七草粥	軟飯 鱈の味噌煮 ブロッコリーのサラダ 芋炊き汁 七草粥 じゃが芋スティック しめじの味噌汁	ごはん 鱈の味噌煮 きんぴらごぼう 芋炊き汁 七草粥 牛乳	塩昆布ご飯
07土		豚丼 キャベツの和え物 かぼちゃの味噌汁 さつま芋おじや	豚丼 キャベツの塩昆布和え かぼちゃの味噌汁 さつま芋おじや 牛乳	
10火		軟飯 鶏肉のみぞれかけ ほうれん草の白和え なすの味噌汁 チーズ蒸しパン 茹でキャベツ オニオンスープ	ごはん 鶏肉の生姜焼き ほうれん草の白和え なすの味噌汁 チーズ蒸しパン 牛乳	ふかし芋
11水	全粥 鰈の煮付け ブロッコリーの和え物 わかめの味噌汁 スイートポテト(あんかけ)	軟飯 鰈の照り焼き ブロッコリーの和え物 わかめの味噌汁 スイートポテト 茹で小松菜 春雨スープ	ごはん はまちの照り焼き ブロッコリーの和風マヨネーズ和え なめこの味噌汁 スイートポテト 牛乳	バナナ
12木		軟飯 豆腐の野菜あんかけ 切干大根の煮物 お麩の味噌汁 手作りりんごジャムサンド 茹でかぼちゃ 隠元のスープ	ごはん ちくわの磯辺揚げ 人参しりしり 豆腐と油揚げの味噌汁 手作りりんごジャムサンド 牛乳	青のりご飯
13金	味噌煮込みうどん ポテトサラダ かぶの煮物 鶏そぼろおじや	味噌煮込みうどん ポテトサラダ かぶの煮物 鶏そぼろ軟飯 茹で白菜 きのこの味噌汁	カレーうどん ポテトサラダ みかん 鶏そぼろ軟飯 牛乳	塩昆布ご飯
14土		マーボー丼 グリーンサラダ 春雨スープ かぼちゃおじや	マーボー丼 グリーンサラダ 春雨スープ かぼちゃおじや 牛乳	
16月		軟飯 鰈の西京焼き うの花炒り煮 お麩のすまし汁 ふかし芋 なすの煮浸し 小松菜の味噌汁	ごはん 鰈の西京焼き うの花炒り煮 お麩と小松菜のすまし汁 ふかし芋 牛乳	ひじきご飯
17火		食パン 鶏肉と野菜のトマト煮 もやしときゅうりのサラダ わかめと玉ねぎのスープ チーズおかかおにぎり 茹でキャベツ えのきの味噌汁	ハイジパン ラタトゥイユ もやしときゅうりのサラダ わかめと玉ねぎのスープ チーズおかかおにぎり 牛乳	バナナ
18水	全粥 豆腐のそぼろあんかけ ポパイサラダ 切干大根の味噌汁 きな粉パン粥	軟飯 豆腐のそぼろあんかけ ポパイサラダ 切干大根の味噌汁 きな粉トースト 粉吹き芋 コーンクリームスープ	ごはん 豆腐の肉味噌のせ ポパイサラダ 切干大根の味噌汁 きな粉トースト 牛乳	青のりご飯

日付	中期(7～8ヶ月頃)	後期(9～11ヶ月頃)	完了期(12～18ヶ月頃)	軽食(完了期)
19木		しらす軟飯 鶏肉のコーンクリーム煮 ブロッコリーのサラダ さつま芋の味噌汁 バナナ蒸しパン 茹で白菜 春雨スープ	和風ツナごはん 鶏肉のかりん揚げ ブロッコリーのサラダ さつま芋の味噌汁 バナナ蒸しパン 牛乳	塩昆布ご飯
20金	全粥 鱈のりんごソースかけ キャベツの磯和え 豆腐の味噌汁 煮込みうどん	軟飯 鱈のりんごソースかけ キャベツの磯和え 豆腐の味噌汁 煮込みうどん きゅうりスティック 里芋の煮物	ごはん メカジキのオニオンドレッシング キャベツの磯和え 豆腐とねぎの味噌汁 煮込みうどん 牛乳	粉吹き芋
21土		チキンライス 大根サラダ かぼちゃのスープ 人参おじや	チキンライス 大根サラダ かぼちゃのスープ 人参おじや 牛乳	
23月		軟飯 鶏肉の野菜あんかけ きゅうりとわかめの和え物 きのこの味噌汁 さつま芋のミルク煮 人参スティック りんご	ごはん 親子煮 きゅうりとわかめの酢の物 きのこの味噌汁 さつま芋のミルク煮 牛乳	ツナマヨご飯
24火		軟飯 鮭のみぞれかけ 人参サラダ 白菜の味噌汁 野菜雑炊 茹でほうれん草 お麩の味噌汁	ごはん 鯖のカレー揚げ 人参サラダ 白菜の味噌汁 野菜雑炊 牛乳	おかかご飯
25水	パン粥 鶏肉のチーズ煮 さつま芋のサラダ オニオンスープ しらすおじや	食パン 鶏肉のチーズ焼き さつま芋のサラダ オニオンスープ しらすおにぎり なすの煮浸し 隠元の味噌汁	ハイジパン えのきハンバーグ ごぼうのサラダ オニオンスープ しらすおにぎり 牛乳	ふかし芋
26木		軟飯 鰈の煮付け キャベツの和え物 大根の味噌汁 人参トースト 茹でブロッコリー わかめスープ	納豆ごはん 鰈の煮付け キャベツの和え物 大根の味噌汁 人参トースト 牛乳	青のりご飯
27金	ジャージャーうどん風 茹でかぼちゃ 青梗菜と玉ねぎのスープ ひじきおじや	ジャージャーうどん風 茹でかぼちゃ 青梗菜と玉ねぎのスープ ひじき軟飯 かぶの煮物 豆腐の味噌汁	ジャージャーうどん かぼちゃの甘煮 青梗菜と玉ねぎのスープ ひじき軟飯 牛乳	バナナ
28土		ピラフ風 キュービックサラダ かぶのスープ じゃが芋と人参のおじや	カレーピラフ キュービックサラダ かぶのスープ じゃが芋と人参のおじや 牛乳	
30月		軟飯 鰈のコーンクリーム焼き 根菜の煮物 小松菜の味噌汁 かぼちゃのお焼き 高野豆腐の煮物 しめじの味噌汁	ごはん メカジキの黄金焼き 根菜の煮物 小松菜の味噌汁 かぼちゃのお焼き 牛乳	粉吹き芋
31火		食パン 鶏肉のトマト煮 スイートポテトサラダ 白菜のスープ 混ぜ軟飯 バナナ もやしの味噌汁	食パン 鶏肉のマーマレード焼き スイートポテトサラダ 白菜のスープ 混ぜ軟飯 牛乳	おかかご飯