

2023年度 1月 離乳食 予定献立表 戸塚愛児園

日付	後期(9~11ヶ月頃)	完了期(12~18ヶ月頃)	軽食(完了期)
04木	ハヤシライス風 大根のサラダ キャベツのスープ マカロニきな粉 茹でさつまい わかめの味噌汁	チキンキーマカレー 大根とツナのサラダ キャベツのスープ マカロニきな粉 牛乳	青のりご飯
05金	煮込みうどん 温野菜 高野豆腐の煮物 七草粥 なすの煮浸し お麩の味噌汁	マカロニポリタン 温野菜 わかめと玉ねぎのスープ 七草粥 牛乳	おかかご飯
06土	豚そぼろ丼 キャベツの和え物 さつまいの味噌汁 かぼちゃおじや	豚丼 キャベツの塩昆布和え さつまいの味噌汁 かぼちゃおじや 牛乳	
09火	軟飯 マーボー豆腐 茹でかぼちゃ きのこの味噌汁 さつまいのお焼き 茹でほうれん草 もやしの味噌汁	ごはん マーボー豆腐 かぼちゃの甘煮 なめこの味噌汁 さつまいのお焼き 牛乳	バナナ
10水	軟飯 鰯の煮付け 白菜の和え物 大根の味噌汁 人参トースト バナナ 青梗菜のスープ	ごはん 鰯の煮付け 白菜の和え物 大根の味噌汁 人参トースト 牛乳	塩昆布ご飯
11木	ジャージャーうどん ポテトサラダ 高野豆腐の煮物 ひじき軟飯 茹でブロッコリー きのこの味噌汁	ジャージャーうどん ポテトサラダ バナナ ひじき軟飯 牛乳	ツナケチャップご 飯
12金	軟飯 鮭の味噌煮 切干大根の煮物 お麩と小松菜の味噌汁 ふかし芋 茹でキャベツ 豆腐の味噌汁	ごはん 鮭の西京焼き 切干大根の旨煮 お麩と小松菜の味噌汁 ふかし芋 牛乳	青のりご飯
13土	チャーハン風 グリーンサラダ 春雨スープ じゃが芋と人参のおじや	チャーハン グリーンサラダ 春雨スープ じゃが芋と人参のおじや 牛乳	
15月	鶏そぼろ丼 きゅうりとわかめの和え物 きのこの味噌汁 かぼちゃのミルク煮 バナナ 茹でブロッコリー	鶏そぼろ丼 おからサラダ きのこの味噌汁 かぼちゃのミルク煮 牛乳	おかかご飯
16火	軟飯 肉豆腐 茹でさつまい 切干大根の味噌汁 コーンクリームトースト きゅうりスティック 小松菜のスープ	ごはん 肉豆腐 さつまいのレモン煮 切干大根の味噌汁 コーンクリームトースト 牛乳	ひじきご飯
17水	軟飯 鱈の野菜あんかけ 豆腐とブロッコリーのサラダ 白菜の味噌汁 じゃがバター 茹でほうれん草 もやしの味噌汁	ごはん メカジキのオニオンドレッシング きんぴらごぼう 白菜の味噌汁 いよかん じゃがバター 牛乳	粉吹き芋
18木	食パン 鶏肉のトマト煮 キャベツのサラダ わかめと玉ねぎのスープ しらすおにぎり お麩の煮物 しめじの味噌汁	食パン 鶏肉のオーロラソース焼き コーンスローサラダ もやしのスープ しらすおにぎり 牛乳	バナナ

日付	後期(9~11ヶ月頃)	完了期(12~18ヶ月頃)	軽食(完了期)
19金	軟飯 豆腐のそぼろあんかけ 源平煮 なすの味噌汁 煮込みうどん さつまいスティック 茹でキャベツ	ごはん レバーのかりん揚げ きゅうりとわかめの酢の物 なすの味噌汁 煮込みうどん 牛乳	青のりご飯
20土	ハヤシライス風 大根サラダ かぼちゃのスープ ひじきおじや	カレーライス 大根サラダ かぼちゃのスープ ひじきおじや 牛乳	
22月	軟飯 鰯の煮付け 人参サラダ 豆腐の味噌汁 バナナヨーグルト トースト さつまいのスープ	ごはん 鰯の照り焼き 人参サラダ 豆腐の味噌汁 バナナヨーグルト トースト お茶	塩昆布ご飯
23火	軟飯 チャンプル キャベツのサラダ オニオンスープ かぼちゃのお焼き 茹で小松菜 もやしの味噌汁	ごはん えのきハンバーグ ごぼうのサラダ オニオンスープ かぼちゃのお焼き 牛乳	ふかし芋
24水	軟飯 鶏肉の照り煮 白菜ときゅうりの浅漬け 大根の味噌汁 手作りりんごジャムサンド 茹でさつまい 青梗菜のスープ	ごはん 豚肉の生姜焼き 白菜ときゅうりの浅漬け 大根の味噌汁 手作りりんごジャムサンド 牛乳	おかかご飯
25木	煮込みうどん かぼちゃサラダ なすの煮浸し 鶏そぼろ軟飯 茹でほうれん草 きのこの味噌汁	カレーうどん かぼちゃサラダ みかん 鶏そぼろ軟飯 牛乳	バナナ
26金	おかか軟飯 鶏肉のコーンクリーム煮 もやしときゅうりのサラダ さつまいの味噌汁 鰯雑炊 バナナ 豆腐の味噌汁	和風ツナごはん 鶏の唐揚げ もやしときゅうりのサラダ さつまいの味噌汁 鰯雑炊 牛乳	塩昆布ご飯
27土	マーボー春雨丼 キュービックサラダ かぶの味噌汁 さつまいおじや 牛乳	マーボー春雨丼 キュービックサラダ かぶの味噌汁 さつまいおじや 牛乳	
29月	軟飯 鮭の磯辺煮 根菜の煮物 小松菜の味噌汁 さつまいのミルク煮 きゅうりスティック 高野豆腐の煮物	ごはん 鮭の黄金焼き 根菜の煮物 お麩とわかめの味噌汁 さつまいのミルク煮 牛乳	おかかご飯
30火	軟飯 豆腐の野菜あんかけ キャベツの和え物 わかめの味噌汁 野菜雑炊 なすの煮浸し お麩の味噌汁	ごはん ちくわの磯辺揚げ キャベツの甘酢和え 豆腐と油揚げの味噌汁 いちご 野菜雑炊 牛乳	バナナ
31水	軟飯 鶏肉のりんごソースかけ きんぴらごぼう もやしの味噌汁 きな粉トースト 茹でかぼちゃ 春雨スープ	ごはん 鶏肉のカレー風味焼き ポパイサラダ もやしの味噌汁 きな粉トースト 牛乳	和風ツナご飯