

2022年 2月 離乳食献立表			給与栄養目標量		今年度 初めての食材	なし		
			月齢	エネルギー				
			9~11ヶ月	325kcal				
日	曜	献立名	【中期】	材料名	献立名	【後期】	材料名	エネルギー (kcal)
14	月	午前食	鶏肉のケチャップ粥	米・鶏肉・玉ねぎ・人参・ケチャップ・青のり	軟飯バター風味	米・バター・青のり		353
		午後食	刻みコーン入りマッシュポテト	じゃが芋・ホールコーン	やわらか肉団子のケチャップ煮	豚肉・鶏肉・豆腐・片栗粉・小麦粉・玉ねぎ・人参・ケチャップ		
		午後食	すまし汁(キャベツ・人参)	キャベツ・人参・玉ねぎ・だし・塩・醤油・片栗粉	ふかし芋・コーン	じゃが芋・ホールコーン・塩		
1	火	午前食	パン粥	食パン	スティックパン	食パン		333
		午後食	高野豆腐とさつま芋のチーズ煮	高野豆腐・さつま芋・玉ねぎ・チーズ・青のり	厚揚げのチーズ焼き	厚揚げ・玉ねぎ・しめじ・チーズ・青のり		
		午後食	すまし汁(キャベツ・人参)	キャベツ・人参・ホールコーン・だし・塩・醤油	さつま芋の煮物	さつま芋・砂糖		
2	水	午前食	人参粥	米・人参	軟飯	米		343
		午後食	たらの味噌煮	たら・味噌・砂糖・醤油	さばの味噌煮	さば・味噌・砂糖・醤油		
		午後食	すまし汁(鶏肉・大根)	鶏肉・大根・だし・塩・醤油・片栗粉	人参ともやしの炒め物	人参・もやし・サラダ油・醤油・かつお節		
3	木	午前食	鶏肉と彩り野菜のお粥	米・鶏肉・人参・きゅうり・塩・醤油	軟飯	米		328
		午後食	小松菜の煮物	小松菜・人参・醤油	鶏肉の煮物	鶏肉・醤油・砂糖		
		午後食	みそ汁(玉ねぎ・わかめ)	玉ねぎ・わかめ・だし・味噌・片栗粉	小松菜の刻み和え	小松菜・人参・醤油		
4	金	午前食	煮込みうどん	うどん・鶏肉・玉ねぎ・人参・だし・砂糖・醤油	刻みうどん	うどん・鶏肉・油揚げ・玉ねぎ・人参・だし・砂糖・醤油		343
		午後食	チンゲン菜のごま煮	チンゲン菜・醤油・砂糖・ごま	チンゲン菜としめじのごま和え	チンゲン菜・しめじ・砂糖・醤油		
		午後食			バナナ	バナナ		
5	土	午前食	人参粥	米・人参	軟飯	米		338
		午後食	たらの味噌煮	たら・味噌・砂糖・醤油	さばの味噌煮	さば・味噌・砂糖・醤油		
		午後食	すまし汁(鶏肉・大根)	鶏肉・大根・だし・塩・醤油・片栗粉	人参ともやしの炒め物	人参・もやし・サラダ油・醤油・かつお節		
		午後食			すまし汁	鶏肉・大根・ごぼう・人参・だし・塩・醤油		
		午後食			赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい		

※毎回、献立と材料を確認の上、園で初めて食べることが無いようお願いします。

※1種類の食材を3回以上食べてから保育園で提供できるようになります。

※1日2食食べた中期から、1日3食食べてから後期食、お家で補食が始まったら午後食の提供が保育園で可能となります。

※行事や材料などの都合により変更することがございますのでご了承ください。

※だしにはかつお節と昆布を使っています。

※後期の材料に入っている牛乳は料理用であり、飲用ではありません。

日	曜	献立名	【中期】	材料名	献立名	【後期】	材料名	エネルギー (kcal)
7	月	午前食	たらと野菜のお粥	米・たら・玉ねぎ・人参・ホールコーン・砂糖・醤油	軟飯	米	341	
21		午後食	白菜の煮物	白菜・人参・だし・砂糖・醤油	たらと野菜の煮物	たら・玉ねぎ・人参・ピーマン・砂糖・醤油		
		午後食	すまし汁(わかめ・コーン)	わかめ・ホールコーン・だし・醤油・片栗粉	白菜の刻み煮	白菜・人参・油揚げ・だし・砂糖・醤油		
					春雨入りすまし汁	春雨・わかめ・ホールコーン・だし・醤油		
					プレーンヨーグルト	ヨーグルト・砂糖		
					コーンフレーク	コーンフレーク		
8	火	午前食	鶏肉の刻みうどん	うどん・鶏肉・キャベツ・玉ねぎ・人参・塩・醤油	鶏肉の焼きうどん	うどん・鶏肉・キャベツ・玉ねぎ・人参・サラダ油・塩・醤油	252	
22		午後食	マッシュポテト	じゃが芋・玉ねぎ・きゅうり・ホールコーン・塩	じゃが芋のサラダ	じゃが芋・玉ねぎ・きゅうり・ホールコーン・塩		
		午後食	すまし汁(チンゲン菜・人参)	チンゲン菜・人参・だし・塩・醤油・片栗粉	すまし汁(チンゲン菜・人参)	チンゲン菜・人参・だし・塩・醤油		
					スティックラスク	食パン・マーガリン・砂糖		
9	水	午前食	高野豆腐と野菜のみそ粥	米・高野豆腐・里芋・大根・人参・だし・味噌	軟飯	米	343	
		午後食	ほうれん草のしらす和え	ほうれん草・人参・しらす・砂糖・醤油	厚揚げと野菜の煮物	厚揚げ・里芋・大根・人参・だし・味噌・砂糖・醤油		
		午後食			ほうれん草のしらす和え	ほうれん草・人参・しらす・砂糖・醤油		
					りんご	りんご		
					蒸し野菜	さつま芋・れんこん・ごぼう		
					赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい		
10	木	午前食	パン粥	食パン	スティックパン	食パン	297	
24		午後食	鶏肉とひじきの煮物	鶏肉・ひじき・ブロッコリー・玉ねぎ・人参・いんげん・砂糖・醤油	鶏肉とブロッコリーの炒め煮	鶏肉・ブロッコリー・玉ねぎ・サラダ油・塩・醤油		
		午後食	コーンスープ	クリームコーン缶・ホールコーン・塩・片栗粉	ひじきの和え物	ひじき・もやし・人参・いんげん・砂糖・醤油		
					コーンスープ	クリームコーン缶・ホールコーン・グリーンピース・塩・片栗粉		
					野菜軟飯	米・玉ねぎ・人参・ピーマン・醤油		
25	金	午前食	鶏肉のケチャップ粥	米・鶏肉・玉ねぎ・人参・グリーンピース・ケチャップ	豚肉のケチャップあんかけ軟飯	米・豚肉・玉ねぎ・しめじ・人参・グリーンピース・ケチャップ・片栗粉	333	
		午後食	野菜の煮物	キャベツ・きゅうり・玉ねぎ・醤油・砂糖	刻みツナサラダ	ツナ缶・キャベツ・きゅうり・玉ねぎ・醤油		
		午後食			りんご	りんご		
					やわらかようかん	あんこ・砂糖・寒天		
					赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい		
12	土	午前食	高野豆腐と野菜のみそ粥	米・高野豆腐・里芋・大根・人参・だし・味噌	軟飯	米	251	
26		午後食	ほうれん草のしらす和え	ほうれん草・人参・しらす・砂糖・醤油	厚揚げと野菜の煮物	厚揚げ・里芋・大根・人参・だし・味噌・砂糖・醤油		
		午後食			ほうれん草のしらす和え	ほうれん草・人参・しらす・砂糖・醤油		
					りんご	りんご		
					赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい		
誕生日	月	午前食	トマトと鶏肉のお粥	米・トマト・鶏肉・玉ねぎ・塩	トマトの炊き込みご飯(軟飯)	米・トマト・鶏肉・塩	346	
28		午後食	人参ときゅうりの味噌煮	人参・きゅうり・味噌・砂糖・かつお節	鶏肉の煮物	鶏肉・醤油・砂糖		
		午後食	すまし汁(小松菜・コーン)	小松菜・コーン・だし・塩・醤油・片栗粉	ごぼうの刻みサラダ	ごぼう・人参・きゅうり・味噌・砂糖・かつお節		
					すまし汁(小松菜・コーン)	小松菜・コーン・だし・塩・醤油		
					ホットケーキ	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・サラダ油		