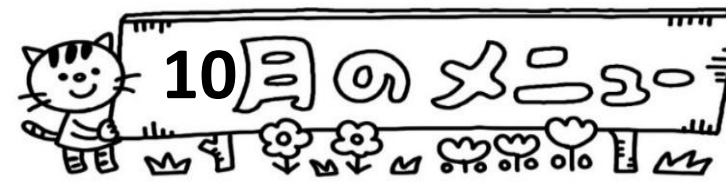


離乳食献立予定表

もも組さん用



藤枝聖マリア保育園

| 日 | 主食 | 9～11ヶ月ごろ | 12ヶ月以降 | 10時/3時 |
|----|----|---------------------------------------|---|--|
| 3 | 月 | 鶏肉煮 野菜の煮浸し 豆腐の味噌汁 | 鶏肉煮 野菜の胡麻和え 豆腐の味噌汁 | ミルク または 牛乳 ミルク または 牛乳 / コーンフレーククッキー バター 砂糖 卵 小麦粉 ベーキングパウダー |
| 4 | 火 | 野菜と豚肉煮 胡瓜の煮浸し かきたま汁 | 焼き肉 春雨サラダ 中華スープ | ミルク または 牛乳 ミルク または 麦茶 わかめごはん |
| 5 | 水 | 南瓜ほうとう キャベツの煮浸し ヨーグルト | 南瓜ほうとう キャベツの煮浸し ヨーグルト | ミルク または 牛乳 ミルク または 牛乳 さつま芋煮 |
| 6 | 木 | 魚の味噌煮 チンゲン菜のツナ和え 人参のすまし汁 | 鯖の味噌煮 チンゲン菜のツナマヨ和え えのきのすまし汁 | ミルク または 牛乳 ミルク または 麦茶 ヨーグルト |
| 7 | 金 | 豚肉とさつま芋煮 大根の煮浸し お麩の味噌汁 | 豚肉とさつま芋煮 フルーツなます お麩のスープ | ミルク または 牛乳 ミルク または 牛乳 ポーロ |
| 8 | 土 | ★お弁当・水筒・3時のおやつを持参して下さい★ | | |
| 11 | 火 | 染飯粥(そめい) 魚のチーズ煮 青菜の白和え かきたま汁 | 染飯 魚のもみじ焼き 青菜の白和え かきたま汁 | ミルク または 牛乳 ミルク または 牛乳 マカロニの安倍川 黄粉 砂糖 |
| 12 | 水 | ポトフ キャベツの煮浸し ヨーグルト | お子様カレー キャベツサラダ ヨーグルト | ミルク または 牛乳 ミルク または 牛乳 ビスコ |
| 13 | 木 | 野菜の卵とじ 切干大根の煮物 玉葱の味噌汁 | チーズオムレツ 切干大根の煮物 レタススープ | ミルク または 牛乳 ミルク または 牛乳 ロールパン |
| 14 | 金 | 鶏肉の味噌煮 胡瓜とツナ和え キャベツのすまし汁 | 鶏肉の味噌漬け焼き ツナと胡瓜の酢の物 キャベツのすまし汁 | ミルク または 牛乳 ミルク または 牛乳 ビスケット |
| 15 | 土 | ★お弁当・水筒・3時のおやつを持参して下さい★ | | |
| 17 | 月 | 豚肉の卵とじ 大根の味噌汁 りんごのコンポート | 豚肉とごぼうの卵とじ 大根のスープ りんごのコンポート | ミルク または 牛乳 ミルク または 牛乳 ポーロ |
| 18 | 火 | 鶏肉と野菜煮 小松菜の和え物 豆腐の味噌汁 | 鶏肉とポテトの揚げ煮 小松菜の胡麻酢和え 豆腐の味噌汁 | ミルク または 牛乳 ミルク または 牛乳 りんごのコンポート |
| 19 | 水 | 吹き寄せご飯(粥) 煮魚 ほうれん草の味噌汁 ヨーグルト | 吹き寄せご飯 鯖の柚子香り焼き ほうれん草のすまし汁 ヨーグルト | ミルク または 牛乳 ミルク または 牛乳 ちんすこう 小麦粉 砂糖 油 |
| 20 | 木 | 豆腐煮 白菜の煮浸し かぶの味噌汁 | さつま芋と厚揚げ煮 白菜サラダ かぶの味噌汁 | ミルク または 牛乳 ミルク または 牛乳 / ピザトースト 食パン ビーマン 玉葱 ケチャップ チーズ |
| 21 | 金 | 南瓜と鶏肉煮 ブロッコリーのごま和え 人参の味噌汁 | 南瓜とマカロニのグラタン ブロッコリーのごまサラダ 人参のスープ | ミルク または 牛乳 ミルク または 牛乳 せんべい |
| 22 | 土 | ～運動会～ | | |
| 24 | 月 | 煮込みうどん 切干大根煮 ヨーグルト | 煮込みうどん 切干大根の中華風 ヨーグルト | ミルク または 牛乳 ミルク または 牛乳 / 豆腐ドーナツ 米粉 ベーキングパウダー 砂糖 油 |
| 25 | 火 | 鶏肉のチーズ煮 胡瓜の煮浸し お麩の味噌汁 | 鶏肉のチーズ焼き 春雨とわかめのサラダ お麩の味噌汁 | ミルク または 牛乳 ミルク または 牛乳 ウエハース |
| 26 | 水 | 煮魚 ひじきの煮物 わかめの味噌汁 | 魚の甘酢ソース ひじきの煮物 わかめスープ | ミルク または 牛乳 ミルク または 牛乳 ロールパン |
| 27 | 木 | ポトフ キャベツの煮浸し ヨーグルト | お子様きのかカレー キャベツサラダ ヨーグルト | ミルク または 牛乳 ミルク または 麦茶 カステラ |
| 28 | 金 | ツナと豆腐の卵とじ 二色和え 大根の味噌汁 | 豆腐とツナの落とし揚げ なます のっぺい汁 | ミルク または 牛乳 ミルク または 牛乳 / 南瓜のチーズケーキ クリームチーズ 砂糖 生クリーム ヨーグルト 卵 レモン 小麦粉 |
| 29 | 土 | ★お弁当・水筒・3時のおやつを持参して下さい★ | | |
| 31 | 月 | 野菜と挽肉煮 キャベツの味噌汁 ヨーグルト | 厚揚げのミートソース煮 キャベツと春雨のスープ ヨーグルト | ミルク または 牛乳 ミルク または 牛乳 芋羊羹 さつま芋 寒天 バター 砂糖 |

・食物アレルギー事故防止のため、食べたことがない食材がないかチェックし、必ずご家庭で食べておくようにしましょう。