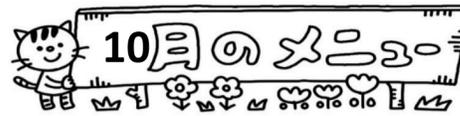


離乳食献立予定表

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 さつまい煮
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	豚肉とさつまい煮 大根の煮浸し お麩の味噌汁	豚肉とさつまい煮 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	さつまいと厚揚げ煮 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 さつまい 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。