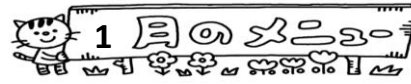




離乳食献立予定表



藤枝聖マリア保育園

日	主食	12ヶ月以降	
4	木	～希望保育～ ★お弁当・水筒を持参して下さい★	
5	金	～希望保育～ ★お弁当・水筒を持参して下さい★	
6	土	★お弁当・水筒を持参して下さい★	
9	ごは 火ん	ツナカレー 春雨サラダ ヨーグルト	ツナ 玉葱 人参 ジャガ芋 しめじ お子様カレールウ 春雨 胡瓜 醤油 プレーンヨーグルト
10	ごは 水ん	松風焼き 紅白なます お麩のすまし汁	鶏ひき肉 玉葱 生姜 バン粉 スキムミルク 卵 味噌 酒 ごま あおのり 大根 人参 酢 砂糖 麩 えのき茸 葉葱 かつおだし 醤油
11	ごは 木ん	鶏肉のソース焼き 白菜サラダ えのきのスープ	鶏肉 玉葱 小麦粉 ソース 白菜 胡瓜 油 酢 砂糖 塩コショウ えのき茸 もやし 葉葱 コンソメ 醤油
12	ごは 金ん	サバの味噌煮 切干大根の中華風 豆腐のすまし汁	サバ 生姜 かつおだし 砂糖 醤油 味噌 酒 みりん 切干大根 人参 胡瓜 鶏ささ身 砂糖 醤油 酢 ごま油 豆腐 人参 葉葱 かつおだし 醤油
13	土	★お弁当・水筒を持参して下さい★	
15	ごは 月ん	魚のムニエル じゃが芋煮 ミネストローネ	しいら 塩コショウ 小麦粉 バター じゃが芋 人参 玉葱 かつお節 醤油 キャベツ さやいんげん 玉葱 人参 マカロニ トマト缶 コンソメ
16	ごは 火ん	麻婆大根 中華サラダ にら玉スープ	大根 にんにく 生姜 白葱 豚ひき肉 油 砂糖 味噌 片栗粉 ごま油 中華だしの素 もやし 胡瓜 人参 ごま油 酢 砂糖 醤油 にら 卵 中華だしの素 醤油
17	ごは 水ん	切干大根のオムレツ 納豆サラダ じゃがにらスープ	切干大根 椎茸 人参 葉葱 卵 塩コショウ バター ケチャップ 納豆 チーズ 胡瓜 人参 酢 砂糖 醤油 ごま油 じゃが芋 人参 にら 鶏肉 コンソメ
18	め ん 木	南瓜のほうとう風 ブロッコリーのごま和え みかん	きしめん 南瓜 白葱 人参 大根 しめじ 小松菜 油揚げ 豚肉 かつおだし 砂糖 醤油 味噌 みりん ブロッコリー コーン 醤油 すりごま
19	ごは 金ん	さわらの柚子香り焼き ひじきの煮物 大根の味噌汁	さわら 柚子 醤油 酒 みりん ひじき 人参 油揚げ 大豆 鶏肉 油 砂糖 醤油 酒 大根 油揚げ 葉葱 味噌 かつおだし
20	土	★お弁当・水筒を持参して下さい★	
22	ごは 月ん	豚肉とごぼうの卵とじ 白菜の海苔和え 豆腐とえのきの味噌汁	豚肉 ごぼう 人参 玉葱 白葱 卵 油 砂糖 醤油 酒 みりん 白菜 焼き海苔 酢 砂糖 醤油 ごま油 豆腐 油揚げ えのき茸 味噌 かつおだし
23	ごは 火ん	豚肉とさつま芋の味噌煮 なます お麩のすまし汁	豚肉 玉葱 さつま芋 さやいんげん にんにく 生姜 油 醤油 みりん 味噌 胡瓜 大根 酢 砂糖 麩 人参 葉葱 かつおだし 醤油
24	ごは 水ん	ドリア 厚揚げの煮物 ブロッコリー 白菜のスープ	米 ツナ しめじ 玉葱 人参 コーン グリンピース パセリ 油 小麦粉 牛乳 厚揚げ 人参 南瓜 かつおだし 砂糖 醤油 ブロッコリー 白菜 玉葱 人参 コンソメ
25	ごは 木ん	鶏肉のチーズ焼き 南瓜のグラッセ ほうれん草の味噌汁	鶏肉 生姜 醤油 粉チーズ 酒 南瓜 バター 砂糖 コンソメ 椎茸 ほうれん草 人参 かつおだし 味噌
26	ごは 金ん	白身魚のケチャップあんかけ キャベツの甘酢和え 春雨のかき玉汁	しいら 玉葱 人参 ビーマン 生姜 にんにく 片栗粉 砂糖 醤油 酒 油 コンソメ ケ チャップ 酢 キャベツ 胡瓜 酢 砂糖 春雨 人参 卵 葉葱 かつおだし 醤油
27	土	★お弁当・水筒を持参して下さい★	
29	ごは 月ん	焼き鮭 華風和え きのこ汁	鮭 ほうれん草 人参 もやし 春雨 酢 砂糖 醤油 ごま ごま油 椎茸 えのき茸 人参 鶏肉 葉葱 かつおだし 味噌
30	め ん 火	スパゲティ ミートソース じゃが芋のスープ みかん	スパゲティ 豚ひき肉 人参 玉葱 グリンピース トマト缶 砂糖 ケチャップ ソース 粉チーズ ポタージュの素 じゃが芋 玉葱 人参 パセリ コンソメ
31	ごは 水ん	鶏肉とポテトの揚げ煮 小松菜のごま酢和え なめこの味噌汁	鶏肉 ジャガ芋 人参 さやいんげん 醤油 片栗粉 砂糖 小松菜 人参 油 酢 砂糖 ごま なめこ 白葱 ほうれん草 かつおだし 味噌

・材料に記載されていなくても、片栗粉でとろみをつけることがあります。

・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。

※献立はお子さんの月齢でご覧ください。