



離乳食献立予定表



藤枝聖マリア保育園

日	主食	8~9ヶ月頃	11~12カ月頃
1	土	★お弁当・水筒を持参して下さい★	
3	月	茄子とツナの煮物 二色和え かきたま汁	麻婆茄子 中華サラダ かきたま汁
4	火	豆腐のそぼろあんかけ わかめの和え物 ほうれん草と椎茸のすまし汁	豆腐のそぼろあんかけ わかめとツナのサラダ ほうれん草と椎茸の味噌汁
5	水	鶏肉の煮物 キャベツの煮浸し お麩のすまし汁	中華風ローストチキン キャベツの甘酢和え えのきともやしの味噌汁
6	木	煮魚 ほうれん草のおかか和え キャベツのすまし汁	魚の甘酢ソース ほうれん草のおかか和え キャベツの味噌汁
7	金	野菜の卵とじ キャベツとひじきの和え物 レタススープ	チーズオムレツ キャベツとひじきのサラダ レタススープ
8	土	★お弁当・水筒を持参して下さい★	
10	月	ささ身のチーズ煮 トマトサラダ 南瓜ポタージュ	ささ身の香草パン粉焼き トマトサラダ 南瓜ポタージュ
11	火	魚の磯煮 いんげんのごま和え ほうれん草スープ	魚のムニエル いんげんのごま和え ほうれん草の味噌汁
12	水	煮込みうどん 人参の和え物	煮込みうどん コーン入り人参サラダ
13	木	鶏肉煮 切干大根の煮物 豆腐のすまし汁	鶏肉の味噌煮 切干大根の炒り煮 豆腐のすまし汁
14	金	ツナと南瓜の煮物 キャベツの煮浸し お麩のすまし汁	厚揚げと南瓜の煮物 キャベツの味噌ダレサラダ お麩のすまし汁
15	土	★お弁当・水筒を持参して下さい★	
17	月	野菜と豚肉煮 ほうれん草のごま和え わかめスープ	焼肉 華風和え わかめの味噌汁
18	火	鶏肉のおかか煮 野菜のごま和え 南瓜のすまし汁	鶏肉の照り煮 野菜のごま和え 南瓜の味噌汁
19	水	ポトフ 胡瓜の煮浸し ヨーグルト	ポトフ たたき胡瓜 ヨーグルト
20	木	鮭のクリーム煮 ツナと胡瓜の和え物 なめこのすまし汁	鮭のバター焼き ツナと胡瓜の酢の物 なめこのすまし汁
21	金	じゃが芋とツナ煮 ほうれん草のおかか和え わかめのすまし汁	ビビンバ じゃが芋のツナ煮 わかめの味噌汁
22	土	★お弁当・水筒を持参して下さい★	
24	月	トマトとツナ煮 オクラのおかか和え 茄子のけんちん汁	魚のマリネ オクラのサラダ 茄子のけんちん汁
25	火	豚肉と野菜の卵とじ 磯和え 豆腐のすまし汁	豚肉と野菜の卵とじ 磯和え なめこの味噌汁
26	水	ツナとマカロニのクリーム煮 鶏肉煮	ツナとマカロニのクリーム煮 モロヘイヤのスープ
27	木	豆腐のあんかけ じゃが芋のおかか和え えのきのすまし汁	豆腐入りハンバーグ じゃが芋のおかか和え えのきのすまし汁
28	金	野菜と豚ひき煮 マカロニの和え物 ヨーグルト	野菜と豚ひき煮 マカロニの和え物 ヨーグルト
29	土	★お弁当・水筒を持参して下さい★	

・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。

・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。

※献立はお子さんの月齢でご覧ください。