

もも組（12ヶ月以降）献立表



日	主食	献立名	材料名	10時おやつ
				3時おやつ
1	火	鶏肉の味噌漬け焼き	鶏肉 味噌 砂糖 醤油 酒	牛乳
		キャベツとツナのサラダ	キャベツ 胡瓜 玉葱 ツナ 酢 砂糖	牛乳
		けんちん汁	ごぼう 人参 豚肉 椎茸 葉葱 かつおだし 醤油 ごま油 みりん	ビスケット
2	水	チーズオムレツ	卵 チーズ コーン 人参 玉葱 グリンピース バター 塩コショウ	飲むヨーグルト(無添加タイプ)
		納豆サラダ	納豆 チーズ 胡瓜 人参 酢 砂糖 醤油 ごま油	牛乳
		えのきと人参のスープ	えのき茸 人参 豆腐 葉葱 コンソメ	ドーナツ
3	木	ちゃんぽん麺	中華麺 豚肉 もやし 玉葱 人参 干し椎茸 ごま油 中華だし 醤油 片栗粉	牛乳
		厚揚げの煮物	厚揚げ 南瓜 かつおだし 砂糖 醤油	麦茶
		ヨーグルト	ヨーグルト	オレンジ / お子様せんべい
4	金	魚の蒲焼き	サバ 生姜 酒 片栗粉 油 醤油 砂糖 みりん	牛乳
		柿なます	大根 胡瓜 柿 酢 砂糖	牛乳
		チンゲン菜の味噌汁	チンゲン菜 油揚げ かつおだし 味噌	どら焼き
5	土	★お弁当・水筒を持参して下さい★		麦茶
7	月	鶏肉のチーズ焼き	鶏肉 生姜 酒 醤油 粉チーズ	牛乳
		ブロッコリーときのこのサラダ	ブロッコリー 人参 えのき茸 しめじ ごま油 醤油 酢 砂糖	牛乳
		野菜入りかき卵スープ	玉葱 トマト ほうれん草 卵 コンソメ	バナナとおからのパウンドケーキ
8	火	豚肉と大根の炒め煮	大根 豚肉 人参 葉葱 生姜 油 醤油 みりん 酒 砂糖	豆乳
		キャベツとひじきのサラダ	キャベツ ひじき 人参 ツナ 酢 油 砂糖	牛乳
		豆腐の味噌汁	豆腐 えのき茸 葉葱 かつおだし 味噌	フレンチトースト
9	水	染飯(そめい)	米 くちなし	牛乳
		さつま芋と厚揚げ煮	さつま芋 厚揚げ 砂糖 醤油	牛乳
		青菜の白和え	ほうれん草 人参 しめじ 豆腐 ねりごま 砂糖 醤油 ごま	もみじまんじゅう
10	木	きのこカレー	豚肉 玉葱 人参 じゃが芋 えのき茸 しめじ マッシュルーム 椎茸	牛乳
		キャベツの甘酢和え	キャベツ 胡瓜 酢 砂糖	牛乳
		ヨーグルト	ヨーグルト	さつま芋の甘煮
11	金	焼き鮭	鮭	飲むヨーグルト(無添加タイプ)
		蓮根のおかか煮	蓮根 人参 砂糖 醤油 酒 ごま かつお節 油	牛乳
		大根の味噌汁	大根 油揚げ 葉葱 かつおだし 味噌	オレンジ / お子様せんべい
12	土	★お弁当・水筒を持参して下さい★		麦茶
15	火	魚のカレー風味ムニエル	しいら 小麦粉 バター お子様カレールウ	牛乳
		かぶのごま和え	かぶ 醤油 砂糖 ごま	牛乳
		ほうれん草と卵のすまし汁	ほうれん草 えのき茸 人参 卵 かつおだし 醤油	ごまポッキー
16	水	にら玉	にら 玉葱 豚ひき肉 卵 油 中華だしの素 醤油 酢 砂糖 ごま油 片栗粉	豆乳
		たたき胡瓜	胡瓜 ごま油 酢 砂糖 醤油	牛乳
		中華風コーンスープ	クリームコーン 玉葱 中華だしの素 片栗粉 パセリ ごま油	ロールパン
17	木	鶏肉のマーマレード煮	鶏肉 マーマレードジャム 酒 醤油 にんにく	飲むヨーグルト(無添加タイプ)
		胡瓜のツナ和え	胡瓜 人参 玉葱 ツナ 酢 砂糖	牛乳
		ミネストローネ	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	蒸しパン
18	金	吹き寄せごはん	米 人参 しめじ さつま芋 鶏肉 グリンピース 醤油 みりん	牛乳
		魚の照り焼き	さわら 醤油 みりん 酒	麦茶
		ブロッコリー	ブロッコリー	ヨーグルト
19	土	お麩の味噌汁	麩 えのき茸 葉葱 かつおだし 味噌	お子様せんべい
		★お弁当・水筒を持参して下さい★		麦茶
		豚肉とさつま芋のカレー煮	豚肉 玉葱 さつま芋 いんげん にんにく 生姜 油 醤油 みりん	牛乳
21	月	お子様カレールウ	お子様カレールウ	牛乳
		胡瓜の酢の物	胡瓜 ツナ わかめ ごま 砂糖 醤油 酢	ビスコ
		鶏肉の照り焼き	鶏肉 醤油 砂糖	牛乳
22	火	野菜サラダ	胡瓜 キャベツ コーン 油 砂糖 酢	牛乳
		かぶのスープ	かぶ 玉葱 人参 パセリ コンソメ 醤油	スイートポテト
		魚の味噌焼き	しいら 玉葱 味噌 みりん	牛乳
23	水	野菜のカレールウ	チンゲン菜 人参 もやし お子様カレールウ 砂糖 酢 醤油	麦茶
		レタススープ	レタス 玉葱 人参 コンソメ	いなり寿司
		レバー入り煮込みハンバーグ	鶏・豚ひき肉 豚レバー 玉葱 卵 パン粉 牛乳 ケチャップ 砂糖 ソース	牛乳
24	木	粉ふき芋	じゃが芋 あおのり	牛乳
		ほうれん草の味噌汁	ほうれん草 えのき茸 人参 味噌 かつおだし	ロールパン
		スープスパゲティ	スパゲティ 鶏肉 玉葱 人参 ピーマン コーン しめじ マッシュルーム にんにく	牛乳
25	金	コンソメ	コンソメ 油	牛乳
		南瓜と厚揚げ煮	南瓜 厚揚げ 砂糖 醤油	牛乳
		甘酒ヨーグルト	ヨーグルト 甘酒	さつま芋の甘煮
26	土	★運動会★		
28	月	中華風ローストチキン	鶏肉 玉葱 にんにく 生姜 ごま ごま油 みりん 醤油	牛乳
		パンサンスー	春雨 胡瓜 卵 みりん 油 砂糖 酢 ごま	牛乳
		お麩のスープ	麩 わかめ 葉葱 卵 中華だしの素 醤油	コーンマフィン
29	火	スタミナ納豆	鶏ひき肉 納豆 葉葱 にんにく 生姜 ごま油 醤油 砂糖 酢	牛乳
		南瓜のミルク煮	南瓜 バター 牛乳 砂糖	牛乳
		白菜スープ	白菜 玉葱 人参 コンソメ	バナナ
30	水	麻婆豆腐	豚ひき肉 豆腐 玉葱 人参 干し椎茸 白葱 にんにく 生姜 味噌 醤油 砂糖	牛乳
		中華サラダ	中華だしの素 ごま油 片栗粉	麦茶
		わかめのすまし汁	もやし 胡瓜 人参 酢 砂糖 醤油 ごま油	ヨーグルト / ビスケット
31	木	魚の甘酢ソース	まぐろ 玉葱 ごま 片栗粉 油 砂糖 酢 醤油	牛乳
		胡瓜のゆかり和え	胡瓜 ゆかり粉	牛乳
		ほうれん草と椎茸のすまし汁	ほうれん草 椎茸 人参 かつおだし 醤油	ハロウィンカップケーキ

・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。

・BP:ベーキングパウダー HM:ホットケーキミックス