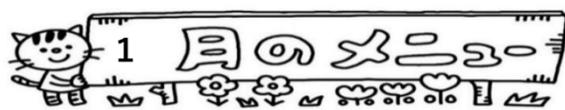


# もも組給食 献立表



藤枝聖マリア保育園

(概ね15カ月以降の離乳食チェック表に全て○がついた子)

| 日  | 主食 | 献立名  | 材料名  | 材料名  |       |  |
|----|----|--|--|--|-------|--|
|    |    |  |  | 10時おやつ   | 3時おやつ |  |
| 4  | 土  | ★家庭保育★                                     |  |  |       |  |
| 6  | 月  | 蓮根のあっさりカレー<br>野菜サラダ<br>ヨーグルト               | 鶏ひき肉 玉葱 人参 蓮根 椎茸 トマト缶 にんにく 油 お子様カレールウ<br>胡瓜 キャベツ コーン 油 酢 砂糖<br>ヨーグルト                             | 牛乳<br>アップルキャロットジュース または 牛乳<br>クッキー                     |       |  |
| 7  | 火  | 七草粥<br>鯖の柚子香り焼き<br>ひじきの煮物<br>みかん           | 米 大根 かぶ 人参 椎茸 ほうれん草 かつおだし 醤油<br>さわら 柚子 醤油 みりん 酒<br>ひじき 人参 油揚げ さやいんげん 大豆 ツナ 油 砂糖 醤油 酒<br>みかん      | 牛乳<br>麦茶<br>ゼリー または プレーンヨーグルト<br>せんべい                  |       |  |
| 8  | 水  | 松風焼<br>紅白なます<br>手まり麩のすまし汁                  | 鶏ひき肉 玉葱 パン粉 ごま 生姜 味噌 スキムミルク みりん<br>大根 人参 みかん缶 酢 砂糖 柚子果汁<br>お麩 えのき茸 葉葱 かつおだし 醤油                   | 牛乳<br>麦茶<br>染飯(そめい) 米 くちなし                             |       |  |
| 9  | 木  | ツナオムレツ<br>ごぼうとさつま芋のサラダ<br>ミネストローネ          | 卵 ツナ 人参 コーン 玉葱 バター こしょう<br>ごぼう さつま芋 マヨネーズ はちみつ レモン果汁 パセリ粉<br>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    | 飲むヨーグルト<br>牛乳 食パン 黄粉<br>黄粉トースト 砂糖 マーガリン                |       |  |
| 10 | 金  | 麻婆大根<br>バンサンスー<br>なめこそープ                   | 大根 豚挽き肉 白葱 生姜 にんにく 砂糖 醤油 味噌 片栗粉 ごま油 酒 中華だしの素<br>春雨 胡瓜 卵 みりん 酢 油 砂糖 ごま<br>なめこ 白葱 ほうれん草 中華だしの素     | 豆乳 または 牛乳<br>牛乳<br>ロールパン                               |       |  |
| 11 | 土  | ★お弁当・水筒・3時のおやつを持参して下さい★                    |  |  |       |  |
| 14 | 火  | 鶏肉とポテトの揚げ煮<br>キャベツのごま入りサラダ<br>豆腐の味噌汁       | 鶏肉 じゃが芋 人参 さやいんげん 片栗粉 醤油 砂糖 油<br>キャベツ 人参 胡瓜 油 酢 砂糖 ごま<br>豆腐 人参 葉葱 かつおだし 味噌                       | りんごジュース または 牛乳<br>牛乳<br>ミニたい焼き                         |       |  |
| 15 | 水  | サバのケチャップ煮<br>ミモザサラダ<br>ほうれん草のスープ           | サバ ケチャップ ソース 砂糖 みりん<br>ブロッコリー 卵 マヨネーズ<br>えのき茸 人参 ほうれん草 コンソメ                                      | 豆乳 または 牛乳<br>牛乳<br>芋ようかん                               |       |  |
| 16 | 木  | 生揚げの味噌炒め<br>小松菜のごま酢和え<br>お麩のすまし汁           | 生揚げ キャベツ 玉葱 豚肉 ピーマン 人参 味噌 醤油 酒 砂糖 片栗粉 油<br>小松菜 人参 ちりめんじゃこ 油 酢 砂糖 ごま<br>麩 人参 葉葱 かつおだし 醤油          | ヨーク または 牛乳<br>牛乳 HM 牛乳<br>野菜蒸しパン ミックスベジタブル             |       |  |
| 17 | 金  | カレー<br>中華胡瓜<br>ヨーグルト                       | 豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 グリンピース お子様カレールウ<br>胡瓜 ごま油 砂糖 醤油 酢<br>ヨーグルト   | 牛乳<br>豆乳 または 牛乳<br>ビスコ                                 |       |  |
| 18 | 土  | ★お弁当・水筒・3時のおやつを持参して下さい★                    |  |  |       |  |
| 20 | 月  | 南瓜のほうとう風<br>ブロッコリーのごまサラダ<br>ゼリー            | きしめん 豚肉 南瓜 白葱 人参 大根 しめじ 小松菜 油揚げ かつおだし みりん<br>ブロッコリー コーン ごま 醤油 マヨネーズ 味噌 砂糖 醤油<br>ゼリー              | りんごジュース または 牛乳<br>牛乳 米粉 BP<br>豆腐ドーナツ 豆腐 砂糖 油 粉糖        |       |  |
| 21 | 火  | 中華風ローストチキン<br>白菜サラダ<br>にらたまスープ             | 鶏肉 玉葱 にんにく ごま 生姜 醤油 みりん ごま油<br>白菜 胡瓜 りんご缶 油 酢 砂糖 こしょう<br>にら 卵 人参 中華だしの素 醤油                       | 豆乳 または 牛乳<br>牛乳 豚ひき肉 玉葱 干し椎茸<br>カップ肉まん 砂糖 醤油 小麦粉 BP 豆乳 |       |  |
| 22 | 水  | 豚肉とさつま芋のカレー煮<br>キャベツの味噌ダレサラダ<br>えのきのすまし汁   | 豚肉 玉葱 さつま芋 さやいんげん 生姜 にんにく 醤油 みりん カレー粉 油<br>キャベツ 人参 胡瓜 鶏ささ身 油 酢 味噌 砂糖<br>えのき茸 人参 葉葱 かつおだし 醤油      | ヨーク または 牛乳<br>牛乳<br>バナナ                                |       |  |
| 23 | 木  | 魚の和風ムニエル<br>白菜の柚子風味和え<br>きのこ汁              | 鮭 小麦粉 醤油 みりん バター<br>白菜 胡瓜 りんご缶 柚子果汁 砂糖 酢<br>椎茸 えのき茸 人参 葉葱 鶏肉 里芋 かつおだし 味噌                         | 飲むヨーグルト<br>牛乳 米粉 コンスターチ<br>米粉スノーボール マーガリン 砂糖 粉糖        |       |  |
| 24 | 金  | ロールパン<br>チキンナゲット<br>ブロッコリー<br>白菜スープ<br>みかん | ロールパン<br>チキンナゲット 油<br>ブロッコリー<br>白菜 玉葱 人参 コンソメ<br>みかん   | 牛乳<br>麦茶<br>ゼリー または ヨーグルト<br>ビスケット                     |       |  |
| 25 | 土  | ★お弁当・水筒・3時のおやつを持参して下さい★                    |  |  |       |  |
| 27 | 月  | しぞ〜かおでん<br>チンゲン菜のツナマヨ和え<br>みかん             | 大根 じゃが芋 豚肉 かつお節 青のり粉 砂糖 酒 みりん 醤油 かつおだし<br>チンゲン菜 もやし 人参 ツナ 醤油 マヨネーズ<br>みかん                        | 豆乳 または 牛乳<br>牛乳 マーガリン<br>クッキー 砂糖 卵 小麦粉 BP              |       |  |
| 28 | 火  | 鮭のチーズ焼き<br>切干大根の炒り煮<br>小松菜の味噌汁             | 鮭 粉チーズ パセリ<br>切干大根 人参 油揚げ 醤油 砂糖 みりん<br>小松菜 人参 えのき茸 かつおだし 味噌                                      | 牛乳<br>ジョア または 牛乳<br>ビスコ                                |       |  |
| 29 | 水  | スパゲティ ミートソース<br>具沢山豆乳コーンスープ<br>ゼリー         | スパゲティ 豚ひき肉 人参 玉葱 グリンピース トマトピューレ ケチャップ ソース<br>砂糖 粉チーズ<br>じゃが芋 人参 椎茸 ほうれん草 豆乳 クリームコーン缶 コンソメ<br>ゼリー | ヨーク または 牛乳<br>牛乳<br>キウイフルーツ/せんべい                       |       |  |
| 30 | 木  | タンドリーチキン<br>わかめとコーンのサラダ<br>オニオンスープ         | 鶏肉 にんにく 醤油 ケチャップ コンソメ ヨーグルト カレー粉<br>わかめ 人参 胡瓜 コーン 酢 油 醤油 砂糖<br>玉葱 人参 パセリ コンソメ                    | ヤクルト または 牛乳<br>牛乳 さつま芋<br>大学芋 油 砂糖 醤油 ごま               |       |  |
| 31 | 金  | 揚げ魚の五目あんかけ<br>フルーツなます<br>かきたま汁             | まぐろ 玉葱 人参 筍 干し椎茸 酒 片栗粉 醤油 砂糖 酢 かつおだし<br>大根 胡瓜 りんご缶 みかん缶 酢 砂糖<br>卵 葉葱 かつおだし 醤油 片栗粉                | 飲むヨーグルト<br>牛乳<br>スティックパン                               |       |  |

・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。

・マヨネーズ:マヨネーズ風ドレッシング(卵不使用) ・BP:ベーキングパウダー HM:ホットケーキミックス

・太字が普通食には入っていなかった食材・調味料になります。