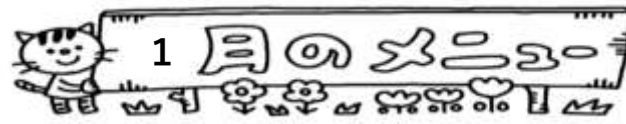




もも組 離乳食・普通食 献立表

※おやつは『もも組給食』をご覧ください



藤枝聖マリア保育園

日	主食	12ヶ月以降
4	土	★家庭保育★
6	月	蓮根のあっさりカレー 野菜サラダ 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 胡瓜 キャベツ コーン 油 酢 砂糖 プレーンヨーグルト
7	火	七草粥 鯖の柚子香り焼き ひじきの煮物 みかん 米 大根 かぶ 人参 椎茸 ほうれん草 かつおだし 醤油 さわら 柚子 醤油 みりん 酒 ひじき 人参 油揚げ さやいんげん 大豆 ツナ 油 砂糖 醤油 酒 みかん
8	水	松風焼 紅白なます 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 大根 人参 酢 砂糖 お麩 えのき茸 葉葱 かつおだし 醤油
9	木	ツナオムレツ ごぼうとさつま芋の煮物 ミネストローネ 卵 ツナ 人参 コーン 玉葱 バター こしょう ごぼう さつま芋 砂糖 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
10	金	麻婆大根 バンサンスー なめこスープ 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 春雨 胡瓜 卵 みりん 酢 油 砂糖 ごま なめこ 白葱 ほうれん草 中華だしの素
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 キャベツのごま入りサラダ 豆腐の味噌汁 鶏肉 ジャガ芋 人参 さやいんげん 片栗粉 醤油 砂糖 油 キャベツ 人参 胡瓜 油 酢 砂糖 ごま 豆腐 人参 葉葱 かつおだし 味噌
15	水	サバのケチャップ煮 ブロッコリーのおかか和え ほうれん草のスープ サバ ケチャップ ソース 砂糖 みりん ブロッコリー 卵 かつお節 醤油 えのき茸 人参 ほうれん草 コンソメ
16	木	生揚げの味噌炒め 小松菜のごま酢和え 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 小松菜 人参 油 酢 砂糖 ごま 麩 人参 葉葱 かつおだし 醤油
17	金	カレー 中華胡瓜 ヨーグルト 豚肉 ジャガ芋 人参 玉葱 グリンピース お子様カレールウ 胡瓜 ごま油 砂糖 醤油 酢 プレーンヨーグルト
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 ブロッコリーのごまサラダ ヨーグルト 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 味噌 砂糖 醤油 ブロッコリー コーン ごま 醤油 プレーンヨーグルト
21	火	中華風ローストチキン 白菜サラダ 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 白菜 胡瓜 油 酢 砂糖 こしょう にら 卵 人参 中華だしの素 醤油
22	水	豚肉とさつま芋のカレー煮 キャベツの味噌ダレサラダ 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 お子様カレールウ 油 キャベツ 人参 胡瓜 鶏ささ身 油 酢 味噌 砂糖 えのき茸 人参 葉葱 かつおだし 醤油
23	木	魚の和風ムニエル 白菜の柚子風味和え きのこ汁 鮭 小麦粉 醤油 みりん バター 白菜 胡瓜 砂糖 酢 椎茸 えのき茸 人参 葉葱 鶏肉 かつおだし 味噌
24	金	ロールパン 厚揚げとさつま芋のケチャップ煮 白菜スープ みかん ロールパン 厚揚げ さつま芋 ブロッコリー 砂糖 ケチャップ 白菜 玉葱 人参 コンソメ みかん
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 チンゲン菜のツナ和え みかん 大根 ジャガ芋 豚肉 かつお節 青のり粉 砂糖 酒 みりん 醤油 かつおだし チンゲン菜 もやし 人参 ツナ 醤油 みかん
28	火	鮭のチーズ焼き 切干大根の炒り煮 小松菜の味噌汁 鮭 粉チーズ パセリ 切干大根 人参 油揚げ 醤油 砂糖 みりん 小松菜 人参 えのき茸 かつおだし 味噌
29	水	スパゲティ ミートソース 具沢山豆乳コンソメスープ ヨーグルト 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 砂糖 粉チーズ ジャガ芋 人参 椎茸 ほうれん草 豆乳 クリームコーン缶 コンソメ プレーンヨーグルト
30	木	タンドリーチキン わかめとコーンのサラダ 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 お子様カレールウ わかめ 人参 胡瓜 コーン 酢 油 醤油 砂糖 玉葱 人参 パセリ コンソメ
31	金	揚げ魚の五目あんかけ 二色なます 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 大根 胡瓜 酢 砂糖 卵 葉葱 かつおだし 醤油 片栗粉

- ・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をご覧ください。