



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	
1	土	★お弁当・水筒・3時のおやつを持参して下さい★	
3	ごは	五目ちらし寿司	米 卵 さやえんどう さくらでんぶ かんぴょう 油揚げ 人参 蓮根 干し椎茸 酢 砂糖 醤油
月	はん	厚揚げと南瓜煮	厚揚げ 南瓜 砂糖 醤油
		菜の花のごま和え	菜の花 人参 もやし ごま 醤油 砂糖
		お麩のすまし汁	麩 えのき茸 葉葱 かつおだし 醤油
4	ごは	ハンバーグ	鶏・豚ひき肉 玉葱 パン粉 牛乳 塩コショウ 油 ケチャップ ソース 砂糖
火	はん	人参グラッセ	人参 バター 砂糖 コンソメ
		チンゲン菜のスープ	チンゲン菜 白葱 卵 中華だし 醤油 片栗粉
5	ごは	麻婆豆腐	豚ひき肉 豆腐 にんにく 生姜 玉葱 人参 干し椎茸 白葱 砂糖 中華だし 醤油 味噌 片栗粉 ごま油
水	はん	白菜サラダ	白菜 胡瓜 油 酢 砂糖 塩コショウ
		ブルー	ブルー
6	ごは	にら玉	にら 玉葱 豚ひき肉 卵 中華だしの素 醤油 砂糖 酢 ごま油 片栗粉
木	はん	なます	胡瓜 大根 酢 砂糖
		お麩のスープ	麩 わかめ 葉葱 中華だしの素 醤油
7	ごは	豚ひき肉とさつまい煮	豚ひき肉 さつまい 砂糖 ケチャップ
金	はん	ひじきと春雨の酢の物	ひじき 胡瓜 春雨 ごま ごま油 酢 砂糖 醤油
		豆腐のすまし汁	豆腐 人参 葉葱 かつおだし 醤油
8	土	★お弁当・水筒・3時のおやつを持参して下さい★	
10	ごは	ツナとアスパラガスのグラタン	ツナ 玉葱 人参 マッシュルーム コーン アスパラガス マカロニ 小麦粉 バター 牛乳 パン粉 粉チーズ
月	はん	じゃが芋のトマトスープ	じゃが芋 人参 玉葱 トマト缶 コンソメ
		ブルー	ブルー
11	ごは	スパイシーチキン	鶏肉 ごま にんにく 生姜 小麦粉 酒 みりん 砂糖 醤油 ごま油 りんご果汁
火	はん	じゃが芋煮	じゃが芋 人参 玉葱 砂糖 ケチャップ
		藤枝スープ	マロニー 人参 ほうれん草 紫キャベツ コンソメ
12	め	スパゲティ ナポリタン	スパゲティ 玉葱 人参 ピーマン マッシュルーム バター ケチャップ 砂糖 粉チーズ
水	はん	キャベツスープ	キャベツ 玉葱 人参 コンソメ
		ヨーグルト	プレーンヨーグルト
13	ごは	鮭の変わり西京焼き	鮭 味噌 砂糖 みりん バター
木	はん	ひじき煮	ひじき 人参 油揚げ 大豆 いんげん 酒 砂糖 みりん 油
		大根とほうれん草のスープ	大根 ほうれん草 コンソメ
14	金	★お弁当・水筒・3時のおやつを持参して下さい★	
15	土	★お弁当・水筒・3時のおやつを持参して下さい★	
17	め	醤油ラーメン	めん もやし わかめ コーン 白葱 中華だしの素 醤油
月	はん	厚揚げと南瓜煮	厚揚げ 南瓜 砂糖 ケチャップ
		納豆サラダ	納豆 チーズ 胡瓜 人参 酢 砂糖 醤油 ごま油
		ブルー	ブルー
18	ごは	すき焼き風煮込み	豚肉 白葱 白菜 えのき茸 椎茸 焼き豆腐 酒 醤油 砂糖 みりん
火	はん	マロニーのかきたま汁	マロニー 人参 卵 葉葱 かつおだし 醤油 片栗粉
		バナナ	バナナ
19	ごは	肉じゃが	じゃが芋 豚肉 人参 玉葱 砂糖 醤油
水	はん	キャベツの甘酢和え	キャベツ 胡瓜 酢 砂糖
		豚汁	大根 人参 豚肉 ごぼう 豆腐 葉葱 味噌 かつおだし
21	ごは	三色そばろ丼	鶏ひき肉 人参 卵 生姜 かつおだし 醤油 砂糖 酒 油
金	はん	ブロッコリー	ブロッコリー
		カレースープ	干し椎茸 人参 玉葱 パセリ かつおだし お子様カレールウ 醤油
		ヤクルト	ヤクルト
22	土	★卒園式★	
24	ごは	鶏肉の味噌漬け焼き	鶏肉 味噌 砂糖 醤油 酒
月	はん	マカロニ煮	マカロニ 玉葱 コーン ケチャップ 砂糖
		ほうれん草と椎茸のすまし汁	ほうれん草 椎茸 かつおだし 醤油
25	ごは	厚揚げのミートソース煮	厚揚げ 豚ひき肉 玉葱 人参 コーン パセリ ケチャップ 砂糖 油
火	はん	さつまいのバター煮	さつまい レーズン バター 砂糖
		お麩のスープ	麩 えのき茸 葉葱 コンソメ
26	ごは	焼き鮭	鮭
水	はん	華風和え	ほうれん草 人参 もやし 春雨 ごま 酢 砂糖 醤油 ごま油
		なめこの味噌汁	なめこ 豆腐 葉葱 かつおだし 味噌
27	ごは	カレー	豚肉 じゃが芋 玉葱 人参 グリンピース お子様カレールウ
木	はん	胡瓜の酢の物	胡瓜 ツナ 酢 砂糖
		ヨーグルト	ヨーグルト
28	ごは	サバの味噌煮	サバ 生姜 酒 みりん 味噌 砂糖
金	はん	かぶのごま和え	かぶ 人参 ごま 醤油 砂糖
		えのきのすまし汁	えのき茸 人参 葉葱 かつおだし 醤油
29	土	★お弁当・水筒・3時のおやつを持参して下さい★	
31	ごは	鶏肉のマーマレード煮	鶏肉 にんにく マーマレードジャム 酒 醤油
月	はん	切干大根の炒り煮	切干大根 油揚げ 人参 干し椎茸 さやいんげん かつおだし 砂糖 みりん 醤油 油
		豆腐のすまし汁	豆腐 人参 葉葱 かつおだし 醤油

・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。