



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月	豆腐のそぼろあんかけ 白菜サラダ えのきともやしのスープ	豆腐 人参 鶏ひき肉 さやいんげん コーン かつおだし 醤油 砂糖 油 片栗粉 白菜 胡瓜 油 酢 砂糖 こしょう えのき茸 もやし 人参 葉葱 コンソメ 醤油	
2月	チキングラタン レタススープ みかん	鶏肉 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 レタス 玉葱 人参 コンソメ みかん	
3月	ぶりと大根の煮物 もやしの酢の物 ほうれん草と椎茸の味噌汁	ぶり 大根 生姜 砂糖 醤油 もやし 胡瓜 人参 酢 砂糖 ごま ほうれん草 椎茸 かつおだし 味噌	
4月	しぞ〜かおでん いそあえ みかん	大根 じゃが芋 豚肉 こんぶだし かつおぶし あおのり 砂糖 酒 みりん 醤油 ほうれん草 もやし 醤油 みりん 焼き海苔 みかん	
5月	鶏肉のりんごソース キャベツサラダ じゃがにらスープ	鶏肉 りんご 生姜 砂糖 醤油 酢 酒 片栗粉 油 キャベツ 胡瓜 人参 レーズン 油 酢 砂糖 じゃが芋 人参 にら コンソメ	
6月	★お弁当・水筒・3時のおやつを持参して下さい★		
8月	ジャーマンオムレツ チンゲン菜のツナ和え 春雨スープ	卵 じゃが芋 玉葱 赤ピーマン バター 牛乳 ケチャップ チンゲン菜 もやし 人参 ツナ 醤油 春雨 小松菜 人参 中華だしの素	
9月	五目うどん 厚揚げのケチャップ煮 ヨーグルト	うどん 鶏肉 人参 大根 干し椎茸 白葱 小松菜 かつおだし 醤油 みりん 酒 厚揚げ ケチャップ 砂糖 ヨーグルト	
10月	魚の野菜あんかけ 納豆サラダ じゃが芋のトマトスープ	しいら 玉葱 人参 コーン パセリ 昆布だし 醤油 片栗粉 納豆 チーズ 胡瓜 人参 酢 醤油 砂糖 ごま油 じゃが芋 人参 玉葱 マカロニ 黄ピーマン ホールトマト缶 コンソメ	
11月	鶏肉のさっぱり煮 青菜の白和え えのきの味噌汁	鶏肉 生姜 にんにく 醤油 酢 砂糖 ほうれん草 人参 しめじ 豆腐 ねりごま 砂糖 醤油 ごま えのき茸 人参 葉葱 かつおだし 味噌	
12月	厚揚げのドライカレー 胡瓜の甘酢和え 飲むヨーグルト	厚揚げ 豚ひき肉 玉葱 人参 生姜 にんにく お子様カレールウ 油 胡瓜 わかめ 酢 砂糖 飲むヨーグルト（無添加タイプ）	
13月	★お弁当・水筒・3時のおやつを持参して下さい★		
15月	ポトフ 春雨とわかめのサラダ みかん	鶏肉 キャベツ 玉葱 人参 じゃが芋 しめじ パセリ コンソメ 春雨 わかめ 胡瓜 コーン 醤油 酢 砂糖 ごま油 みかん	
16月	焼き魚 栄養さんぴら 豆腐の味噌汁	鮭 ごぼう 人参 ピーマン 豚ひき肉 干し椎茸 油 醤油 砂糖 ごま 豆腐 人参 葉葱 かつおだし 味噌	
17月	揚げおでん 胡瓜のナムル ヨーグルト	じゃが芋 豚肉 大根 片栗粉 油 砂糖 醤油 味噌 胡瓜 人参 ちりめんじゃこ 醤油 砂糖 ごま油 ヨーグルト	
18月	ミートボール キャベツのごま入りサラダ きのこスープ	豚ひき肉 玉葱 パン粉 豆乳 片栗粉 ケチャップ 醤油 酒 醤油 砂糖 酢 キャベツ 人参 胡瓜 ごま 油 酢 砂糖 しめじ えのき茸 人参 豚肉 コンソメ	
19月	シーチキンピラフ ローストチキン マカロニの和え物 コンソメスープ	米 玉葱 人参 マッシュルーム ツナ コンソメ バター パセリ 鶏肉 醤油 みりん にんにく マカロニ 胡瓜 人参 玉葱 醤油 じゃが芋 人参 しめじ ほうれん草 クリームコーン コンソメ	
20月	★クリスマスの集い★		
22月	さわらの照り焼き 南瓜のグラッセ 豚汁	さわら 醤油 みりん 酒 南瓜 バター コンソメ 豚肉 豆腐 大根 人参 ごぼう 里芋 葉葱 かつおだし 味噌	
23月	鶏肉のポテトの揚げ煮 小松菜の焼き海苔 オニオンスープ	鶏肉 じゃが芋 人参 さやいんげん 片栗粉 醤油 砂糖 油 小松菜 人参 焼き海苔 醤油 玉葱 人参 パセリ コンソメ	
24月	雷豆腐 ほうれん草のおかか和え 大根の味噌汁	豆腐 豚ひき肉 人参 玉葱 ごぼう 干し椎茸 筍 生姜 ごま 酒 砂糖 醤油 ごま油 片栗粉 ほうれん草 人参 かつお節 醤油 大根 油揚げ 葉葱 かつおだし 味噌	
25月	チャプチェ さつま芋とひじき煮 中華スープ	豚肉 ピーマン 黄ピーマン 人参 えのき茸 春雨 中華だし 酒 醤油 砂糖 片栗粉 ひじき さつま芋 人参 さやいんげん 油 醤油 砂糖 チンゲン菜 白葱 卵 中華だしの素 醤油 片栗粉	
26月	ツナカレー コーンサラダ ヨーグルト	ツナ 玉葱 人参 じゃが芋 しめじ 油 お子様カレールウ コーン 人参 胡瓜 酢 砂糖 醤油 ヨーグルト	
27月	★お弁当・水筒・3時のおやつを持参して下さい★		

・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。