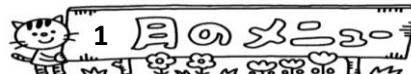




もも組 離乳食・普通食 献立表



※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
5 月 火	ごはん ヨーグルト カレー プロッコリーのごま和え ヨーグルト	豚肉 じゃが芋 玉葱 人参 りんご グリンピース お子様カレールウ プロッコリー コーン 醤油 すりごま ヨーグルト
6 火	松風焼 紅白なます お麸のすまし汁	鶏ひき肉 豆腐 玉葱 片栗粉 味噌 みりん 酒 ごま あおのり 大根 人参 酢 砂糖 麸 えのき茸 人参 葉葱 かつおだし 醤油
7 水	七草粥 さわらの照り焼き ひじきの煮物 みかん	米 大根 かぶ 人参 干し椎茸 ほうれん草 かつおだし 醬油 さわら 醬油 みりん 酒 ひじき 人参 油揚げ さやいんげん 大豆 ツナ 油 酒 砂糖 醬油 みかん
8 木	ごはん 木のこスープ 南瓜と厚揚げの煮物 キャベツの味噌ダレサラダ きのこスープ	南瓜 厚揚げ 砂糖 醬油 キャベツ 人参 胡瓜 鶏ささ身 油 酢 砂糖 味噌 しめじ えのき茸 小松菜 豚肉 コンソメ
9 金	ごはん スパイシーチキン キャベツの甘酢和え 豆腐の味噌汁	鶏肉 醬油 砂糖 酒 みりん ごま油 りんごジュース ごま にんにく 生姜 小麦粉 キャベツ 胡瓜 酢 砂糖 豆腐 小松菜 人参 かつおだし 味噌
10 土	★お弁当・水筒・3時のおやつを持参して下さい★	
13 火	ごはん みかん ポークピーンズ ひじきのごまサラダ	大豆 豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 トマトジュース ケチャップ ソース 砂糖 コショウ パセリ ひじき キャベツ 人参 コーン 醬油 砂糖 ごま みかん
14 水	ごはん 藤枝スープ 鮭のバター焼き わかめとコーンのサラダ	鮭 コショウ バター わかめ 人参 胡瓜 コーン 酢 油 醬油 砂糖 春雨 人参 紫キャベツ 筍 干し椎茸 葉葱 中華だし
15 木	ごはん オニオンスープ タンドリーチキン ミモザサラダ	鶏肉 コンソメ にんにく 醬油 ケチャップ ヨーグルト お子様カレールウ 玉葱 人参 コンソメ パセリ プロッコリー 卵 醬油
16 金	ごはん 三色そぼろ丼 さつま芋のバター煮 豆腐とわかめの味噌汁	米 鶏ひき肉 卵 ほうれん草 かつおだし 生姜 醬油 酒 砂糖 ごま油 さつま芋 レーズン バター 砂糖 豆腐 わかめ 白葱 人参 味噌 かつおだし
17 土	★お弁当・水筒・3時のおやつを持参して下さい★	
19 月	ごはん えのきともやしのスープ ささ身フライ キャベツのごま入りサラダ	鶏ささ身 小麦粉 卵 パン粉 ケチャップ ソース キャベツ 人参 胡瓜 油 酢 砂糖 ごま えのき茸 もやし 人参 葉葱 コンソメ 醬油
20 火	ごはん けんちん汁 サバの味噌煮	サバ 酒 砂糖 醬油 みりん 味噌 生姜 プロッコリー 人参 ごま 醬油 ごぼう 人参 豚肉 干し椎茸 葉葱 ごま油 かつおだし 醬油 みりん
21 水	ごはん 南瓜のほうとう風 ツナと胡瓜の酢の物 バナナ	うどん 南瓜 白葱 人参 大根 しめじ 小松菜 油揚げ 豚肉 かつおだし みりん 醬油 砂糖 味噌 胡瓜 ツナ わかめ 酢 砂糖 醬油 ごま バナナ
22 木	ごはん 揚げおでん 華風和え みかん	じゃが芋 豚肉 大根 醬油 味噌 砂糖 みりん 片栗粉 油 ほうれん草 人参 もやし 春雨 ごま油 酢 砂糖 醬油 ごま みかん
23 金	ごはん 肉団子の照り煮 ほうれん草のツナ和え かぶのスープ	鶏・豚ひき肉 パン粉 玉葱 豆乳 砂糖 みりん 醬油 片栗粉 ほうれん草 人参 もやし ツナ 醬油 かぶ 玉葱 人参 パセリ コンソメ 醬油
24 土	★お弁当・水筒・3時のおやつを持参して下さい★	
26 月	ごはん カレースープ もやしの茶サラダ サバのアップルオニオンソース	サバ 生姜 玉葱 りんご 酒 砂糖 醬油 酢 小麦粉 もやし 胡瓜 人参 ツナ 緑茶 砂糖 醬油 玉葱 人参 干し椎茸 葉葱 かつおだし 醬油 お子様カレールウ
27 火	ごはん 麻婆豆腐 飲むヨーグルト 胡瓜のじゃこ和え	豚ひき肉 豆腐 玉葱 人参 干し椎茸 白葱 にんにく 生姜 味噌 醬油 酒 砂糖 中華だしの素 片栗粉 ごま油 胡瓜 ちりめんじゃこ 砂糖 醬油 酢 飲むヨーグルト (無添加タイプ)
28 水	ごはん スパゲティ ナポリタン キャベツの甘酢和え みかん	スパゲティ 玉葱 ピーマン 人参 マッシュルーム バター ケチャップ 砂糖 粉チーズ キャベツ 人参 酢 砂糖 みかん
29 木	ごはん 魚の五目あんかけ 二色なます 中華風コーンスープ	まぐろ 玉葱 人参 筍 干し椎茸 酒 醬油 砂糖 酢 かつおだし 片栗粉 胡瓜 大根 酢 砂糖 クリームコーン缶 玉葱 パセリ粉 ごま油 中華だしの素
30 金	ごはん 金平ごぼう ほうれん草のスープ	鶏肉 玉葱 ソース 小麦粉 ごぼう 人参 酒 みりん 砂糖 醬油 ごま ほうれん草 人参 えのき茸 コンソメ
31 土	★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ても、片栗粉でとろみをつけることがあります。
- 砂糖はきび砂糖を使っています。
- 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でご覧ください。