



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
2月	ごはん ヨーグルト	厚揚げのミートソース煮 かぶのスープ ヨーグルト 厚揚げ 豚ひき肉 玉葱 人参 コーン パセリ粉 ケチャップ 砂糖 油 かぶ 玉葱 人参 パセリ粉 コンソメ 醤油 ヨーグルト
3月	ごはん 火	大豆ごはん 魚の蒲焼き のっぺい汁 みかん 米 大豆 油揚げ ちりめんじゃこ にら 醤油 酒 ごま油 サバ 生姜 酒 片栗粉 みりん 醤油 砂糖 大根 里芋 人参 鶏肉 葉葱 かつおだし 醤油 みかん
4月	ごはん 水	豆腐入りハンバーグ ほうれん草のツナ和え えのきのスープ 豚ひき肉 豆腐 玉葱 人参 干し椎茸 牛乳 パン粉 小麦粉 醤油 みりん 砂糖 片栗粉 ほうれん草 もやし 人参 ツナ 醤油 えのき茸 人参 葉葱 コンソメ 醤油
5月	ごはん 木	鶏肉の揚げ煮 白菜の海苔和え かきたま味噌汁 鶏肉 じゃが芋 人参 さやいんげん 砂糖 醤油 片栗粉 油 白菜 ちりめんじゃこ 焼き海苔 醤油 砂糖 酢 ごま油 卵 葉葱 人参 かつおだし 味噌
6月	ごはん 金	鮭のポテトグラタン ブロッコリーのごま和え わかめスープ 鮭 じゃが芋 玉葱 バター 小麦粉 牛乳 コンソメ チーズ ブロッコリー コーン ごま 醤油 わかめ 人参 えのき茸 葱 中華だしの素
7月	土	★お弁当・水筒・3時のおやつを持参して下さい★
9月	ごはん 月	椎茸丼の具 たたき胡瓜 豆腐の味噌汁 干し椎茸 豚肉 人参 玉葱 油揚げ かつおだし 砂糖 醤油 酒 胡瓜 ごま油 酢 砂糖 醤油 豆腐 人参 葉葱 かつおだし 味噌
10月	ごはん 火	ごぼうのドライカレー ブロッコリーの玉葱ドレッシング ヨーグルト ごぼう 豚ひき肉 玉葱 人参 生姜 にんにく レーズン バター ケチャップ お子様カレールウ ブロッコリー 胡瓜 コーン 玉葱 酢 砂糖 油 ヨーグルト
12月	ごはん 木	魚の甘酢ソース ほうれん草のおかか和え えのきとお麴のスープ まぐろ 玉葱 砂糖 酢 ごま 醤油 油 片栗粉 ほうれん草 しめじ 油 醤油 かつお節 麴 えのき茸 人参 葉葱 コンソメ
13月	ごはん 金	厚揚げのケチャップ煮 キャベツサラダ 大根のスープ 厚揚げ じゃが芋 砂糖 ケチャップ キャベツ 胡瓜 人参 レーズン 油 酢 砂糖 大根 ほうれん草 コンソメ ごま油
14月	土	★お弁当・水筒・3時のおやつを持参して下さい★
16月	ごはん 月	にら玉 カレー金平 白菜スープ にら 玉葱 豚ひき肉 卵 中華だしの素 醤油 こしょう 酢 砂糖 ごま油 片栗粉 じゃが芋 人参 ツナ お子様カレールウ 砂糖 醤油 白菜 玉葱 人参 コンソメ
17月	ごはん 火	焼き魚 じゃが芋の和え物 大根の味噌汁 鮭 じゃが芋 人参 胡瓜 玉葱 チーズ 砂糖 醤油 大根 人参 油揚げ 葉葱 味噌 かつおだし
18月	め 水	スープパゲティ さつまいものレモン煮 ヨーグルト スパゲティ 鶏肉 玉葱 人参 ピーマン コーン しめじ マッシュルーム コンソメ さつまいも芋 レモン 砂糖 ヨーグルト
19月	ごはん 木	肉じゃが 納豆サラダ 南瓜の味噌汁 じゃが芋 玉葱 人参 豚肉 さやいんげん かつおだし 砂糖 醤油 みりん 油 納豆 チーズ 胡瓜 人参 酢 醤油 砂糖 ごま油 南瓜 玉葱 油揚げ 葉葱 味噌 かつおだし
20月	ごはん 金	サバのカレー焼き コーン入り人参サラダ レタススープ サバ 生姜 酒 みりん 醤油 お子様カレールウ コーン 人参 胡瓜 玉葱 チーズ 砂糖 酢 油 レタス 玉葱 人参 コンソメ
21月	土	★お弁当・水筒・3時のおやつを持参して下さい★
24月	ごはん 火	ガーリックチャーハン 厚揚げのケチャップ煮 中華スープ ヨーグルト 米 人参 玉葱 ピーマン ツナ にんにく 油 醤油 厚揚げ じゃが芋 砂糖 ケチャップ チンゲン菜 白葱 卵 中華だしの素 醤油 ヨーグルト
25月	ごはん 水	揚げ南瓜と生揚げの煮物 小松菜のごま酢和え きのこスープ 南瓜 生揚げ 片栗粉 かつおだし 醤油 みりん 砂糖 油 小松菜 人参 もやし 酢 油 砂糖 醤油 ごま しめじ えのき茸 豚肉 人参 コンソメ
26月	ごはん 木	鶏肉のチーズ焼き ブロッコリーのおかか和え ミネストローネ 鶏肉 生姜 醤油 酒 チーズ ブロッコリー 醤油 かつお節 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
27月	ごはん 金	焼き肉 胡瓜の酢の物 お麴のスープ 豚肉 玉葱 ピーマン 赤ピーマン 生姜 醤油 みりん 酒 砂糖 油 胡瓜 ツナ 酢 砂糖 麴 わかめ 人参 卵 葉葱 中華だしの素 醤油
28月	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でご覧ください。