



2025年1月 離乳食献立表



白岡みちのご保育園

		完了食	後期食
05(月)	昼食	御飯 松風焼き 三色なます 煮しめ(正月) さつまいもきんとん すまし汁	軟飯 松風焼き 野菜の軟煮(大根・きゅうり・人参) スープ(白菜・人参)
	午後	七草おにぎり 牛乳	軟飯(鮭) 麦茶
06(火)	昼食	ドライカレーライス(麦抜き) コンソメスープ みかん	軟飯 豚ひき肉の軟煮(玉ねぎ・人参) スープ(じゃが芋・人参) みかん
	午後	ほうれん草ケーキ 牛乳	ほうれん草ケーキ 麦茶
07(水)	昼食	御飯 豚肉の塩だれ炒め 切干し大根のサラダ みそ汁	軟飯 豚肉の軟煮(玉ねぎ人参) 野菜の軟煮(ツナ・人参・キャベツ) スープ(小松菜・人参)
	午後	すいとん汁 牛乳	すいとん汁(しょうゆ) 麦茶
08(木)	昼食	御飯 鶏肉のケチャップ煮 わかめと豆腐のごま和え 野菜スープ	軟飯 鶏肉の軟煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(人参・キャベツ) スープ(玉ねぎ・人参)
	午後	トースト(シュガー) 牛乳	トースト(シュガー) 麦茶
09(金)	昼食	ごぼうの混ぜご飯 さばのかば焼き 変わりきんぴら みそ汁(赤みそ)	軟飯(人参) かれいの照り焼き スティック野菜(大根・人参) スープ(チンゲン菜・玉ねぎ)
	午後	さつまいもプリン 牛乳	さつまいもの軟煮 麦茶
10(土)	昼食	肉みそスパゲティ キャベツスープ バナナ	やわらかスパゲティ(豚ひき肉・玉ねぎ・人参) スープ(キャベツ・玉ねぎ・人参) バナナ
	午後	チーズパン 牛乳	チーズパン 麦茶
13(火)	昼食	御飯 豚肉と春雨の野菜炒め 白菜の昆布和え みそ汁	軟飯 豚肉の軟煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(白菜・人参) スープ(大根・小松菜)
	午後	おにぎり(青のりおかか) 牛乳	軟飯(青のりおかか) 麦茶
14(水)	昼食	御飯 ミートボール(甘酢あん) ちくわのごま炒め みそ汁	軟飯 ミートボール(豚ひき肉・玉ねぎ・豆腐 たれなし) スティック野菜(人参・大根) スープ(玉ねぎ・人参)
	午後	高野豆腐のみたらし風煮 牛乳	軟飯(人参) 麦茶
15(木)	昼食	御飯 かれいのみそマヨ焼き にんじんサラダ みそ汁	軟飯 かれいの照り焼き 野菜の軟煮(人参・きゅうり・ツナ) スープ(人参・キャベツ)
	午後	ちんすこう 牛乳	ちんすこう 麦茶
16(金)	昼食	すき焼きうどん かぼちゃの甘煮 りんごゼリー	やわらかうどん(豚肉・玉ねぎ・小松菜・人参) かぼちゃの軟煮 バナナ
	午後	ベーコンポテトパン 牛乳	ベーコンポテトパン(ベーコン・コンソメ抜き) 麦茶
17(土)	昼食	プルコギ丼 みそ汁 バナナ	軟飯 豚肉の軟煮(キャベツ・玉ねぎ・人参) スープ(白菜・人参) バナナ
	午後	おにぎり(塩昆布) 牛乳	軟飯(人参) 麦茶
19(月)	昼食	ビビンバ丼(麦抜き) 中華スープ バナナ	軟飯 豚肉の軟煮(小松菜・人参) スープ(キャベツ・人参) バナナ
	午後	鬼まんじゅう 牛乳	鬼まんじゅう 麦茶

※野菜スティックが毎日つきます
※中期食の鶏ひき肉は鶏ささみのひき肉です。

		完了食	後期食
20(火)	昼食	御飯 豆腐のキッシュ マカロニソテー みそ汁	軟飯 豆腐の軟煮(玉ねぎ・ブロッコリー) マカロニの軟煮(玉ねぎ・人参) スープ(白菜・人参)
	午後	パン粉クッキー 牛乳	パン粉クッキー(干しぶどう抜き) 麦茶
21(水)	昼食	御飯 佐那河(さなごうち)揚げ(すだち抜き) ほうれん草の磯和え みそ汁	軟飯 鶏の照り焼き ほうれん草の磯和え スープ(大根・玉ねぎ)
	午後	ツナマヨお焼き 牛乳	ツナマヨお焼き(マヨ抜き) 麦茶
22(木)	昼食	あけぼのご飯(にんじん) さわらのごま照り焼き 切干大根と高野豆腐の煮物 みそ汁(赤みそ)	軟飯(人参) かれいの照り焼き 野菜の軟煮(人参・玉ねぎ) スープ(小松菜・玉ねぎ)
	午後	塩焼きそば 牛乳	やわらか焼きそば 麦茶
23(金)	昼食	食パン スコップコロッケ コロコロサラダ コンソメスープ	食パン スコップコロッケ(コンソメ・ソース抜き) 野菜の軟煮(大根・きゅうり・人参) スープ(玉ねぎ・人参)
	午後	牛乳 鶏ひじきおにぎり	軟飯(鶏ひじき) 麦茶
24(土)	昼食	あんかけ丼 みそ汁 バナナ	軟飯 豚肉の軟煮(キャベツ・人参・玉ねぎ) スープ(玉ねぎ・人参) バナナ
	午後	きな粉パンケーキ 牛乳	きな粉パンケーキ 麦茶
26(月)	昼食	御飯 鶏肉のコーンフレーク焼き キャベツとツナのゆかり和え 野菜スープ	軟飯 鶏肉の照り焼き 野菜の軟煮(キャベツ・きゅうり・人参) スープ(かぶ・かぶの葉・人参)
	午後	カレーサブレ 牛乳	サブレ 麦茶
27(火)	昼食	ナポリタン さつまいものチーズ焼き(パセリ抜き) コンソメスープ	やわらかスパゲッティ(豚肉・玉ねぎ・人参) さつまいもの軟煮 スープ(玉ねぎ・人参)
	午後	おにぎり(塩昆布) 牛乳	軟飯(人参) 麦茶
28(水)	昼食	御飯 しゅうまい 野菜炒め あったか汁	軟飯 ハンバーグ 野菜の軟煮(キャベツ・玉ねぎ・人参) スープ(白菜・人参)
	午後	ヨーグルトケーキ 牛乳	ホットケーキ 麦茶
29(木)	昼食	御飯 たらの南蛮漬け ポテトサラダ みそ汁	軟飯 たらの照り焼き 野菜の軟煮(じゃが芋・きゅうり・人参) スープ(人参・玉ねぎ)
	午後	ラスク(あおのり) 牛乳	ラスク(あおのり) 麦茶
30(金)	昼食	御飯 鶏肉のみそ炒め 大根とちくわの和え物 みそ汁(赤みそ)	軟飯 鶏肉の軟煮(玉ねぎ・人参) スティック野菜(大根・きゅうり) スープ(チンゲン菜・玉ねぎ・人参)
	午後	じゃがりこ風いもち(パセリ抜き) 牛乳	じゃが芋の軟煮 麦茶
31(土)	昼食	カレーうどん さつま芋の煮物 りんごゼリー	やわらかうどん(豚肉・玉ねぎ・人参) さつま芋の軟煮 バナナ
	午後	おにぎり(菜飯) 牛乳	軟飯(人参) 麦茶