

2020年01月



# 離乳食献立表



杉戸みちのご保育園

日付	時間帯	後期	中期	初期	日付	時間帯	後期	中期	初期
04(土)	午前おやつ	お茶・麦茶 ソフトサラダせんべい			20(月)	午前おやつ	ふがし 牛乳		
	昼食	トマトライス ポテトサラダ ツナスープ	トマト粥 ポテトサラダ ツナスープ	トマト粥 つぶしポテト しらすスープ		昼食	軟飯 鶏と野菜のケチャップ煮 さつま芋とリンゴ煮物 にらスープ	粥 ささ身と野菜の煮物 さつま芋とリンゴ じゃがスープ	粥 しらすと野菜 さつま芋とリンゴ じゃがスープ
	午後おやつ	ホットツナパン スキムミルク				午後おやつ	じゃが煮 牛乳		
06(月)	午前おやつ	鈴カステラ 牛乳			21(火)	午前おやつ	キャンディーチーズ 牛乳		
	昼食	軟飯 鶏肉のすき煮 ブロッコリーのしらす和え すまし汁	粥 豆腐のすき煮 ブロッコリーのしらす和え すまし汁	粥 豆腐の野菜煮 ブロッコリーのしらす和え すまし汁		昼食	軟飯 豆腐の葱ソース ピーマンきんぴら みそ汁	粥 温奴 野菜和え みそ汁	粥 温奴 野菜和え すまし汁
	午後おやつ	きなこロール 牛乳				午後おやつ	あべかわ豆腐 牛乳		
07(火)	午前おやつ	ふがし 牛乳			22(水)	午前おやつ	せんべい 牛乳		
	昼食	いもごはん 豆腐田楽 大根と人参の和え物 みそ汁	いも粥 豆腐田楽 大根と人参の和え物 みそ汁	いも粥 温奴 大根と人参 すまし汁		昼食	チキンライス 鮭の南蛮漬け風 かぼちゃのポターージュ りんご	粥 鶏と野菜の粥 鮭の野菜煮 かぼちゃのポターージュ 煮りんご	粥 麩と野菜の粥 しらすの野菜煮 かぼちゃのポターージュ 煮りんご
	午後おやつ	野菜粥 牛乳				午後おやつ	牛乳プリン 牛乳		
08(水)	午前おやつ	きなこせんべい 牛乳			23(木)	午前おやつ	クラッカー 牛乳		
	昼食	軟飯 さばのりんごソースかけ 高野豆腐の煮物 みそ汁	粥 かれのりんご煮 高野豆腐の煮物 みそ汁	粥 かれのりんご煮 豆腐の煮物 白菜汁		昼食	軟飯 凍豆腐の煮物 じゃがいもの煮物 みそ汁	粥 凍豆腐の煮物 じゃがいもの煮物 みそ汁	粥 豆腐の煮物 じゃがいもの煮物 すまし汁
	午後おやつ	お好み焼き風ポテト 牛乳				午後おやつ	きなこトースト 牛乳		
09(木)	午前おやつ	マシュマロ 牛乳			24(金)	午前おやつ	ソフトサラダせんべい 牛乳		
	昼食	食パン 豚肉のトマトシチュー 大根サラダ みかん	パン粥 しらすのトマトシチュー 大根サラダ みかん	パン粥 しらすのトマトシチュー 大根サラダ みかん		昼食	煮込みうどん チーズ入りジャーマンポテト フルーツヨーグルト	煮込みうどん じゃがいもと玉葱 フルーツヨーグルト	煮込みうどん じゃがいもと玉葱 バナナ
	午後おやつ	しらすおにぎり 牛乳				午後おやつ	ひじきとツナ炊き込みおにぎり 牛乳		
10(金)	午前おやつ	クラッカー 牛乳			25(土)	午前おやつ	せんべい 牛乳		
	昼食	豆腐ミートスパゲティ ひじきの煮物 コンソメスープ	豆腐ミートスパゲティ さつまいもとささ身の煮物 ほうれん草スープ	豆腐とトマトのそうめん さつまいもとしらす ほうれん草スープ		昼食	マーボー丼 ワカメスープ ヨーグルト	マーボー丼 オニオンスープ ヨーグルト	豆腐丼 オニオンスープ バナナ
	午後おやつ	きなこポテト 牛乳				午後おやつ	蒸しパン 牛乳		
11(土)	午前おやつ	せんべい 牛乳			27(月)	午前おやつ	ソフトサラダせんべい 牛乳		
	昼食	パエリア ワカメスープ ヨーグルト	パエリア風粥 すまし汁 ヨーグルト	パエリア風粥 すまし汁 バナナ		昼食	軟飯 豆腐の磯焼き 切干大根の煮付け みそ汁	粥 豆腐の磯煮 ほうれん草のお浸し みそ汁	粥 温奴 ほうれん草のお浸し すまし汁
	午後おやつ	きな粉ホットケーキ 牛乳				午後おやつ	温そうめん キャンディーチーズ		
14(火)	午前おやつ	あんぱんマンビスケット 牛乳			28(火)	午前おやつ	ビスコ(小麦胚芽入り) 牛乳		
	昼食	軟飯 チキンのチーズ焼き ほうれん草のおかか和え 春雨スープ	粥 鶏の照り煮 ほうれん草の和え物 じゃがいもスープ	粥 しらすと玉葱 ほうれん草の和え物 じゃがいもスープ		昼食	しらすごはん 白身魚のかぶら蒸し 大根の煮物 みそ汁	しらす粥 白身魚のかぶら蒸し 大根の煮物 みそ汁	しらす粥 白身魚のかぶら蒸し 大根の煮物 豆腐汁
	午後おやつ	焼きうどん 牛乳				午後おやつ	きなこトースト 牛乳		
15(水)	午前おやつ	カルシウムせんべい 牛乳			29(水)	午前おやつ	マシュマロ 牛乳		
	昼食	マーボー丼 サラダ 白菜スープ	みそ豆腐丼 サラダ 白菜スープ	豆腐粥 サラダ 白菜スープ		昼食	軟飯 豆腐のケチャップ焼き キャベツのコンソメ煮 スープ	粥 温奴 キャベツのだし煮 スープ	粥 温奴 キャベツのだし煮 ポテトスープ
	午後おやつ	ボンデケーキ 牛乳				午後おやつ	フィッシュポテト 牛乳		
16(木)	午前おやつ	マシュマロ 牛乳			30(木)	午前おやつ	カルシウムせんべい 牛乳		
	昼食	オラフおにぎり ポテトグラタン 白菜とささ身と和え物 ポトフスープ	オラフ粥 ポテトサラダ 白菜とささ身と和え物 ポトフスープ	しらす粥 ポテトサラダ 白菜のきなこかけ ポトフスープ		昼食	ハワイアン丼 豆腐サラダ 野菜スープ	トマトと鶏の粥 豆腐サラダ 野菜スープ	トマトとしらすの粥 豆腐サラダ 野菜スープ
	午後おやつ	ヨーグルトゼリー スキムミルク				午後おやつ	五平餅 牛乳		
17(金)	午前おやつ	たまごボーロ 牛乳			31(金)	午前おやつ	ビスケット 牛乳		
	昼食	軟飯 たらのホイル焼き 白菜の和え物 相性汁	粥 かれいと野菜の煮物 白菜の和え物 相性汁	粥 かれいと野菜の煮物 白菜の和え物 さつまいも汁		昼食	じゃこふりかけごはん かれいと大根の煮つけ 白菜の和え物 みそ汁	しらす粥 かれいと大根の煮つけ 白菜の和え物 みそ汁	しらす粥 かれいと大根のだし煮 白菜の和え物 すまし汁
	午後おやつ	ピザトースト 牛乳				午後おやつ	野菜むしぼん 牛乳		
18(土)	午前おやつ	せんべい 牛乳							
	昼食	ツナスパゲティ ブロッコリースープ ヨーグルト	ツナスパゲティ ブロッコリースープ ヨーグルト	豆腐そうめん ブロッコリースープ バナナ					
	午後おやつ	あべかわ豆腐 牛乳							