



離乳食後期献立表



2021年1月

杉戸みちのこ保育園(離乳食 後期)

日 曜	時間帯	献立	材 料 名		日 曜	時間帯	献立	材 料 名	
4 月	午前おやつ	せんべい 牛乳	塩せんべい 牛乳		18 月	午前おやつ	鈴カステラ 牛乳	鈴カステラ 牛乳	
	昼食	軟飯 チキンソテー 切干大根の煮付け みそ汁	米 鶏むね肉(皮なし)、食塩、小麦粉、油、ケチャップ 切干大根、人参、ツナ水煮缶、しょうゆ、三温糖、油 木綿豆腐、カットわかめ、だし汁、米みそ(淡色辛みそ)			昼食	軟飯 豚肉のすき煮 いんげんの胡麻和え みそ汁	米 豚肉(もも)、玉葱、白菜、えのきたけ、長葱、油、しょうゆ、三温糖 人参、いんげん(冷凍)、ごま、三温糖、しょうゆ もやし、カットわかめ、だし汁、米みそ(淡色辛みそ)	
	午後おやつ	りんごケーキ 牛乳	小麦粉、ベーキングパウダー、りんご、三温糖、豆乳、油 牛乳			午後おやつ	ホットピザパン 牛乳	ホットケーキミックス、豆乳、油、ツナ水煮缶、玉葱、ピーマン、油、ケチャップ、とろけるチーズ 牛乳	
5 火	午前おやつ	あんぱんマンビスケット 牛乳	アンパンマンビスケット 牛乳		19 火	午前おやつ	レーズンパン 牛乳	ぶどうパン 牛乳	
	昼食	軟飯 豆腐のケチャップあんかけ ポテトサラダ けんちん汁	米 木綿豆腐、小麦粉、油、人参、しめじ、玉葱、生椎茸、ケチャップ、三温糖、片栗粉、グリーンピース じゃがいも、胡瓜、人参、ホールコーン缶、食塩 大根、人参、長葱、鶏もも肉(皮なし)、ごま油、だし汁、米みそ(淡色辛みそ)			昼食	軟飯 ミートローフ 温野菜サラダ さつまいもスープ	米 ツナ水煮缶、木綿豆腐、玉葱、人参、ひじき、パン粉、食塩、ケチャップ じゃがいも、人参、ブロッコリー、しょうゆ、ごま さつまいも、玉葱、油、豆乳、コンソメ、食塩	
	午後おやつ	おかかおにぎり 牛乳	米、食塩、かつお節、しょうゆ 牛乳			午後おやつ	納豆チヂミ 牛乳	にら、挽きわり納豆、小麦粉、ホールコーン缶、しらす干し、食塩、水、ごま油、しょうゆ、砂糖 牛乳	
6 水	午前おやつ	クラッカー 牛乳	クラッカー 牛乳		20 水	午前おやつ	揚げせんべい 牛乳	小丸揚げせんべい 牛乳	
	昼食	軟飯 鯖のねぎ焼き さつま芋の煮物 みそ汁	米 生鯖、長葱、しょうゆ さつまいも、人参、油、だし汁、しょうゆ、三温糖 じゃがいも、玉葱、だし汁、米みそ(淡色辛みそ)			昼食	ツナ和風スバゲティ 鶏の照り焼き 白菜スープ	スバゲティ、玉葱、人参、えのきたけ、しめじ、生椎茸、ツナ水煮缶、油、食塩、焼きのり 鶏むね肉(皮なし)、小麦粉、油、しょうゆ、三温糖 白菜、人参、水、コンソメ、食塩	
	午後おやつ	チーズ蒸しパン 牛乳	ホットケーキミックス、三温糖、牛乳、チーズ 牛乳			午後おやつ	豆腐の甘煮 牛乳	絹ごし豆腐、三温糖 牛乳	
7 木	午前おやつ	ビスコ 牛乳	ビスコ 牛乳		21 木	午前おやつ	ふがし 牛乳	ふがし 牛乳	
	昼食	七草風ごはん 松風焼き いんげん / 紅白和え お雑煮	米、小松菜、だいこん(葉)、しょうゆ、食塩、だし汁 鶏ひき肉、木綿豆腐、長葱、玉葱、片栗粉、米みそ(淡色辛みそ)、三温糖、ごま、あおのり いんげん、食塩 / 人参、大根、食塩 鶏もも肉(皮なし)、木綿豆腐、大根、人参、だし汁、しょうゆ			昼食	軟飯 温奴 かぶの塩あえ みそ汁	米 木綿豆腐、だし汁、しょうゆ、片栗粉 かぶ、かぶ・葉、人参、食塩 カットわかめ、葉ねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、だし汁	
	午後おやつ	紅白かんでん 牛乳	三温糖、水、かんでん(粉) 牛乳			午後おやつ	鮭のおにぎり 牛乳	米、生鮭、ごま、葉ねぎ、食塩 牛乳	
8 金	午前おやつ	せんべい 牛乳	塩せんべい 牛乳		22 金	午前おやつ	マシュマロ 牛乳	マシュマロ 牛乳	
	昼食	ほうとう風うどん たらの野菜あんかけ バナナ	干しうどん、豚肉(もも)、かぼちゃ、大根、長葱、しめじ、油、だし汁、米みそ(淡色辛みそ) たら、人参、玉葱、ごぼう、しょうゆ、三温糖、片栗粉 バナナ			昼食	軟飯 たらのポテト包み焼き キャベツとツナの和え物 みそ汁	米 たら、食塩、じゃがいも、玉葱、小麦粉、油、ケチャップ、マヨネーズ キャベツ、ホールコーン缶、ツナ水煮缶、トマト、しょうゆ 木綿豆腐、もやし、カットわかめ、だし汁、米みそ(淡色辛みそ)	
	午後おやつ	ホットツナパン 牛乳	ホットケーキミックス、豆乳、油、ツナ水煮缶、玉葱、マヨネーズ 牛乳			午後おやつ	バナナケーキ 牛乳	小麦粉、バナナ、三温糖、豆乳、油、ベーキングパウダー、レモン果汁 牛乳	
9 土	午前おやつ	せんべい 牛乳	塩せんべい 牛乳		23 土	午前おやつ	せんべい 牛乳	塩せんべい 牛乳	
	昼食	キンパ風おにぎり クッパスープ ヨーグルト	米、豚肉(もも)、しょうゆ、三温糖、油、人参、ほうれん草、もやし、ごま、食塩、ごま油 キャベツ、ピーマン、人参、鶏もも肉(皮なし)、中華だしの素、食塩、ごま油 ヨーグルト			昼食	煮込みうどん ひじきのサラダ ヨーグルト	干しうどん、人参、長葱、大根、しめじ、鶏もも肉(皮なし)、しょうゆ、だし汁 ひじき、人参、ホールコーン缶、しょうゆ ヨーグルト	
	午後おやつ	バナナスコーン 牛乳	ホットケーキミックス、バター、牛乳、バナナ 牛乳			午後おやつ	ボンデケーキ 牛乳	じゃがいも、片栗粉、米粉、三温糖、粉チーズ、牛乳 牛乳	
12 火	午前おやつ	うす焼きせんべい 牛乳	新潟仕込み(焦がし醤油) 牛乳		25 月	午前おやつ	うす焼きせんべい 牛乳	新潟仕込み(焦がし醤油) 牛乳	
	昼食	軟飯 鮭のパン粉焼き キャベツサラダ みそ汁	米 生鮭、食塩、パン粉、粉チーズ、油 キャベツ、胡瓜、人参、ホールコーン缶、しょうゆ じゃがいも、玉葱、だし汁、米みそ(淡色辛みそ)			昼食	軟飯 ポークチャップ キャベツのツナサラダ はくさいとほろさめのスープ	米 豚肉(もも)、食塩、玉葱、油、ケチャップ、食塩、コンソメ キャベツ、人参、もやし、ツナ水煮缶、干しぶどう、食塩 白菜、玉葱、春雨、長葱、コンソメ、水、しょうゆ	
	午後おやつ	豆腐蒸しパン 牛乳	木綿豆腐、ホットケーキミックス、黒ごま、三温糖 牛乳			午後おやつ	大学芋プリン 牛乳	さつまいも、三温糖、調製豆乳、ゼラチン、三温糖、しょうゆ、黒ごま 牛乳	
13 水	午前おやつ	ふがし 牛乳	ふがし 牛乳		26 火	午前おやつ	バナナ 牛乳	バナナ 牛乳	
	昼食	中華丼 真珠煮し 中華コンソメスープ	米、白菜、豚肉(もも)、生椎茸、人参、油、中華だしの素、水、食塩、しょうゆ、砂糖、片栗粉 鶏ひき肉、小松菜、長葱、片栗粉、しょうゆ、米 クリームコーン缶、食塩、中華あじ、片栗粉			昼食	鮭チーズおにぎり おでん 白菜のおかかゆ そうめん汁	米、生鮭、チーズ、ごま、かつお節 大根、鶏ひき肉、木綿豆腐、枝豆、人参、長葱、食塩、しょうゆ、食塩、だし汁 白菜、しめじ、人参、食塩、かつお節 干しそうめん、しょうゆ、だし汁	
	午後おやつ	くず餅 牛乳	片栗粉、水、三温糖 牛乳			午後おやつ	芋もち 牛乳	じゃがいも、食塩、片栗粉、油、しょうゆ、あおのり 牛乳	
14 木	午前おやつ	麦ふぁー 牛乳	麦ふぁー 牛乳		27 水	午前おやつ	クラッカー 牛乳	クラッカー 牛乳	
	昼食	ポークライス フルーツヨーグルト 実たくさん汁	米、豚肉(もも)、じゃがいも、人参、玉葱、油、しょうゆ、三温糖、焼きのり、スライスチーズ みかん缶、パイナップル缶、バナナ、干しぶどう、ヨーグルト(無糖)、三温糖 木綿豆腐、人参、大根、長葱、しめじ、食塩、しょうゆ、だし汁			昼食	軟飯 魚の野菜あんかけ 炒り豆腐 みそ汁	米 たら、しょうゆ、小麦粉、油、玉葱、人参、しょうゆ、三温糖、片栗粉 木綿豆腐、鶏ひき肉、ひじき、干椎茸、人参、玉葱、油、しょうゆ、三温糖、さやえんどう じゃがいも、カットわかめ、だし汁、米みそ(淡色辛みそ)	
	午後おやつ	ホットケーキ 牛乳	ホットケーキミックス、三温糖、豆乳 牛乳			午後おやつ	カップケーキ 牛乳	小麦粉、ベーキングパウダー、油、三温糖、調製豆乳 牛乳	
15 金	午前おやつ	ふがし 牛乳	ふがし 牛乳		28 木	午前おやつ	鈴カステラ 牛乳	鈴カステラ 牛乳	
	昼食	軟飯 豆腐のグラタン じゃが芋の甘辛煮 かぼちゃのスープ	米 木綿豆腐、ほうれん草、玉葱、しめじ、油、小麦粉、豆乳、食塩、コンソメ、パン粉 じゃがいも、三温糖、しょうゆ、ごま 鶏もも肉(皮なし)、かぼちゃ、人参、玉葱、水、コンソメ、食塩			昼食	焼きうどん ツナじゃが すまし汁 バナナ	干しうどん、キャベツ、ピーマン、人参、豚肉(もも)、油、しょうゆ、あおのり じゃがいも、人参、玉葱、ツナ水煮缶、しょうゆ、三温糖、いんげん 玉葱、葉ねぎ、だし汁、しょうゆ、食塩 バナナ	
	午後おやつ	大豆そぼろのトースト 牛乳	食パン、大豆(ゆで)、人参、玉葱、食塩、油、しょうゆ、三温糖、パン粉、油 牛乳			午後おやつ	揚げパン風シュガートースト 牛乳	食パン、バター、三温糖、パン粉、三温糖 牛乳	
16 土	午前おやつ	せんべい 牛乳	塩せんべい 牛乳		29 金	午前おやつ	せんべい 牛乳	塩せんべい 牛乳	
	昼食	豚丼 白菜スープ バナナ	米、豚肉(もも)、人参、玉葱、油、しょうゆ、三温糖、グリーンピース 白菜、コンソメ、食塩 バナナ			昼食	軟飯 ささ身の磯辺焼き チーズサラダ みそ汁	米 鶏ささ身、食塩、しょうゆ、小麦粉、あおのり、油 キャベツ、人参、ホールコーン、胡瓜、チーズ、食塩 じゃがいも、だし汁、米みそ(淡色辛みそ)	
	午後おやつ	豆蒸しパン 牛乳	小麦粉、ベーキングパウダー、三温糖、牛乳、チーズ、だいた水煮缶詰 牛乳			午後おやつ	そぼろおにぎり 牛乳	米、しょうゆ、鶏ひき肉、人参、油、三温糖、しょうゆ 牛乳	
※材料の入荷により献立が一部、変更になる場合がございます。					30 土	午前おやつ	せんべい 牛乳	塩せんべい 牛乳	
				昼食		サンドイッチ 鶏肉の照り焼き ミネストローネスープ	食パン、胡瓜、ツナ水煮缶、マヨネーズ、いちごジャム・低糖度 鶏もも肉(皮なし)、しょうゆ、三温糖 玉葱、キャベツ、人参、ホールトマト缶詰、マカロニ、油、食塩、コンソメ		
				午後おやつ		おかかおにぎり 牛乳	米、かつお節 牛乳		