



離乳食後期献立

2024年11月

杉戸みちのこ保育園

日曜	時間帯	献立名	材料名	日曜	時間帯	献立名	材料名
1 金	昼食	軟飯 蒸し魚のとろみあん 肉もやし 豆腐みそ汁	米 たら、食塩、チンゲン菜、人参、えのきたけ、油、だし汁、片栗粉 もやし、人参、ピーマン、豚肩ロース肉、ごま油、食塩、中華あじ 木綿豆腐、大根、長葱、米みそ、だし汁	18 月	昼食	軟飯 カレイのチーズ焼き 柿の白和え みそ汁	米 カレイ、にんじん、玉葱、チーズ、しょうゆ、三温糖、片栗粉、油 柿、ほうれん草、木綿豆腐、ごま、醤油、三温糖、食塩 大根、玉葱、カットわかめ、だし汁、米みそ
2 土	昼食	煮込みうどん 野菜コロッケ ヨーグルト	ゆでうどん、人参、長葱、豚肩ロース、醤油、三温糖、だし汁、片栗粉 じゃがいも、鶏ひき肉、ホールコーン缶、玉葱、食塩、小麦粉、パン粉、油 ヨーグルト(加糖)	19 火	昼食	もやし中華丼 じゃがいもサラダ スープ	米、もやし、鶏ひき肉、木綿豆腐、長葱、醤油、三温糖、米みそ、油、片栗粉 じゃがいも、人参、さやえんどう、胡瓜、卵、ごま油、中華だし、食塩、三温糖 さつま芋、キャベツ、人参、コンソメ、食塩 米
5 火	昼食	軟飯 鶏モモのみそ焼き キャベツのごま和え 豆腐すまし汁	米 鶏もも肉、米みそ、三温糖、ピーマン、赤ピーマン キャベツ、ツナ水煮缶、人参、ホールコーン缶、ごま、しょうゆ、三温糖 木綿豆腐、もやし、カットわかめ、だし汁、しょうゆ、食塩	20 水	昼食	ふりかけご飯 豆腐のみそカツ キャベツとツナの中華和え すまし汁	米、かつおのふりかけ 木綿豆腐、豚肩ロース、パン粉、油、米みそ、三温糖、すりごま、だし汁 キャベツ、ツナ水煮缶、ホールコーン缶、トマト、ごま油、しょうゆ、三温糖 白菜、えのきたけ、人参、だし汁、しょうゆ、食塩
6 水	昼食	軟飯 鯖の香味焼き マカロニのソテー みそ汁	米 生鯖、長葱、しょうゆ、三温糖 マカロニ、玉葱、ピーマン、コンソメ、食塩、油 キャベツ、ホールコーン缶、だし汁、米みそ	21 木	昼食	軟飯 白身魚の香り蒸し なすの挽肉炒め 里芋のみそ汁	米 メルルーサ、小松菜、ごま油、食塩、しょうゆ、長葱 ナス、ピーマン、人参、長葱、鶏ひき肉、油、しょうゆ、三温糖、片栗粉 木綿豆腐、里芋(冷凍)、だし汁、米みそ
7 木	昼食	軟飯 豆腐の五目焼き 中華風チキンサラダ みそ汁	米 木綿豆腐、鶏ひき肉、食塩、片栗粉、さつま芋、人参、ひじき、醤油、三温糖 鶏ささ身、キャベツ、胡瓜、トマト、ホールコーン缶、醤油、食塩、三温糖、ごま油 白菜、生椎茸、だし汁、米みそ	22 金	昼食	ナポリタン チキンピカタ 白菜豆乳スープ	スパゲティ、玉葱、ピーマン、人参、油、ケチャップ、コンソメ、三温糖 鶏むね肉、食塩、小麦粉、卵、油、コンソメ 白菜、しめじ、油、コンソメ、豆乳、片栗粉、食塩
8 金	昼食	ちゃんぽんラーメン 手作り蒸し餃子 柿	生中華麺、豚肉、キャベツ、もやし、人参、ごま油、中華だし、醤油、牛乳、水 餃子の皮、白菜、玉葱、鶏ひき肉、食塩、しょうゆ かき	25 月	昼食	軟飯 豆腐の回鍋肉 カリフラワーとささ身とえ ワカメスープ	米 木綿豆腐、豚もも肉、キャベツ、人参、もやし、玉葱、にら、油、醤油、中華だし、ごま油 カリフラワー、鶏ささ身、いんげん、人参、しょうゆ、三温糖 カットわかめ、木綿豆腐、長葱、中華だし、しょうゆ、ごま
9 土	昼食	ピラフ 洋風ポトフ バナナ	米、鶏ひき肉、玉葱、人参、生椎茸、マッシュルーム缶、グリーンピース、バター、コンソメ、食塩 じゃがいも、かぶ、人参、コンソメ、油、食塩 バナナ	26 火	昼食	鯖の三食どんぶり 里芋の煮物 みそ汁 りんご	米、生鯖、片栗粉、三温糖、しょうゆ、卵、油、ほうれん草、かつお節 里いも、人参、凍り豆腐、いんげん、だし汁、三温糖 鶏もも肉、大根、人参、だし汁、米みそ りんご
11 月	昼食	納豆ご飯 炒り豆腐 切り干し大根の煮物 すまし汁	米、ひきわり納豆、もやし、しょうゆ、青のり 木綿豆腐、鶏ひき肉、人参、玉葱、枝豆、油、卵、醤油、三温糖 切り干し大根、人参、醤油、三温糖、油 チンゲン菜、しめじ、だし汁、しょうゆ、食塩	27 水	昼食	小松菜和風うどん チキンソテー かぶのスープ	干しうどん、玉葱、小松菜、生鮭、しめじ、油、しょうゆ、食塩、だし汁 鶏むね肉、食塩、小麦粉、油、ケチャップ かぶ、さつま芋、人参、コンソメ、食塩
12 火	昼食	バターロール サーモン豆乳シチュー たまごサラダ	バターロール 生鮭、上新粉、油、ジャギも、玉葱、人参、いんげん、豆乳、コンソメ、食塩 トマト、胡瓜、ブロッコリー、レタス、卵、マヨネーズ、牛乳	28 木	昼食	軟飯 鯖の味噌煮 金平(鶏ひき肉) すまし汁	米 鯖、三温糖、米みそ、だし汁 じゃがいも、人参、鶏ひき肉、ごま油、醤油、三温糖、ごま キャベツ、木綿豆腐、えのきたけ、だし汁、しょうゆ、食塩
13 水	昼食	軟飯 お好み焼き風つくね 白菜のおかか和え みそ汁	米 鶏ひき肉、キャベツ、葉ねぎ、食塩、ソース、マヨネーズ、かつお節、青のり 白菜、人参、生食ちくわ、さつま芋、かつお節、しょうゆ 切り干し大根、玉葱、カットわかめ、だし汁、米みそ	29 金	昼食	軟飯 鶏むねおろし ほうれん草のおかか胡麻和え 豆腐のみそ汁	米 鶏むね肉、食塩、片栗粉、大根、だし汁、醤油 ほうれん草、もやし、人参、ごま、かつお節、しょうゆ 木綿豆腐、なめこ、長葱、だし汁、米みそ
14 木 誕生会 メニュー	昼食	赤飯 鶏肉のソテー 大根サラダ みそ汁	米、ささげ、ごま、食塩 鶏もも肉、しょうゆ、片栗粉、しょうゆ 大根、胡瓜、人参、しょうゆ、三温糖、ごま もやし、人参、えのきたけ、だし汁、米みそ	30 土	昼食	マーボー豆腐丼 チヂミ 中華スープ	米、木綿豆腐、鶏ひき肉、長葱、ごま油、米みそ、しょうゆ、三温糖、片栗粉 にら、しらす干し、人参、米粉、卵、食塩、ごま油、しょうゆ、三温糖 チンゲン菜、人参、絹さや、食塩、中華あじ
15 金 七五三 メニュー	昼食	三食ちらし かつおのパン粉焼き すまし汁	米、高野豆腐、人参、醤油、三温糖、卵、油、焼きのり、絹さや かつお、食塩小麦粉、パン粉、油、中濃ソース、ケチャップ、キャベツ 焼き麩、カットわかめ、だし汁、しょうゆ、食塩				
16 土	昼食	パスタパン 手作りナゲット チキンスープ					