

令和5年2月 離乳食献立表

久良岐保育園

日		後期 (9~11ヶ月)	完了期 (12~18ヶ月)	おやつ	日		後期 (9~11ヶ月)	完了期 (12~18ヶ月)	おやつ
1	りんご 水	ごはん 青のり入りハンバーグ ゆで人参 里芋とねぎの味噌汁	ごはん 豚肉と玉葱の煮物 鉄骨サラダ 里芋とねぎの味噌汁	野菜スパゲッティ 野菜スパゲッティ	21	みかん 火	ごはん 玉ねぎとつくねのケチャップ煮 小松菜和え 人参と白菜の味噌汁	ごはん 玉ねぎとつくねのケチャップ煮 にんじんしりしり 白菜と油揚げの味噌汁	おたのしみおやつ
2	オレンジ 木	ごはん 玉ねぎとささみの煮物 蒸しかぼちゃ 人参のポタージュ	ごはん 鶏肉と野菜の煮物 春雨サラダ わかめスープ	きな粉サンド きな粉サンド	22	りんご 水	ごはん 大根と人参と豆腐の煮物 キャベツ和え じゃが芋と玉葱の味噌汁	ごはん 厚揚げと大根の煮物 和風サラダ じゃが芋と玉葱の味噌汁	リンゴジュースゼリー風 リンゴジュースゼリー
3	バナナ 金	ごはん 人参と肉団子の煮物 ほうれん草和え かぼちゃとねぎの味噌汁 いちご	ごはん 人参と肉団子の煮物 ほうれん草とハムの胡麻和え かぼちゃとねぎのすまし汁 いちご	かぼちゃの甘煮 みかん	24	オレンジ 金	ごはん 鶏レバーの甘辛煮 じゃが芋マッシュ 人参ともやしの味噌汁	ごはん 鶏レバー入りポークビーンズ 切り干しサラダ もやしスープ	マカロニきなこ マカロニきなこ
4	赤ちゃん 土 せんべい	ごはん 豆腐と人参の煮物 ゆでブロッコリー バナナ	ごはん 豆腐と人参の煮物 コーンブロッコリー バナナ	赤ちゃんせんべい	25	赤ちゃん 土 せんべい	ごはん 豚ひきと野菜の煮物 蒸しかぼちゃ 白菜と人参の味噌汁	ごはん 肉味噌 白菜サラダ 人参と南瓜の味噌汁	赤ちゃんせんべい
6	ヨーグルト 月	ごはん カレイの野菜あんかけ じゃが芋マッシュ かぶとかぶ葉の味噌汁	ごはん ブリの照り焼き うのはな(いんげん・こんにやく・油揚げ)な かぶとかぶ葉の味噌汁	煮込みうどん 煮込みうどん	27	ヨーグルト 月	ごはん 白身魚の人参あんかけ 小松菜和え 豆腐とねぎの味噌汁	ごはん 鯖の西京焼き 小松菜としめじの炒め なめこ汁	蒸しじゃが じゃがバター
7	みかん 火	ごはん 鶏挽と里芋のそぼろ煮 キャベツ和え 人参と大根の味噌汁	ごはん 豚肉と野菜の味噌煮 ちりめんサラダ えのきと三つ葉のすまし汁	りんご蒸しパン りんご蒸しパン	28	バナナ 火	ごはん 人参と肉団子の煮物 ブロッコリー和え かぼちゃのポタージュ	ごはん 人参と肉団子の煮物 ブロッコリーのドレッシング和え オニオンスープ	おかかおむすび ひじきおむすび
8	りんご 水	ごはん 白菜とつくねの煮物 蒸しじゃが 人参と玉葱の味噌汁	ごはん 白菜と豚肉の蒸し煮 こふき芋 玉ねぎと舞茸の味噌汁	豆乳入りコーンフレーク 豆乳入りコーンフレーク					
9	バナナ 木	ごはん 人参入りつくね かぼちゃのマッシュ チンゲン菜と玉葱の味噌汁	ごはん チキンのハーブ焼き かぼちゃサラダ チンゲン菜スープ	おかかおむすび おかかおむすび					
10	オレンジ 金	ごはん 玉ねぎと肉団子の煮物 キャベツ和え バナナ	ごはん 玉ねぎと肉団子の豆乳煮 キャベツサラダ バナナ	煮込みうどん 煮込みうどん					
13	ヨーグルト 月	ごはん 鶏挽マーボー豆腐風 チンゲン菜和え 白菜と人参の味噌汁	ごはん マーボー豆腐 チンゲン菜の炒め風サラダ 中華風春雨スープ	野菜スパゲッティ ミネストローネ					
14	みかん 火	ごはん ささみとブロッコリーのあんかけ キャベツと人参和え じゃが芋と玉葱の味噌汁	ごはん 鶏肉とブロッコリーのケチャップ ごまキャベツ じゃが芋と玉葱の味噌汁	バナナヨーグルト バナナヨーグルト					
15	りんご 水	ごはん 鶏レバー入りハンバーグ ほうれん草和え 大根と人参の味噌汁	ごはん 鶏レバー入りハンバーグ 納豆和え 大根とわかめの味噌汁	きなこおはぎ風 きなこおはぎ風					
16	オレンジ 木	ごはん 人参入りつくね ほうれん草とキャベツの青のり和え さつま芋とねぎの味噌汁	ごはん すき焼き風(白滝なし) ほうれん草とキャベツの青のり和え さつま芋とねぎの味噌汁	すいとん(人参、長ネギ) すいとん					
17	バナナ 金	ごはん 人参と豆腐の煮物 蒸しかぼちゃ キャベツと大根の味噌汁	ごはん 厚揚げ田楽 蒸し鶏サラダ 具だくさん味噌汁(ごぼう無し)	豆乳入りコーンフレーク 豆乳入りコーンフレーク					
20	ヨーグルト 月	ごはん 鶏挽入りじゃが芋マッシュ 小松菜和え 人参と豆腐の味噌汁	ごはん 肉じゃが風 小松菜入りもやし和え 豆腐とえのきの味噌汁	かぼちゃ蒸しパン					