

2019年度

1月 離乳食献立表 同胞こども園

日	曜	5・6ヵ月ごろ	7・8ヵ月ごろ	9～11ヵ月ごろ	使用食材	おやつ
1	水	<div style="text-align: center; font-size: 2em; color: red; font-weight: bold;">年始休園</div>				
2	木					
3	金					
4	土					
6	月	こしがゆ(おもゆ) 大根のペースト	あんかけごはん 具沢山汁	あんかけごはん 具沢山汁	鶏肉 玉ねぎ 人参 大根 ねぎ(みそ)	お好み焼き風
7	火	こしがゆ(おもゆ) 人参のペースト	にゅうめん 胡瓜の和え物	にゅうめん 胡瓜の和え物	鶏肉 そうめん 玉ねぎ 人参 ねぎ わかめ	バナナ・おかし
8	水	こしがゆ(おもゆ) 豆腐のペースト	けんちん汁風 もつ煮	けんちん汁風 もつ煮	鶏肉 豆腐 鶏肝臓 里芋 大根 人参 ねぎ	芋入り蒸しパン
9	木	こしがゆ(おもゆ) じゃがいものペースト	パンがゆ スープ サラダ	食パン スープ サラダ	食パン 鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 フロッコリー キャベツ 胡瓜(マヨドレ)	ゆかりごはん
10	金	こしがゆ(おもゆ) 大根のペースト	白身魚と大豆の煮物 清汁	白身魚とひじきの煮物 みそ汁	白身魚 大豆 人参 大根 わかめ ねぎ(ひじき みそ)	サンドイッチ
11	土	こしがゆ(おもゆ) 大根のペースト	あんかけごはん	あんかけごはん	鶏肉 キャベツ ピーマン 人参	おかし
13	月	成人の日				
14	火	こしがゆ(おもゆ) 人参のペースト	白身魚と野菜の煮物 サラダ	白身魚と野菜のケチャップ煮 サラダ	白身魚 胡瓜 人参 玉ねぎ(ケチャップ)	パンケーキ
15	水	こしがゆ(おもゆ) ほうれん草のペースト	二色ごはん 清汁	二色ごはん 清汁	鶏肉 ぶ ほうれん草 大根 人参 ねぎ	おかし
16	木	こしがゆ(おもゆ) 玉ねぎのペースト	スパゲッティー煮 サラダ	スパゲッティー煮 サラダ	スパゲッティー 鶏肉 玉ねぎ フロッコリー レタス 胡瓜 トマト	わかめごはん
17	金	こしがゆ(おもゆ) 人参のペースト	鶏肉と野菜の煮物 清汁	鶏バーグ みそ汁	鶏肉 人参 玉ねぎ フロッコリー わかめ(みそ)	ふかしさつまいも
18	土	こしがゆ(おもゆ) じゃがいものペースト	パンがゆ スープ	食パン スープ	食パン 鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参	おかし
20	月	こしがゆ(おもゆ) 白菜のペースト	鶏肉と大豆の煮物 清汁	鶏肉と大豆のみそ煮 清汁	鶏肉 大豆 人参 白菜(みそ)	キャロットケーキ風
21	火	こしがゆ(おもゆ) 大根のペースト	あんかけごはん マッシュポテト	あんかけごはん ポテトサラダ	鶏肉 里芋 じゃがいも 人参 玉ねぎ 大根 胡瓜 (マヨドレ)	おかし
22	水	こしがゆ(おもゆ) 玉ねぎのペースト	鶏肉と野菜の煮物 オレンジ	鶏肉と野菜のケチャップ煮 オレンジ	鶏肉 玉ねぎ 人参 ピーマン オレンジ(ケチャップ)	おかし
23	木	こしがゆ(おもゆ) キャベツのペースト	白身魚と野菜の煮物 サラダ	白身魚と野菜の煮物 サラダ	白身魚 かぶ 玉ねぎ 人参 キャベツ(ツナ)	ふかしいも
24	金	こしがゆ(おもゆ) 豆腐のペースト	具沢山汁 納豆和え	具沢山汁 納豆和え	鶏肉 豆腐 納豆 里芋 大根 人参 ねぎ 小松菜	おかし
25	土	こしがゆ(おもゆ) 玉ねぎのペースト	スパゲッティー煮	スパゲッティー煮	スパゲッティー 鶏肉 玉ねぎ ピーマン(ケチャップ)	おかし
27	月	こしがゆ(おもゆ) じゃがいものペースト	あんかけごはん サラダ	あんかけごはん サラダ	鶏肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ キャベツ (ケチャップ マヨドレ)	みかん・おかし
28	火	こしがゆ(おもゆ) 大根のペースト	筑前煮風 野菜の和え物	筑前煮風 野菜の和え物	鶏肉 大根 人参 いんげん 胡瓜 キャベツ	おかし
29	水	こしがゆ(おもゆ) 人参のペースト	具入りごはん スープ	具入りご飯 スープ	鶏肉 玉ねぎ 人参 フロッコリー キャベツ	ジャコトースト
30	木	こしがゆ(おもゆ) ほうれん草のペースト	白身魚と野菜の煮物 清汁	白身魚と野菜の煮物 みそ汁	白身魚 ほうれん草 人参 玉ねぎ ねぎ(切干大根 みそ)	おかし
31	金	こしがゆ(おもゆ) 玉ねぎのペースト	鶏肉と野菜の煮物 サラダ	鶏肉と野菜の煮物 サラダ	鶏肉 胡瓜 人参 カリフラワー 玉ねぎ(マヨドレ)	おかし

※7・8はおかゆ、9～11は軟飯が主食です おやつは後期のみです。
 ()は9～11のみの食材です。※月齢で異なる時もあります。
 食材の状況により変更する場合があります。

