

1月



保育園離乳食献立表



所沢市立保育園 2018年

日(曜)	7・8ヶ月頃		9・10・11ヶ月頃		12~18ヶ月頃	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後
4日(木)	粥 ツナとじゃが芋の煮物 人参スティック わかめと玉ねぎのみそ汁	きなこがゆ じゃがいもと人参のみそ汁 ブラマンジェ	粥 ツナとじゃが芋の煮物 人参スティック わかめと玉ねぎのみそ汁	マカロニのきなこあえ じゃがいもと人参のみそ汁 ブラマンジェ	軟飯 ミニトマト・カレー 人参スティック わかめと玉ねぎのみそ汁	マカロニのきなこあえ じゃがいもと人参のみそ汁 ブラマンジェ
5日(金)	粥 高野豆腐の煮物 きゅうりスティック 根菜のみそ汁	パンがゆ さつま芋のあっさりシチュー ほぐしみかん	粥 高野豆腐の煮物 きゅうりスティック 根菜のみそ汁	カリカリトースト さつま芋のあっさりシチュー みかん	軟飯 鮭フライ 海藻サラダ 根菜のみそ汁	ライ麦パン さつま芋のあっさりシチュー みかん
6日(土)	肉うどん さつまいもスティック ほうれん草のおひたし	チーズがゆ ほうれん草と玉ねぎのみそ汁 すりおろしりんご	肉うどん さつまいもスティック ほうれん草のおひたし	チーズがゆ ほうれん草と玉ねぎのみそ汁 りんご	肉うどん さつまいもスティック ほうれん草のおひたし	チーズがゆ ほうれん草と玉ねぎのみそ汁 りんご
9日(火)	粥 つくねのオニオンソース 温野菜サラダ 玉ねぎと麩のみそ汁	パンがゆ ミネストローネ バナナ	粥 つくねのオニオンソース 温野菜サラダ 玉ねぎと麩のみそ汁	トースト ミネストローネ バナナ	軟飯 鶏肉のむね肉かけ マカロニサラダ もやしと油揚げのみそ汁	トースト ミネストローネ バナナ
10日(水)	粥 肉みそ豆腐 ブロッコリーのおかかあえ わかめスープ	鮭がゆ 大根スティック 人参と玉ねぎのみそ汁	粥 肉みそ豆腐 ブロッコリーのおかかあえ わかめスープ	鮭がゆ 大根スティック 人参と玉ねぎのみそ汁	軟飯 マーボー豆腐 ブロッコリーのおかかあえ わかめスープ	鮭のおにぎり 大根スティック 人参と玉ねぎのみそ汁
11日(木)	粥 大根のそぼろ煮 粉ふきいも 小松菜のみそ汁	あずきがゆ 粉ふきいも ほぐしみかん	粥 大根のそぼろ煮 粉ふきいも 小松菜のみそ汁	あずきがゆ 豚汁 みかん	軟飯 つくねの甘辛だれ 切り干し大根の煮つけ 小松菜のみそ汁	あずきがゆ 豚汁 みかん
12日(金)	粥 カレイのあけほの煮 小松菜のごま和え かぶのみそ汁	パンがゆ ポトフ ブラマンジェ	粥 カレイのあけほの煮 小松菜のごま和え かぶのみそ汁	コッペパン ポトフ ブラマンジェ	軟飯 さばの塩焼き 小松菜のごま和え かぶのみそ汁	コッペパン ポトフ ブラマンジェ
13日(土)	煮込みうどん プレーンヨーグルト 煮りんご	アップルパンがゆ ジュリアンスープ バナナ	焼うどん プレーンヨーグルト りんご	アップルパン ジュリアンスープ りんご	焼きそば ヨーグルト りんご	アップルパン ジュリアンスープ バナナ
15日(月)	粥 煮込みハンバーグ ひじき煮 ワタンスープ	ライスだんご汁 いんげんスティック 煮ブルーネ	粥 煮込みハンバーグ ひじき煮 ワタンスープ	ライスだんご汁 いんげんスティック 煮ブルーネ	軟飯 ポークチャップ ひじきのサラダ ワタンスープ	ライスだんご汁 いんげんスティック ブルーネ
16日(火)	粥 肉じゃが ブロッコリーのやわらか煮 玉ねぎと麩のみそ汁	じゃがもち 春雨スープ すりおろしりんご	粥 肉じゃが 青くてブロッコリー 玉ねぎと麩のみそ汁	じゃがもち 春雨スープ りんご	軟飯 じゃが芋とベーコンの煮物 ブロッコリーのみナムル もやしと麩のみそ汁	デニッシュパン 春雨スープ りんご
17日(水)	パンがゆ 大根のコーン煮 肉団子の青菜あんかけ さつまいものあっさりシチュー	人参がゆ かぼちゃのそぼろあん 大根のみそ汁	コッペパン 大根のコーン煮 肉団子の青菜あんかけ さつまいものあっさりシチュー	人参がゆ かぼちゃのそぼろあん 大根のみそ汁	コッペパン ウィナー ほうれん草とコーンのあえ物 あっさりシチュー	人参のおにぎり かぼちゃのそぼろあん 大根のみそ汁
18日(木)	粥 ビーフソテー 粉ふきいも かぶのスープ	いもがゆ キャベツと麩のみそ汁 バナナ	粥 ビーフソテー 粉ふきいも かぶのスープ	いもがゆ キャベツと麩のみそ汁 バナナ	軟飯 ビーフソテー 粉ふきいも かぶのスープ	いもがゆ キャベツと麩のみそ汁 バナナ
19日(金)	粥 チキンハンバーグ キャベツのおかかあえ じゃがいもとわかめのみそ汁	かぼちゃのチーズ煮 ライススープ 煮ブルーネ	粥 チキンハンバーグ キャベツのおかかあえ じゃがいもとわかめのみそ汁	かぼちゃのチーズ焼き ライススープ 煮ブルーネ	軟飯 タンドリーチキン キャベツとパインのサラダ じゃがいもとわかめのみそ汁	かぼちゃのチーズ焼き ライススープ ブルーネ
20日(土)	みそ煮込みうどん 人参スティック すりおろしりんご	ぶどうパンがゆ 人参スティック バナナ	みそ煮込みうどん 人参スティック りんご	ぶどうパン ほうれん草スープ バナナ	カレーうどん 人参スティック りんご	ぶどうパン ほうれん草スープ バナナ
22日(月)	粥 肉団子のトマト煮 いそあえ 豆腐のみそ汁	ツナおじや 大根のみそ汁 ほぐしみかん	粥 肉団子のトマト煮 いそあえ 豆腐のみそ汁	ツナおじや 大根のみそ汁 みかん	軟飯 鶏肉のうま煮 いそあえ なめこ豆腐のみそ汁	ツナとえのきのおにぎり 大根のみそ汁 みかん
23日(火)	粥 高野豆腐のそぼろ煮 きゅうりスティック 白菜のみそ汁	パンがゆ 野菜スープ ブラマンジェ	粥 高野豆腐のそぼろ煮 きゅうりスティック 白菜のみそ汁	食パン 野菜スープ ブラマンジェ	軟飯 高野豆腐の煮物 きゅうりの塩ナムル 白菜のみそ汁	食パン 野菜スープ ブラマンジェ
24日(水)	粥 さわらのみそ煮 五目豆 キャベツのみそ汁	にゅうめん 煮奴 ほぐしみかん	粥 さわらのみそ煮 五目豆 キャベツのみそ汁	にゅうめん 煮奴 みかん	軟飯 さわらのみそ焼き 五目豆 キャベツと油揚げのみそ汁	にゅうめん 煮奴 みかん
25日(木)	粥 大根と鶏の煮物 チンゲン菜のごま和え わかめと玉ねぎのみそ汁	トマトパンがゆ 大根スープ 煮りんご	粥 大根と鶏の煮物 チンゲン菜のごま和え わかめと玉ねぎのみそ汁	トマトパン 大根スープ りんご	軟飯 大根と鶏の煮物 チンゲン菜のごま和え えのきのスープ	トマトパン 大根スープ りんご
26日(金)	粥 かぼちゃのそぼろ煮 きゅうりスティック ほうれん草のみそ汁	リゾット チキンスープ ほぐしみかん	粥 かぼちゃのそぼろ煮 きゅうりスティック ほうれん草のみそ汁	リゾット チキンスープ ほぐしみかん	ハヤシライス きゅうりとコーンの和え物 ほうれん草のみそ汁	リゾット チキンスープ ほぐしみかん
27日(土)	ミートうどん ブロッコリーのスープ バナナ	パンがゆ ミルクスープ さつまいもスティック	ミートうどん ブロッコリーのスープ バナナ	トースト ミルクスープ さつまいもスティック	ミートスパゲティ ブロッコリーのスープ バナナ	黒糖パン ミルクスープ さつまいもスティック
29日(月)	粥 かじきのトマト煮 大根と人参のきんぴら ほうれん草のみそ汁	すいとん 粉ふきいも プレーンヨーグルト	粥 かじきのトマト煮 大根と人参のきんぴら ほうれん草のみそ汁	すいとん 粉ふきいも プレーンヨーグルト	軟飯 かじきのねぎみそ焼き 切り昆布の煮物 ほうれん草のみそ汁	すいとん 粉ふきいも プレーンヨーグルト
30日(火)	粥 鶏レバーのごま煮 小松菜のおひたし 大根のみそ汁	わかめがゆ さつまいもと鶏肉のみそ汁 りんご	粥 鶏レバーのごま煮 小松菜のおひたし 大根のみそ汁	わかめがゆ さつまいもと鶏肉のみそ汁 りんご	軟飯 レバーのごまだれ 小松菜のえのきあえ 大根のみそ汁	わかめおにぎり さつまいもと鶏肉のみそ汁 りんご
31日(水)	粥 豆腐のそぼろあん きゅうりスティック かぼちゃのみそ汁	じゃこパンがゆ 小松菜と麩のみそ汁 ほぐしみかん	粥 豆腐のそぼろあん きゅうりスティック かぼちゃのみそ汁	じゃこサンド 小松菜と麩のみそ汁 みかん	軟飯 厚揚げの煮物 きゅうりの即席揚げ かぼちゃのみそ汁	じゃこトースト 小松菜と麩のみそ汁 みかん

