

2017年(平成28年度)

1月離乳食献立



18日 お弁当の日★
20日 お誕生日会★

主 食	10倍		7倍		5倍		軟飯		ごはん		おやつ
	60g		70g		80g		90g		70g		
1	日	★元旦★									
2	月	★振替休日★									
3	火	★年始休み★									
4	水	ほうれん草と人参 すまし汁 じゃが芋とブロッコリーの煮物						ごはん ミートボール スクランブルエッグ ほうれん草のサラダ 野菜のみそ汁		おせんべい ラムネ 牛乳	
5	木	白身魚の煮物 すまし汁 玉ねぎの煮物			白身魚のみそ煮 すまし汁 マカロニと玉ねぎの煮物			ごはん 鯖のみそ煮 マカロニカレー炒め 卵汁		ビスケット ラムネ 牛乳	
6	金	すうどん かぼちゃの煮物 きゅうりとキャベツの煮物			肉うどん 切干大根の煮物 きゅうりとキャベツの煮物			ごはん 肉うどん 切干大根の煮物 油揚げの酢の物		おせんべい ラムネ 牛乳	
7	土	じゃこと人参の煮物 すまし汁 さつまいもの煮物						じゃことごはん ブロッコリーと卵のサラダ さつまいものみそ汁		ビスケット ラムネ 牛乳	
9	月	★成人の日★									
10	火	じゃが芋の煮物 すまし汁 玉ねぎとほうれん草の煮物			じゃが芋と牛シチの煮物 すまし汁 玉ねぎとほうれん草の煮物			ごはん 千草焼 ハムサラダ 野菜のみそ汁		★手作りおやつ★ ウィンナーボンデージュ・牛乳	
11	水	すうどん かぼちゃの煮物 じゃこときゅうりの煮物			卵うどん かぼちゃのそぼろ煮 じゃこときゅうりの煮物			ごはん きつねうどん 南瓜のそぼろ煮 じゃこの酢の物		おせんべい ラムネ 牛乳	
12	木	りんごの煮物 人参の煮物 すまし汁		りんごの煮物 高野豆腐と人参の煮物		おからハンバーグ マカロニと人参の煮物 すまし汁		ごはん おからハンバーグ マカロニサラダ ごぼうのみそ汁		★手作りおやつ★ じゃがコーンピザ・牛乳	
13	金	ハヤシライス風 すまし汁 白菜とキャベツの煮物			ハヤシライス風 すまし汁 白菜とキャベツの煮物			カレーライス 卵の酢の物 果物 白菜とベーコンのスープ		ビスケット ラムネ 牛乳	
14	土	玉ねぎの煮物 すまし汁 ブロッコリーの煮物		玉ねぎとチーズの煮物 すまし汁 ブロッコリーの煮物				ツナの炊き込みご飯 野菜のみそ汁 チーズ入りスクランブルエッグ		おせんべい ラムネ 牛乳	
16	月	豆腐の煮物 すまし汁 レタスと大根の煮物			豆腐のそぼろ煮 すまし汁 レタスと大根の煮物			そぼろ丼 豆腐サラダ チーズ 大根のみそ汁		★手作りおやつ★ ビーフン・お茶	
17	火	じゃが芋の煮物 すまし汁 かぼちゃの煮物			じゃが芋と鶏ミンチの煮物 すまし汁 かぼちゃの煮物			ごはん 鶏のからあげ ポテトサラダ えのきのみそ汁		★手作りおやつ★ 人参とおからのケーキ・牛乳	
18	水	★お弁当の日★									
19	木	白身魚の煮物 すまし汁 ほうれん草と白菜の煮物			白身魚のみそ煮 すまし汁 ほうれん草と白菜の煮物			ごはん 鯖のみそ煮 ほうれん草のごま和え 八宝汁		★手作りおやつ★ ヨーグルト和え	
20	金	豆腐と人参の煮物 キャベツときゅうりの煮物 すまし汁						ちらし寿司 えのきのごま和え 豆腐のみそ汁		おせんべい ラムネ 牛乳	
21	土	じゃことさつまいもの煮物 すまし汁 バナナの煮物						じゃことごはん ブロッコリーと卵のサラダ さつまいものみそ汁		ビスケット ラムネ 牛乳	
23	月	ブロッコリーの煮物 すまし汁 ほうれん草の煮物		ブロッコリーの煮物 すまし汁 ほうれん草の煮物		ミートスパゲティ すまし汁 ほうれん草とチーズの煮物		ごはん ミートスパゲティ コールスローサラダ 玉ねぎとじゃが芋のみそ汁		★手作りおやつ★ かぼちゃのプリン	
24	火	じゃが芋の煮物 すまし汁 玉ねぎとキャベツの煮物			じゃが芋と牛シチの煮物 すまし汁 玉ねぎとキャベツの煮物			ごはん 千草焼 ハムサラダ 野菜のみそ汁		★手作りおやつ★ ウィンナーボンデージュ・牛乳	
25	水	すうどん かぼちゃの煮物 じゃこときゅうりの煮物			卵うどん かぼちゃのそぼろ煮 じゃこときゅうりの煮物			ごはん きつねうどん 南瓜のそぼろ煮 じゃこの酢の物		おせんべい ラムネ 牛乳	
26	木	りんごの煮物 人参の煮物 すまし汁		りんごの煮物 高野豆腐と人参の煮物		おからハンバーグ マカロニと人参の煮物 すまし汁		ごはん おからハンバーグ マカロニサラダ ごぼうのみそ汁		★手作りおやつ★ じゃがコーンピザ・牛乳	
27	金	ハヤシライス風 すまし汁 白菜とキャベツの煮物			ハヤシライス風 すまし汁 白菜とキャベツの煮物			カレーライス 卵の酢の物 果物 白菜とベーコンのスープ		ビスケット ラムネ 牛乳	
28	土	ほうれん草の煮物 すまし汁 ブロッコリーの煮物		ほうれん草とチーズの煮物 すまし汁 ブロッコリーの煮物				ツナの炊き込みご飯 野菜のみそ汁 チーズ入りスクランブルエッグ		おせんべい ラムネ 牛乳	
30	月	豆腐の煮物 すまし汁 レタスと大根の煮物			豆腐のそぼろ煮 すまし汁 レタスと大根の煮物			そぼろ丼 豆腐サラダ チーズ 大根のみそ汁		★手作りおやつ★ ビーフン・お茶	
31	火	じゃが芋の煮物 すまし汁 かぼちゃと玉ねぎの煮物			じゃが芋と鶏ミンチの煮物 すまし汁 かぼちゃと玉ねぎの煮物			ごはん 鶏のからあげ ポテトサラダ えのきのみそ汁		★手作りおやつ★ 人参とおからのケーキ・牛乳	

月齢はあくまでも目安で、調理形態・分量・献立内容は、一人一人の発達に応じて出しています。

アレルギーのある子には、代替食・除去食をだしています。

昆布だしを使って味付けしています。