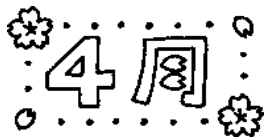


令和6年





離乳食献立表

新生さくら保育園

| 日にち | 献立名 | 材料名 | | | 午後おやつ |
|-------|--|-------------------|------------|--|-------------------------|
| | | 熱や力となる食品 | 血や肉となる食品 | 体の調子を整える食品 | |
| 2・16 | 野菜の煮びたし 切干大根のスープ しらすがゆ | 米・米粉パン | しらす・豆腐・みそ | ごぼう 大根 玉ねぎ さつまいも しめじ ねぎ 切干大根 人参 みかん | 米粉パン・みかん |
| 3・17 | 肉じゃが 人参スープ おかゆ | 米 豆乳ロールパン じゃが芋 | 鶏ささみひき肉・ツナ | じゃが芋 コーン 人参 キャベツ もやし 小松菜 | ツナがゆ |
| 4・18 | さわらの野菜あんかけ 玉ねぎのみそ汁 おかゆ | 米 | ツナ みそ | ブロッコリー きゅうり 小松菜 人参 玉ねぎ もやし | 野菜がゆ |
| 5・30 | ツナじゃが チンゲン菜のスープ 野菜がゆ | 米 米粉パン じゃが芋 | ツナ しらす | 玉ねぎ 人参 ピーマン コーン もやし チンゲン菜 青のり | 米粉パン |
| 6・20 | 豆腐の野菜あんかけ丼 もやしのみそ汁 | 米 | 豆腐 みそ | 人参 ねぎ もやし 小松菜 | 6日：きな粉蒸しパン 20日：塩せんべい |
| 8・22 | 春雨の和えもの 豆腐のみそ汁 おかゆ | 米 春雨 | 豆腐 みそ | 玉ねぎ わかめ みかん もやし ねぎ 人参 | 人参がゆ |
| 9・23 | 鮭の野菜あんかけ 大根すまし汁 おかゆ・いちご | 米 じゃが芋 | 鮭 | キャベツ 人参 玉ねぎ 大根 さやえんどう いちご 青のり | 磯がゆ |
| 10・24 | しらすとチンゲン菜の煮 浸し・野菜トマトスープ 豆乳ロールパン 10日：バナナ | じゃが芋 大豆 | しらす | 玉ねぎ チンゲン菜 もやし 人参 | 野菜がゆ |
| 11・25 | 肉じゃが キャベツスープ おかゆ | 米 米粉パン じゃが芋 | 鶏ささみひき肉 | 玉ねぎ 人参 キャベツ もやし きゅうり | 米粉パン |
| 12・26 | 豆腐の野菜あんかけ わかめスープ おかゆ・オレンジ | 米 | 豆腐 みそ | 玉ねぎ 人参 もやし わかめ 小松菜 | 野菜がゆ |
| 13・27 | 野菜うどん 小松菜とツナの煮びたし | うどん 米 | ツナ | 人参 ねぎ もやし | 塩せんべい |
| 15 | メカジキの野菜あんかけ 玉ねぎのすまし汁 おかゆ | 米 米粉パン | メカジキ | ほうれん草 もやし 人参 玉ねぎ いちご | 米粉パン・いちご |
| 19 | 豆腐の野菜あんかけ もやしのスープ おかゆ | 米 マカロニ | 豆腐 きな粉 | 玉ねぎ 人参 チンゲン菜 白菜 もやし | マカロニきなこ |

※献立は変更になる場合があります。



※献立は後期食になります。中期食は段階に合わせて調理します。

※調味料のさとう・塩・酢・味噌・しょうゆは適宜使用します。

