



離乳食献立表

新生第2保育園さくらナーサリー

日にち	献立名	材料名			午後のおやつ
		熱や力となる食品	血や肉となる食品	からだの調子を整える食品	
1	メカジキと野菜の煮物 玉ねぎのみそ汁 おかゆ	米	メカジキ 赤みそ	レタス もやし きゅうり あさつき 玉ねぎ	マカロニきな粉
2・14	冬瓜汁 納豆サラダ おかゆ	米 小麦粉	鶏ささみひき肉 納豆	冬瓜 小松菜 人参 ねぎ レタス コーン缶	パンケーキ
3・17	夏野菜と肉団子のトマト煮 キャベツのスープ おかゆ	米	鶏ささみひき肉	玉ねぎ 人参 とうもろこし なす パプリカ パナナ	バナナ
4・24	豆腐とツナの炒め煮 なすのみそ汁 おかゆ	米 小麦粉	ツナ水煮缶 豆腐	玉ねぎ 人参 なす あさつき にら	蒸しパン
7	野菜あんかけそうめん じゃがいもの煮物	米 じゃがいも	鶏ささみひき肉	玉ねぎ 人参 きゅうり	塩せんべい
8・22	メカジキのみそ煮 小松菜のすまし汁 おかゆ	米 じゃがいも	メカジキ 赤みそ	小松菜 人参 もやし 玉ねぎ あさつき	じゃがいものおやき
9・25	トマトと肉団子のスープ 南瓜の煮物 食パン	食パン 米	鶏ささみひき肉	トマト 玉ねぎ なす キャベツ 南瓜 ブロッコリー とうもろこし	とうもろこしがゆ
10・31	肉団子のみそ煮 なすのみそ汁 おかゆ	米 食パン	鶏ささみひき肉	玉ねぎ 人参 ブロッコリー なす コーン缶	食パンスティック
11・28	マーボー豆腐 わかめスープ おかゆ	米	鶏ささみひき肉 豆腐 合わせみそ	玉ねぎ 人参 ビーマン ねぎ 乾燥わかめ もやし コーン缶	バナナ
15・29	じゃがいもとしらすのソテー キャベツのスープ おかゆ	米 じゃがいも	しらす	玉ねぎ キャベツ 人参 ほうれん草	ほうれん草のパンケーキ
16	カレイの野菜あんかけ きゅうりのスープ おかゆ	米 さつまいも	カレイ	玉ねぎ 人参 ビーマン きゅうり	ふかしいも
18	じゃがいものそぼろあん キャベツスープ 食パン	食パン 米 じゃがいも	鶏ささみひき肉	人参 きゅうり トマト 玉ねぎ キャベツ	ねぎがゆ
23	肉団子のトマト煮 もやしのスープ おかゆ	米	鶏ささみひき肉 豆腐	玉ねぎ ビーマン 人参 トマト きゅうり あさつき コーン缶 もやし	豆腐パンケーキ
30	野菜がゆ とうもろこしのスープ	米	豆腐	人参 キャベツ とうもろこし	塩せんべい
土曜日	野菜がゆ または 野菜うどん じゃが芋の煮物 または 豆腐のスープ	米 じゃがいも	豆腐	玉ねぎ ねぎ 人参 もやし 小松菜	塩せんべい

※中期から、かつおの削り節でとただしを使用しています。
※献立は変更になる場合があります。 ※必要に応じ片栗粉を使用します。

