



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・13	鶏肉とキャベツの煮物 もやしスープ おかゆ	米 米粉	鶏ささみひき肉	キャベツ 玉ねぎ 人参 ねぎ もやし	米粉パンケーキ
2・30	野菜のそぼろ煮 レタスのスープ おかゆ バナナ	米 米粉パン	鶏ささみひき肉 豆腐	玉ねぎ 人参 ケチャップ とうもろこし パプリカ レタス きゅうり バナナ	米粉パン
3	肉団子と野菜の煮物 ブロッコリースープ おかゆ	米	鶏ささみひき肉 豆腐	人参 コーン缶 ブロッコリー 玉ねぎ バナナ	バナナ
6・27	肉みそがゆ 春雨スープ オレンジ	米 米粉	鶏ささみひき肉	玉ねぎ パプリカ 人参 なす チンゲン菜 にら ほうれん草 オレンジ	ほうれん草の パンケーキ
7・29	ツナじゃが ブロッコリースープ 米粉パン	米 米粉パン	ツナ水煮缶	玉ねぎ 人参 きゅうり トマト レタス ブロッコリー とうもろこし	おかかがゆ
8・21	冬瓜汁 納豆とレタスの煮浸し おかゆ	米	納豆 豆腐	冬瓜 小松菜 人参 ねぎ レタス コーン缶	米粉パン
9・23	ほうれん草と肉団子の煮物 なすのみそ汁 おかゆ	米 じゃがいも	鶏ささみひき肉 赤みそ	ねぎ 玉ねぎ ほうれん草 もやし 人参 なす	じゃがいもの甘辛煮
10・24	たらと野菜の煮物 豆腐のみそ汁 おかゆ	米	たら 豆腐	きゅうり もやし 人参 わかめ ねぎ すいか バナナ	すいか バナナ
14	豆腐のそぼろあんかけ キャベツのみそ汁 おかゆ	米 米粉	鶏ささみひき肉 豆腐 合わせみそ	玉ねぎ 小松菜 人参 キャベツ あさつき	米粉パンケーキ
15	肉団子のトマト煮 じゃがいものスープ 米粉パン	米 じゃがいも 米粉パン	鶏ささみひき肉	トマト 玉ねぎ なす ズッキーニ キャベツ	おかかがゆ
16	豆腐と人参の煮物 玉ねぎのスープ おかゆ	米 米粉	豆腐 ツナ水煮缶	キャベツ にら 玉ねぎ 人参 ねぎ	米粉パンケーキ
17・31	鮭と野菜の煮物 玉ねぎのすまし汁 おかゆ	米	鮭	ほうれん草 人参 もやし 玉ねぎ わかめ	米粉パン
28	キャベツとツナの煮浸し じゃがいものスープ おかゆ バナナ	米 じゃがいも 米粉	ツナ水煮缶	人参 キャベツ ねぎ きゅうり バナナ	米粉パンケーキ
22	肉団子のケチャップ煮 ほうれん草のスープ おかゆ	米	鶏ささみひき肉	玉ねぎ 人参 ピーマン ブロッコリー キャベツ きゅうり ほうれん草	米粉蒸しパン
土曜日	野菜がゆ じゃがいものスープ	米 じゃがいも	ツナ水煮缶	玉ねぎ ほうれん草 コーン缶 トマト缶	塩せんべい

※中期から、かつおの削り節でとっ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。

