

1月 離乳食献立表

令和4年1月5日 荘原保育園

	3 回 食			3 回 食	
	献 立	材 料		献 立	材 料
1/3 (月)	年始休園		1/18 (火)	軟飯又はお粥 煮魚 和え物 豆腐の汁	米 白身魚 ほうれん草、人参、もやし 豆腐、ブロッコリー、しめじ
1/4 (火)	年始休園		1/19 (水)	軟飯又はお粥 ポテト入りつくね焼き 和え物 野菜スープ	米 鶏ミンチ、じゃが芋、玉ねぎ、片栗粉 キャベツ、きゅうり 大根、人参、さつまい
1/5 (水)	軟飯又はお粥 魚の照り焼き サラダ 野菜スープ	米 白身魚 マカロニ、ブロッコリー、人参 大根、玉ねぎ、しめじ	1/20 (木)	軟飯又はお粥 ササミの青のり焼き お浸し 野菜スープ	米 鶏ササミ、青のり、小麦粉 小松菜、人参、もやし かぼちゃ、大根、玉ねぎ
1/6 (木)	軟飯又はお粥 焼き魚 スティック煮 野菜スープ	米 鮭 大根、人参 白菜、さつまい、ブロッコリー	1/21 (金)	軟飯又はお粥 魚のムニエル コロコロサラダ 野菜スープ	米 白身魚、小麦粉 じゃが芋、きゅうり、ひじき 青梗菜、人参、もやし
1/7 (金)	軟飯又はお粥 つくね焼き サラダ 野菜スープ	米 鶏ミンチ、豆腐、玉ねぎ、片栗粉 じゃが芋、トマト 大根、玉ねぎ、きゅうり	1/24 (月)	軟飯又はお粥 焼き魚 白和え 野菜スープ	米 鮭 キャベツ、人参、豆腐 かぶ、白菜、玉ねぎ
1/10 (月)	成人の日		1/25 (火)	軟飯又はお粥 ササミ煮 スティック煮 野菜スープ	米 鶏ササミ、白菜 大根、きゅうり キャベツ、ブロッコリー、人参
1/11 (火)	軟飯又はお粥 魚のコーンクリーム焼き 和え物 野菜スープ	米 白身魚、コーンクリーム ほうれん草、人参 大根、キャベツ、玉ねぎ	1/26 (水)	軟飯又はお粥 ササミと野菜煮 お浸し 野菜スープ	米 鶏ササミ、さつまい ほうれん草、白菜、もやし 大根、人参、ブロッコリー
1/12 (水)	軟飯又はお粥 ササミ煮 野菜の納豆和え 野菜スープ	米 鶏ササミ、白菜 ほうれん草、人参、納豆 ブロッコリー、玉ねぎ、もやし	1/27 (木)	軟飯又はお粥 魚の照り焼き 和え物 野菜スープ	米 白身魚 キャベツ、人参 大根、じゃが芋、白菜
1/13 (木)	軟飯又はお粥 焼き魚 茹で野菜 野菜スープ	米 鮭 ブロッコリー、人参 玉ねぎ、白菜、小松菜	1/28 (金)	トースト ハンバーグ サラダ 野菜スープ	プレーン食パン 豚ミンチ、豆腐、玉ねぎ、片栗粉 じゃが芋、ブロッコリー キャベツ、人参、玉ねぎ
1/14 (金)	煮込みうどん 松風焼き 和え物	ゆでうどん、白菜、人参 鶏ミンチ、豆腐、玉ねぎ、青のり キャベツ、ブロッコリー	1/31 (月)	軟飯又はお粥 魚の照り焼き お浸し 野菜スープ	米 白身魚 青梗菜、人参 大根、白菜、さつまい
1/17 (月)	軟飯又はお粥 ハンバーグ サラダ 野菜スープ	米 豚ひき肉、豆腐、玉ねぎ、片栗粉 さつまい、きゅうり、人参 大根、人参、白菜			

- * 献立は都合により変更することがあります。
- * 保育園の離乳食には、おうちで食べられた食品のみを使用致します。
- * 少量の醤油、味噌、みりん、三温糖を使用する場合があります。

