

1月の献立表 (0・1・2歳児)

日	曜	午前のおやつ	昼食	午後のおやつ	離乳食(中期)	離乳食(後期)
6	月	かし ミルク	肉じゃが、味噌汁、りんご	かし 牛乳	じゃが煮(じゃがいも、玉ねぎ、人参) 味噌汁(豆腐、わかめ、ねぎ)、りんご	じゃが煮(じゃがいも、玉ねぎ、人参) 味噌汁(豆腐、わかめ、ねぎ)、りんご
7	火	かし 牛乳	ぶりの照り焼き、マカロニサラダ、七草汁	かし 牛乳	豆腐と野菜の煮物(豆腐、白菜、大根) きゅうりと人参の和え物(きゅうり、人参)	豆腐と野菜の煮物(豆腐、白菜、大根) マカロニサラダ(マカロニ、きゅうり、人参)
8	水	かし 牛乳	カレーピラフ、コーンポタージュ、バナナ	NEW:かぼちゃのソフトクッキー 幼児牛乳	おじや(米、人参、玉ねぎ、ピーマン、鶏ささみ) コーンスープ(クリームコーン、玉ねぎ、粉ミルク)、バナナ	おじや(米、人参、玉ねぎ、ピーマン、鶏ささみ) コーンスープ(クリームコーン、玉ねぎ、粉ミルク)、バナナ
9	木	かし 牛乳	手作りさつま揚げ、野菜添え、味噌汁	かし ミロミルク	麩と野菜の煮物(麩、玉ねぎ、キャベツ、ねぎ) 味噌汁(白菜、さつまいも、人参)	麩と野菜の煮物(麩、玉ねぎ、キャベツ、ねぎ) 味噌汁(白菜、さつまいも、人参)
10	金	あっさりポテト 牛乳	ふりかけ、華風雑煮 彩りの和え物、みかん	りんごの蒸しパン 幼児牛乳	豆腐と白菜のトロトロ煮(豆腐、白菜、大根、ねぎ) ほうれん草の和え物(ほうれん草、人参)、りんご	豆腐と白菜のトロトロ煮(豆腐、白菜、大根、ねぎ) ほうれん草の和え物(ほうれん草、人参)、りんご
11	土	かし		かし		
14	火	かし 牛乳	NEW:煮込み風ハンバーグ、ブロッコリー添え コンソメスープ	かし ジョア	そぼろの野菜あんかけ(鶏ささみ、玉ねぎ、人参) スープ(ブロッコリー、人参、玉ねぎ)	鶏団子の野菜あんかけ(鶏ささみ、玉ねぎ、人参) スープ(ブロッコリー、人参、玉ねぎ)
15	水	かし 牛乳	コーンとホタテのシチュー、フレンチサラダ みかん	ほりほりごぼう(ふかし芋) 幼児牛乳	白身魚のコンソメ煮(白身魚)、りんご 豆乳スープ(豆乳、じゃがいも、玉ねぎ、人参、ほうれん草)	白身魚のコンソメ煮(白身魚)、りんご 豆乳スープ(豆乳、じゃがいも、玉ねぎ、人参、ほうれん草)
16	木	りんご 牛乳	鮭のカレー揚げ、ひじきサラダ、味噌汁	きなこマフィン 幼児牛乳	鮭とキャベツの煮物(鮭、キャベツ、人参) 味噌汁(豆腐、大根、人参、ねぎ)	鮭とキャベツの煮物(鮭、キャベツ、人参) 味噌汁(豆腐、大根、人参、ねぎ)
17	金	かし ミルク	菜飯、チキンの照り焼き ポテトサラダ、味噌汁	かし 牛乳	菜飯(米、小松菜)、麩と野菜の煮物(麩、玉ねぎ、かぼちゃ、ねぎ) ポテトサラダ(じゃがいも、きゅうり、人参、豆乳)	菜飯(米、小松菜)、麩と野菜の煮物(麩、玉ねぎ、かぼちゃ、ねぎ) ポテトサラダ(じゃがいも、きゅうり、人参、豆乳)
18	土	かし		かし		
20	月	かし 牛乳	キッズヤンニョムチキン ほうれん草とコーンのナムル、きのこスープ	かし 牛乳	鶏肉と野菜の煮物(鶏ささみ、玉ねぎ、人参、ねぎ) ほうれん草のお浸し(ほうれん草、人参)	鶏肉と野菜の煮物(鶏ささみ、玉ねぎ、人参、ねぎ) ほうれん草のお浸し(ほうれん草、人参)
21	火	かし 牛乳	伊勢うどん、ちくわの磯辺揚げ、和風サラダ	肉まん(プレーン蒸しパン) 幼児牛乳	野菜うどん(伊勢うどん、玉ねぎ、人参、ねぎ) キャベツサラダ(キャベツ、きゅうり)	野菜うどん(伊勢うどん、玉ねぎ、人参、ねぎ) キャベツサラダ(キャベツ、きゅうり)
22	水	かし 牛乳	すき焼き風煮、ごま酢和え、バナナ	ぜんざい	豆腐と野菜の煮物(豆腐、人参、玉ねぎ、麩) きゅうりと人参の和え物(きゅうり、人参)、バナナ	豆腐と野菜の煮物(豆腐、人参、玉ねぎ、麩) きゅうりと人参の和え物(きゅうり、人参)、バナナ
23	木	かし 牛乳	ポークカレー、れんこんサラダ、みかん	アメリカンドック (パンケーキ)、幼児牛乳	麩と野菜のケチャップ煮(麩、玉ねぎ、人参) ポテトサラダ(じゃがいも、きゅうり、豆乳)、みかん	麩と野菜のケチャップ煮(麩、玉ねぎ、人参) ポテトサラダ(じゃがいも、きゅうり、豆乳)、みかん
24	金	かし ミルク	豆腐ミートローフ、ブロッコリー添え コンソメスープ	かし 牛乳	豆腐と野菜のコンソメ煮(豆腐、玉ねぎ、じゃがいも、ブロッコリー) キャベツサラダ(キャベツ、人参)	豆腐と野菜のコンソメ煮(豆腐、玉ねぎ、じゃがいも、ブロッコリー) キャベツサラダ(キャベツ、人参)
25	土	かし		かし		
27	月	かし 牛乳	鮭の塩焼き、味噌汁 ほうれん草としめじのお浸し	かし ジョア	煮魚(白身魚) 味噌汁(里芋、大根、人参、ねぎ)	煮魚(白身魚) 味噌汁(里芋、大根、人参、ねぎ)
28	火	かし 牛乳	マーボー豆腐丼、ハンサンスウ、いちご	かし 牛乳	マーボー豆腐風(豆腐、玉ねぎ、人参、ねぎ) 春雨サラダ(春雨、きゅうり、人参)、いちご	マーボー豆腐風(豆腐、玉ねぎ、人参、ねぎ) 春雨サラダ(春雨、きゅうり、人参)、いちご
29	水	かし 牛乳	鶏肉のマーマレード焼き、ブロッコリーサラダ 味噌汁	バナナブレッド 幼児牛乳	豆腐と里芋の味噌煮(豆腐、里芋、ねぎ) ブロッコリーサラダ(ブロッコリー、人参)	豆腐と里芋の味噌煮(豆腐、里芋、ねぎ) ブロッコリーサラダ(ブロッコリー、人参)
30	木	かし 牛乳	NEW:カレイのピザソース焼き キャベツ添え、コンソメスープ	かし ミロミルク	白身魚と野菜のコンソメ煮(白身魚、玉ねぎ、ピーマン、人参) キャベツのマッシュポテト和え(キャベツ、じゃがいも、粉ミルク)	白身魚と野菜のコンソメ煮(白身魚、玉ねぎ、ピーマン、人参) キャベツのマッシュポテト和え(キャベツ、じゃがいも、粉ミルク)
31	金	かし 牛乳	ポークビーンズ、大根サラダ、りんご	固形ヨーグルト	大豆のトマト煮(大豆、じゃがいも、玉ねぎ、人参、ケチャップ) 大根サラダ(大根、きゅうり)、りんご	大豆のトマト煮(大豆、じゃがいも、玉ねぎ、人参、ケチャップ) 大根サラダ(大根、きゅうり)、りんご

※おやつ()はひよこ組

※離乳食のメニューに使用食材を記載します。アレルギー等事故防止のため一度も食べたことのない食材がありましたら、ご家庭で食べていただきますようお願いいたします。