

2024年度



# 離乳食献立表



中宮まぶね保育園

		中・後期	初期			中・後期	初期
1月	屋食	<b>おかゆ</b> 米 <b>鶏肉と野菜の煮物</b> 鶏もも肉 にんじん たまねぎ キャベツ かつお・昆布だし汁 上白糖 濃口醤油 <b>みそ汁</b> 木綿豆腐 たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 みそ	<b>10倍がゆ</b> 米 <b>豆腐のとろとろ煮</b> 木綿豆腐 たまねぎ にんじん キャベツ	8月	屋食	<b>おかゆ</b> 米 <b>鶏肉の磯煮</b> 鶏もも肉 ひじき じゃがいも たまねぎ にんじん えだまめ かつお・昆布だし汁 上白糖 濃口醤油 <b>みそ汁</b> 木綿豆腐 たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 みそ	<b>10倍がゆ</b> 米 <b>豆腐のとろとろ煮</b> 木綿豆腐 さつまいも たまねぎ にんじん
	おやつ	<b>蒸し芋</b> さつまいも <b>りんご煮</b> りんご			おやつ	<b>蒸し芋</b> さつまいも <b>りんご煮</b> りんご	
2月	屋食	<b>おかゆ</b> 米 <b>カレーのケチャップ煮</b> カラスカレイ たまねぎ にんじん だいこん ブロッコリー かつお・昆布だし汁 上白糖 ケチャップ <b>ポテトスープ</b> じゃがいも たまねぎ にんじん ホールコーン缶 かつお・昆布だし汁 薄口醤油	<b>10倍がゆ</b> 米 <b>カレーのとろとろ煮</b> カラスカレイ たまねぎ にんじん ブロッコリー	9月	屋食	<b>おかゆ</b> 米 <b>ホキのケチャップ煮</b> ホキ たまねぎ にんじん かぼちゃ ホールコーン缶 かつお・昆布だし汁 上白糖 ケチャップ <b>豆乳スープ</b> たまねぎ にんじん こまつな 調製豆乳 薄口醤油	<b>10倍がゆ</b> 米 <b>ホキのとろとろ煮</b> ホキ かぼちゃ たまねぎ にんじん こまつな
	おやつ	<b>パンケーキ</b> 米粉 ベーキングパウダー 上白糖 調製豆乳 <b>りんご煮</b> りんご			おやつ	<b>パンケーキ</b> 米粉 ベーキングパウダー 上白糖 調製豆乳 <b>りんご煮</b> りんご	
3月	屋食	<b>おかゆ</b> 米 <b>豚肉のみそ煮</b> 豚もも肉 たまねぎ にんじん なす かつお・昆布だし汁 上白糖 みそ <b>すまし汁</b> 木綿豆腐 たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 薄口醤油	<b>10倍がゆ</b> 米 <b>豆腐のとろとろ煮</b> 木綿豆腐 じゃがいも たまねぎ にんじん	10月	屋食	<b>おかゆ</b> 米 <b>牛肉と野菜の煮物</b> 牛もも肉 たまねぎ にんじん だいこん かつお・昆布だし汁 上白糖 濃口醤油 <b>みそ汁</b> 木綿豆腐 たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 みそ	<b>10倍がゆ</b> 米 <b>豆腐のとろとろ煮</b> 木綿豆腐 たまねぎ にんじん だいこん
	おやつ	<b>じゃがスティック</b> じゃがいも にんじん 片栗粉 濃口醤油 <b>りんご煮</b> りんご			おやつ	<b>じゃがスティック</b> じゃがいも にんじん 片栗粉 濃口醤油 <b>りんご煮</b> りんご	
4月	屋食	<b>おかゆ</b> 米 <b>たらのみそ煮</b> たら たまねぎ にんじん チンゲンサイ かつお・昆布だし汁 上白糖 みそ <b>すまし汁</b> 木綿豆腐 たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 薄口醤油	<b>10倍がゆ</b> 米 <b>たらのとろとろ煮</b> たら たまねぎ にんじん チンゲンサイ	11月	屋食	<b>おかゆ</b> 米 <b>カレーと野菜の煮物</b> カラスカレイ じゃがいも たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 上白糖 濃口醤油 <b>みそ汁</b> 木綿豆腐 たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 みそ	<b>10倍がゆ</b> 米 <b>カレーのとろとろ煮</b> カラスカレイ じゃがいも たまねぎ にんじん
	おやつ	<b>蒸しパン</b> にんじん 米粉 ベーキングパウダー 上白糖 調製豆乳 <b>りんご煮</b> りんご			おやつ	<b>蒸しパン</b> にんじん 米粉 ベーキングパウダー 上白糖 調製豆乳 <b>りんご煮</b> りんご	
5月	屋食	<b>おかゆ</b> 米 <b>鶏肉と野菜の煮物</b> 鶏もも肉 じゃがいも にんじん たまねぎ ホールコーン缶 かつお・昆布だし汁 上白糖 濃口醤油 <b>みそ汁</b> 木綿豆腐 たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 みそ	<b>10倍がゆ</b> 米 <b>野菜のとろとろ煮</b> さつまいも じゃがいも たまねぎ にんじん	12月	屋食	<b>おかゆ</b> 米 <b>鶏肉のケチャップ煮</b> 鶏もも肉 にんじん たまねぎ キャベツ ピーマン かつお・昆布だし汁 上白糖 ケチャップ <b>ポテトスープ</b> じゃがいも たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 薄口醤油	<b>10倍がゆ</b> 米 <b>野菜のとろとろ煮</b> さつまいも たまねぎ にんじん キャベツ
	おやつ	<b>さつまいものおやき</b> さつまいも 米粉 調製豆乳 <b>りんご煮</b> りんご			おやつ	<b>さつまいものおやき</b> さつまいも 米粉 調製豆乳 <b>りんご煮</b> りんご	
6月	屋食	<b>おかゆ</b> 米 <b>そばろのケチャップ煮</b> 豚ひき肉 たまねぎ にんじん ホールコーン缶 かつお・昆布だし汁 上白糖 ケチャップ <b>ポテトスープ</b> じゃがいも たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 薄口醤油	<b>10倍がゆ</b> 米 <b>野菜のとろとろ煮</b> じゃがいも たまねぎ にんじん	13月	屋食	<b>おかゆ</b> 米 <b>豚肉と野菜の煮物</b> 豚ばら肉 たまねぎ にんじん だいこん かつお・昆布だし汁 上白糖 濃口醤油 <b>みそ汁</b> 木綿豆腐 たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 みそ	<b>10倍がゆ</b> 米 <b>豆腐のとろとろ煮</b> 木綿豆腐 たまねぎ にんじん だいこん
	おやつ	<b>おじや</b> めし たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 濃口醤油 <b>りんご煮</b> りんご			おやつ	<b>おじや</b> めし たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 濃口醤油 <b>りんご煮</b> りんご	



		中・後期	初期			中・後期	初期
16	火	<b>おかゆ</b> 米 <b>牛肉のみそ煮</b> 牛もも肉 ジャがいも たまねぎ にんじん なす かつお・昆布だし汁 上白糖 みそ <b>すまし汁</b> たまねぎ にんじん こまつな かつお・昆布だし汁 薄口醤油	<b>10倍がゆ</b> 米 <b>野菜のとろとろ煮</b> じゃがいも たまねぎ にんじん こまつな	24	水	<b>おかゆ</b> 米 <b>鶏肉と野菜の煮物</b> 鶏もも肉 にんじん たまねぎ ビーマン かつお・昆布だし汁 上白糖 濃口醤油 <b>みそ汁</b> 木綿豆腐 たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 みそ	<b>10倍がゆ</b> 米 <b>豆腐のとろとろ煮</b> 木綿豆腐 ジャがいも たまねぎ にんじん
	おやつ	<b>パンケーキ</b> 米粉 ベーキングパウダー 上白糖 調製豆乳 <b>りんご煮</b> りんご			おやつ	<b>じゃがスティック</b> じゃがいも にんじん 片栗粉 濃口醤油 <b>りんご煮</b> りんご	
17	水	<b>おかゆ</b> 米 <b>そばろのケチャップ煮</b> 豚ひき肉 たまねぎ にんじん フロッコリー ホールコーン缶 かつお・昆布だし汁 上白糖 ケチャップ <b>野菜スープ</b> たまねぎ にんじん キャベツ かつお・昆布だし汁 薄口醤油	<b>10倍がゆ</b> 米 <b>豆腐のとろとろ煮</b> 木綿豆腐 たまねぎ にんじん フロッコリー	25	木	<b>おかゆ</b> 米 <b>ホキと野菜の煮物</b> ホキ たまねぎ にんじん キャベツ かつお・昆布だし汁 上白糖 濃口醤油 <b>みそ汁</b> たまねぎ にんじん こまつな かつお・昆布だし汁 みそ	<b>10倍がゆ</b> 米 <b>ホキのとろとろ煮</b> ホキ たまねぎ にんじん こまつな
	おやつ	<b>じゃがスティック</b> じゃがいも にんじん 片栗粉 濃口醤油 <b>りんご煮</b> りんご			おやつ	<b>蒸しパン</b> にんじん 米粉 ベーキングパウダー 上白糖 調製豆乳 <b>りんご煮</b> りんご	
18	木	<b>おかゆ</b> 米 <b>カレイのみそ煮</b> カラスガレイ ジャがいも たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 上白糖 みそ <b>すまし汁</b> 木綿豆腐 たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 薄口醤油	<b>10倍がゆ</b> 米 <b>カレイのとろとろ煮</b> カラスガレイ ジャがいも たまねぎ にんじん	26	金	<b>おかゆ</b> 米 <b>そばろのみそ煮</b> 豚ひき肉 たまねぎ にんじん なす もやし かつお・昆布だし汁 上白糖 みそ <b>すまし汁</b> 木綿豆腐 たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 薄口醤油	<b>10倍がゆ</b> 米 <b>豆腐のとろとろ煮</b> 木綿豆腐 さつまいも たまねぎ にんじん
	おやつ	<b>蒸しパン</b> にんじん 米粉 ベーキングパウダー 上白糖 調製豆乳 <b>りんご煮</b> りんご			おやつ	<b>さつまいものおやき</b> さつまいも 米粉 調製豆乳 <b>りんご煮</b> りんご	
19	金	<b>おかゆ</b> 米 <b>豚肉のみそ煮</b> 豚肩ロース肉 たまねぎ にんじん もやし キャベツ かつお・昆布だし汁 上白糖 みそ <b>みそ汁</b> たまねぎ にんじん チンゲンサイ かつお・昆布だし汁 みそ	<b>10倍がゆ</b> 米 <b>野菜のとろとろ煮</b> たまねぎ にんじん チンゲンサイ キャベツ	27	土	<b>おかゆ</b> 米 <b>鶏肉のみそ煮</b> 鶏もも肉 たまねぎ にんじん キャベツ かつお・昆布だし汁 上白糖 みそ <b>すまし汁</b> 木綿豆腐 たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 薄口醤油	<b>10倍がゆ</b> 米 <b>豆腐のとろとろ煮</b> 木綿豆腐 たまねぎ にんじん キャベツ
	おやつ	<b>さつまいものおやき</b> さつまいも 米粉 調製豆乳 <b>りんご煮</b> りんご			おやつ	<b>おじや</b> めし たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 濃口醤油 <b>りんご煮</b> りんご	
20	土	<b>おかゆ</b> 米 <b>鶏肉と野菜の煮物</b> 鶏もも肉 たまねぎ にんじん キャベツ ホールコーン缶 かつお・昆布だし汁 上白糖 濃口醤油 <b>ポテトスープ</b> じゃがいも たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 薄口醤油	<b>10倍がゆ</b> 米 <b>野菜のとろとろ煮</b> じゃがいも たまねぎ にんじん キャベツ	29	月	<b>おかゆ</b> 米 <b>豚肉のみそ煮</b> 豚肩ロース肉 ジャがいも たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 上白糖 みそ <b>すまし汁</b> たまねぎ にんじん キャベツ かつお・昆布だし汁 薄口醤油	<b>10倍がゆ</b> 米 <b>野菜のとろとろ煮</b> さつまいも たまねぎ にんじん キャベツ
	おやつ	<b>おじや</b> めし たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 濃口醤油 <b>りんご煮</b> りんご			おやつ	<b>蒸し芋</b> さつまいも <b>りんご煮</b> りんご	
22	月	<b>おかゆ</b> 米 <b>牛肉のみそ煮</b> 牛もも肉 ひじき たまねぎ にんじん かぼちゃ かつお・昆布だし汁 上白糖 みそ <b>すまし汁</b> 木綿豆腐 たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 薄口醤油	<b>10倍がゆ</b> 米 <b>豆腐のとろとろ煮</b> 木綿豆腐 たまねぎ にんじん かぼちゃ	30	火	<b>おかゆ</b> 米 <b>たららのケチャップ煮</b> たら たまねぎ にんじん フロッコリー だいこん かつお・昆布だし汁 上白糖 ケチャップ <b>みそ汁</b> 木綿豆腐 たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 みそ	<b>10倍がゆ</b> 米 <b>たららのとろとろ煮</b> たら たまねぎ にんじん フロッコリー
	おやつ	<b>蒸し芋</b> さつまいも <b>りんご煮</b> りんご			おやつ	<b>パンケーキ</b> 米粉 ベーキングパウダー 上白糖 調製豆乳 <b>りんご煮</b> りんご	
23	火	<b>おかゆ</b> 米 <b>鮭のみそ煮</b> さけ たまねぎ にんじん なす かつお・昆布だし汁 上白糖 みそ <b>すまし汁</b> 木綿豆腐 たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 薄口醤油	<b>10倍がゆ</b> 米 <b>豆腐のとろとろ煮</b> 木綿豆腐 ジャがいも たまねぎ にんじん	31	水	<b>おかゆ</b> 米 <b>鶏肉と野菜の煮物</b> 鶏もも肉 ジャがいも にんじん たまねぎ かつお・昆布だし汁 上白糖 濃口醤油 <b>みそ汁</b> たまねぎ にんじん こまつな かつお・昆布だし汁 みそ	<b>10倍がゆ</b> 米 <b>豆腐のとろとろ煮</b> 木綿豆腐 ジャがいも たまねぎ にんじん こまつな
	おやつ	<b>パンケーキ</b> 米粉 ベーキングパウダー 上白糖 調製豆乳 <b>りんご煮</b> りんご			おやつ	<b>じゃがスティック</b> じゃがいも にんじん 片栗粉 濃口醤油 <b>りんご煮</b> りんご	

※食材の納入の都合により献立が変更する場合があります。 ※食べたことのない食材は、当日までに必ずご家庭で試してみてください。

