

# 離乳食献立予定表

平成29年 12月

社会福祉法人 国立保育会  
ぎだひだまり保育園



	午前食		材料	
	後期食 9~12ヶ月頃	後期食 9~12ヶ月頃	午前食	午後食
1 15 (金)	①軟飯 ②玉葱の味噌汁 ③鶏ささ身のケチャップ煮 ④キャベツのおかか和え	①しらす軟飯 ②キャベツのスープ ③かぼちゃと豆腐のココロ煮 ④りんご	米 玉葱 ほうれん草 だし 味噌 鶏ささ身 人参 玉葱 ケチャップ 三温糖 キャベツ 鰹節 醤油	米 しらす キャベツ 玉葱 だし 塩 かぼちゃ 豆腐 だし 醤油 りんご
2 16 (土)	①軟飯 ②小松菜のすまし汁 ③豆腐とブロッコリーのミルク煮 ④人参の甘煮	①軟飯 ②人参のスープ ③カレーと大豆の煮もの ④バナナ	米 小松菜 玉葱 だし 塩 醤油 豆腐 ブロッコリー 豆乳 塩 人参 三温糖	米 人参 玉葱 だし 塩 カレー 大豆 ほうれん草 だし 醤油 バナナ
4 18 (月)	①軟飯 ②豆腐の味噌汁 ③コロッケ風 ④きゅうりのサラダ	①納豆軟飯 ②ほうれん草のすまし汁 ③カレーとキャベツのトマト煮 ④オレンジ	米 豆腐 玉葱 だし 味噌 じゃが芋 鶏ひき肉 小麦粉 パン粉 塩 きゅうり 人参 卵なしマヨネーズ	米 納豆 ほうれん草 人参 だし 塩 醤油 カレー キャベツ トマト だし 塩 オレンジ
5 19 (火)	①味噌煮込みうどん ②青のりポテト ③かぶと小松菜の煮浸し	①軟飯 ②かぶのスープ ③かぼちゃとカレーのミルク煮 ④りんご	鶏ひき肉 人参 玉葱 だし 味噌 醤油 じゃが芋 青のり 塩 かぶ 小松菜 だし 醤油	米 かぶ ほうれん草 だし 塩 かぼちゃ カレイ 豆乳 だし 塩 りんご
6 20 (水)	①さつまいも軟飯 ②白菜の味噌汁 ③カレーのマヨネーズソース ④大根と人参の和え物	①軟飯 ②小松菜のすまし汁 ③炒り豆腐 ④バナナ	米 さつまいも 白菜 玉葱 だし 味噌 カレー 卵なしマヨネーズ 醤油 三温糖 片栗粉 大根 人参 醤油	米 小松菜 大根 だし 塩 醤油 豆腐 人参 玉葱 だし 醤油 バナナ
7 21 (木)	①食パン ②野菜スープ ③肉団子のミルク煮 ④キャベツのサラダ	①軟飯 ②さつまいもの味噌汁 ③豆腐の野菜のとりみ煮 ④オレンジ	食パン 玉葱 人参 ほうれん草 だし 塩 鶏ひき肉 パン粉 だし 豆乳 塩 キャベツ 人参 卵なしマヨネーズ	米 さつまいも 玉葱 味噌 だし 豆腐 人参 かぶ だし 醤油 片栗粉 オレンジ
8 22 (金)	①カレーの照り焼き丼 ②大根の味噌汁 ③小松菜と人参のおかか和え	①軟飯 ②ほうれん草のスープ ③マーボー大根 ④りんご	米 カレイ だし 三温糖 醤油 片栗粉 大根 玉葱 だし 味噌 小松菜 人参 鰹節 醤油	米 ほうれん草 人参 だし 塩 大根 鶏ひき肉 ケチャップ 三温糖 りんご
9 (土)	①軟飯 ②小松菜の味噌汁 ③カレーのケチャップ煮 ④かぼちゃ茶巾	①軟飯 ②大根のすまし汁 ③肉豆腐 ④バナナ	米 小松菜 人参 だし 味噌 カレー 玉葱 ケチャップ 三温糖 かぼちゃ	米 大根 人参 だし 塩 醤油 豆腐 鶏ひき肉 玉ねぎ だし 醤油 バナナ
11 25 (月)	①軟飯 ②玉葱のスープ ③鶏ひき肉と野菜のココロ煮 ④大豆のサラダ	①しらす軟飯 ②じゃが芋の味噌汁 ③かぶの納豆かけ ④オレンジ	米 玉葱 ほうれん草 だし 塩 鶏ひき肉 じゃが芋 人参 三温糖 片栗粉 ケチャップ 大豆 きゅうり 卵なしマヨネーズ	米 しらす じゃが芋 小松菜 人参 だし 味噌 かぶ 納豆 醤油 オレンジ
12 26 (火)	①食パン ②かぶのスープ ③豆腐と鶏肉のトマト煮 ④キャベツのおかか和え	①軟飯 ②ほうれん草の味噌汁 ③カレーの野菜の煮物 ④りんご	食パン かぶ 玉葱 人参 だし 塩 豆腐 鶏ささ身 トマト だし 塩 三温糖 キャベツ 鰹節 醤油	米 ほうれん草 玉葱 だし 味噌 カレー 人参 かぶ だし 醤油 りんご
13 27 (水)	①軟飯 ②かぼちゃの味噌汁 ③カレーのおろし煮 ④白菜と小松菜のお浸し	①軟飯 ②白菜のすまし汁 ③かぼちゃのひき肉あんかけ ④バナナ	米 かぼちゃ 玉葱 味噌 だし カレー 大根 だし 醤油 白菜 小松菜 醤油	米 白菜 人参 だし 塩 醤油 かぼちゃ 鶏ひき肉 だし 醤油 三温糖 片栗粉 りんご
14 28 (木)	①ミートソース風うどん ②ブロッコリーのミルクスープ ③きゅうりのサラダ	①軟飯 ②大根の味噌汁 ③カレーのチーズ煮 ④バナナ	うどん 鶏ひき肉 玉葱 ケチャップ 三温糖 ブロッコリー 人参 豆乳 塩 きゅうり 卵なしマヨネーズ	米 大根 人参 だし 味噌 カレー 玉葱 小松菜 だし チーズ 醤油 バナナ

\*材料の都合により、献立表と異なる場合があります。