離乳食献立表

今和	上井草保育園					
	6年11 <u>月</u> 			~後期食~ 材	料名	<u>工<u>开</u>丰 </u>
曜	時間帯	献立	黄 熱と力になるもの	か肉や骨になるもの からない かいしゅう かいしゅう かいしゅう かいかい かいかい かいかい かいがい かいがい かいがい かいがい かいが	緑体の調子を整えるもの	その他
	昼食	 ① 5倍粥	*	川で図が育になるもの		
金		② 小松菜の味噌汁 ③ 野菜のそぼろ煮	- : 片栗粉、三温糖	 鶏ひき肉	玉ねぎ、小松菜 大根、人参	煮干だし汁、米みそ かつおだし汁、醤油
	午後おやつ	④ ミルク① しらす入り煮込み		粉ミルク しらす	キャベツ、人参	 昆布だし汁、醤油
		② 大根煮 ③ ミルク		粉ミルク	大根	昆布だし汁、醤油
02 土	昼食	① 5倍粥 ② チンゲン菜のす	* * *		エンゲン芸	かつお・昆布だし汁、醤油
土		③ ツナとかぼちゃの	の煮物 片栗粉、三温糖	ツナ缶	チンゲン菜 かぼちゃ、人参	かつお・昆布だし汁、醤油
	午後おやつ	④ ミルク トースト(スティ	(ック) プルマンホワイト	粉ミルク	4.17	
		かぼちゃのスー 麩と野菜の煮物		N/O > 11 6	かぼちゃ 人参、チンゲン菜、玉ねぎ	昆布だし汁、醤油 昆布だし汁、醤油
05	昼食	ミルク ① 5倍粥	*	粉ミルク	120	I NOT
火		② かぶのすまし汁③ 白身魚と野菜のる④ ミルク		カレイ	かぶ 人参、玉ねぎ、さやいんげん	かつお・昆布だし汁、醤油かつお・昆布だし汁、米みそ
	午後おやつ	① 5倍粥	**************************************	粉ミルク		
		② わかめの味噌汁③ 高野豆腐と野菜のケチー		わかめ 高野豆腐	玉ねぎ かぶ、人参、さやいんげん	煮干だし汁、米みそ 昆布だし汁、ケチャップ
06	昼食	④ ミルク① 5倍粥		粉ミルク		
水		② チンゲン菜のする③ 豆腐と野菜の味		 絹ごし豆腐	チンゲン菜、玉ねぎ 大根、人参	昆布だし汁、醤油 昆布だし汁、米みそ
	午後おやつ	③ ミルク① トースト (スティ		粉ミルク		
	11207	② わかめスープ ③ 肉団子の煮物	大栗粉、三温糖	わかめ 鶏ひき肉	玉ねぎ 大根、チンゲン菜、人参	昆布だし汁、醤油 昆布だし汁、醤油
07	昼食	④ ミルク ① 5倍粥	米	粉ミルク	八版(プラブス)(八)	出事だの作べ個加
*		② シチュー ③ スティック野菜	じゃが芋、小麦粉、バター	牛乳、鶏ひき肉	人参、玉ねぎ きゅうり	塩
	午後おやつ	④ スティフラゴ ネ ④ ミルク ① 煮込みうどん	うどん、里芋	粉ミルク	人参	かつお・昆布だし汁、醤油
	一段のドラ	② ツナとじゃが芋(の煮物しいでが芋、片栗粉、三温糖	ツナ缶 粉ミルク	人参	かつお・昆布だし汁、醤油
08 金	昼食	① 5倍粥	*		かぼちゃ	孝丁ナ"は、火スス
亚		③ 豆腐と野菜の味		絹ごし豆腐 粉ミルク	大根、人参	煮干だし汁、米みそ 昆布だし汁、米みそ
	午後おやつ	④ ミルク① 5倍粥② キャベツのすまし	*	利にルク	キャベツ	
		③ ツナと野菜の煮	物片栗粉、三温糖	ツナ缶	かぼちゃ、人参	昆布だし汁、醤油 昆布だし汁、醤油
09	昼食	④ ミルク① 5倍粥② かぶの味噌汁	*	粉ミルク	かぶ	老工だは 坐立る
土		③ じゃが芋とツナ(④ ミルク	の煮物じゃが芋、片栗粉、三温糖	ツナ缶 粉ミルク	人参、玉ねぎ	煮干だし汁、米みそ かつおだし汁、醤油
	午後おやつ	① トースト (スティ	ィック)プルマンホワイト	利にルク	エンゲン芸 エわギ	目左大头 法 海油
		③ 麩と野菜の煮物	白玉麩、片栗粉、三温糖		チンゲン菜、玉ねぎ かぶ、人参	昆布だし汁、醤油 昆布だし汁、醤油
11	昼食	④ ミルク① 5倍粥② かぼちゃの味噌	*************************************	粉ミルク	*\17"+ \cdots	孝丁ナ"は、火カス
H		③ 豆腐と野菜の煮		絹ごし豆腐	かぼちゃ 人参、大根	煮干だし汁、米みそ 昆布だし汁、醤油
	午後おやつ	④ ミルク ① 5倍粥	米	粉ミルク		
		② 肉団子のスープ さつま芋とかぼちゃ		鶏ひき肉	人参、玉ねぎ、大根 かぼちゃ	昆布だし汁、醤油
12	昼食	③ ミルク① 5倍粥	*	粉ミルク	<u></u>	
火			ファップ煮 片栗粉、三温糖	ツナ缶	キャベツ ブロッコリー、カット 人参、玉ねぎ	昆布だし汁、醤油 昆布だし汁、ケチャップ
	午後おやつ	④ ミルク① トースト (スティー)		粉ミルク		**************************************
		② ブロッコリーの頃		鶏ひき肉	ブロッコリー キャベツ、カット 人参、玉ねぎ	煮干だし汁、米みそ 昆布だし汁、醤油
13	昼食	④ ミルク① 5倍粥② じゃがいもすま	米 ************************************	粉ミルク		
水		③ 白身魚と野菜の		カレイ	人参、玉ねぎ、ほうれん草	かつお・昆布だし汁、醤油かつお・昆布だし汁、醤油
	午後おやつ	④ ミルク① 5倍粥	米 米	粉ミルク	T.6.** IT > 10.1.**	***************************************
			喟汗 の煮物 │片栗粉、三温糖	高野豆腐	玉ねぎ、ほうれん草 ほうれん草、人参	煮干だし汁、米みそ 昆布だし汁、醤油
14	昼食	④ ミルク① 5倍粥② 小松菜の味噌汁	*	粉ミルク	.1. 40 ++	******
\		③ 豆腐と野菜のド		絹ごし豆腐	小松菜 人参、トマト	煮干だし汁、米みそ 昆布だし汁、醤油
	午後おやつ	④ ミルク ① 5倍粥	*	粉ミルク	L ¬L	
		② トマトのすまし汁 ③ ツナとさつま芋の		ツナ缶	トマト 人参、小松菜	昆布だし汁、醤油 昆布だし汁、醤油
15	昼食	④ ミルク ① うどんのミートン		粉ミルク 鶏ひき肉	人参、玉ねぎ	ケチャップ
金		② じゃが芋のスー ③ ゆでブロッコリー		11/1/2011	ブロッコリー	昆布だし汁、醤油
	午後おやつ	④ ミルク① 納豆がゆ	**************************************	粉ミルク ひきわり納豆		醤油
		② チンゲン菜のス· ③ 豆腐と野菜の煮	ープ 物 片栗粉、三温糖	絹ごし豆腐	チンゲン菜 ブロッコリー、人参	昆布だし汁、醤油 昆布だし汁、醤油
		④ ミルク		粉ミルク		

日				材 料 名				
曜	時間帯		献立	黄 熱と力になるもの	赤 血や肉や骨になるもの	緑 体の調子を整えるもの	その他	
	昼食		5倍粥 チンゲン菜のすまし汁	米	m. r p 1 F 1 C 2 C C C C C C C C C C C C C C C C C	チンゲン菜	かつお・昆布だし汁、醤油	
土		3	ツナとかぼちゃの煮物ミルク	片栗粉、三温糖	ツナ 缶 粉ミルク	かぼちゃ、人参	かつお・昆布だし汁、醤油	
	午後おやつ	1	トースト (スティック) かぼちゃのスープ	プルマンホワイト	110 170 7	かぼちゃ	昆布だし汁、醤油	
		3	麩と野菜の煮物 ミルク	白玉麩、片栗粉、三温糖	粉ミルク	人参、チンゲン菜、玉ねぎ	昆布だし汁、醤油	
18月	昼食	1 2	5倍粥 小松菜の味噌汁	米		玉ねぎ、小松菜	煮干だし汁、米みそ	
		4	野菜のそぼろ煮ミルク	片栗粉、三温糖	鶏ひき肉 粉ミルク	大根、人参	かつおだし汁、醤油	
	午後おやつ	2	しらす入り煮込みうどん 大根煮 ミルク	つとん	しらす 粉ミルク	キャベツ、人参 大根	昆布だし汁、醤油 昆布だし汁、醤油	
19 火	昼食	1	5倍粥 かぶのすまし汁	*		かぶ	かつお・昆布だし汁、醤油	
		3	白身魚と野菜のみそ煮ミルク	片栗粉、三温糖	カレイ 粉ミルク		かつお・昆布だし汁、米みそ	
	午後おやつ	1	5倍粥 わかめの味噌汁	*	わかめ	玉ねぎ	煮干だし汁、米みそ	
		$\check{4}$	高野豆腐と野菜のケチャップ煮 ミルク	片栗粉、三温糖 	高野豆腐 粉ミルク	かぶ、人参、さやいんげん	昆布だし汁、ケチャップ	
20 水	昼食	2	5倍粥 チンゲン菜のすまし汁	米		チンゲン菜、玉ねぎ	昆布だし汁、醤油	
	午後おやつ	3 4 1	豆腐と野菜の味噌煮 ミルク トースト (スティック)	片栗粉、三温糖 	絹ごし豆腐 粉ミルク	大根、人参	昆布だし汁、米みそ	
	一接のドラ	2	わかめスープ	片栗粉、三温糖	わかめ 鶏ひき肉	玉ねぎ 大根、チンゲン菜、人参	昆布だし汁、醤油 昆布だし汁、醤油	
21	昼食	4	ミルク 5倍粥	米	粉ミルク		D.I.P.CO/IN EI/EI	
木	昼食	② ③	シチュー スティック野菜	じゃが芋、小麦粉、バター 里芋	牛乳、鶏ひき肉	人参、玉ねぎ きゅうり	塩	
	午後おやつ	1	ミルク 煮込みうどん	うどん、里芋	粉ミルク	人参	かつお・昆布だし汁、醤油	
22	昼食		ツナとじゃか芋の煮物 ミルク 5倍粥	じゃが芋、片栗粉、三温糖	ツナ缶 粉ミルク	人参	かつお・昆布だし汁、醤油	
金	坐 及		かぼちゃの味噌汁豆腐と野菜の味噌煮	片栗粉、三温糖	絹ごし豆腐	かぼちゃ 大根、人参	煮干だし汁、米みそ 昆布だし汁、米みそ	
	午後おやつ	4	ミルク 5倍粥	米	粉ミルク			
		2	キャベツのすまし汁 ツナと野菜の煮物	片栗粉、三温糖	ツナ缶	キャベツ かぼちゃ、人参	昆布だし汁、醤油 昆布だし汁、醤油	
25 25	昼食	1	ミルク 5倍粥 プ	*************************************	粉ミルク	+	目 大 七 、	
		3	キャベツのスープ ツナと野菜のケチャップ煮 ミルク	片栗粉、三温糖	ツナ缶 粉ミルク	キャベツ ブロッコリー、人参、玉ねぎ 	昆布だし汁、醤油 昆布だし汁、ケチャップ	
	午後おやつ	1 2	トースト (スティック) ブロッコリーの味噌汁	プルマンホワイト		ブロッコリー	煮干だし汁、米みそ	
		3 4	肉団子と野菜の煮物 ミルク	片栗粉、三温糖	鶏ひき肉 粉ミルク	キャベツ、人参、玉ねぎ	昆布だし汁、醤油	
26 火	昼食		5倍粥 かぼちゃの味噌汁	米		かぼちゃ。調理皮なし	煮干だし汁、米みそ	
	午後おやつ	3 4	豆腐と野菜の煮物 ミルク 5倍粥	片栗粉、三温糖 	絹ごし豆腐 粉ミルク	人参、大根	昆布だし汁、醤油 	
	十後のヤフ		肉団子のスープ	片栗粉	鶏ひき肉	人参、玉ねぎ、大根 かぼちゃ	昆布だし汁、醤油	
27	昼食		ミルク 5倍粥	米	粉ミルク	77 165 2 1		
水		3	玉ねぎのすまし汁 白身魚と野菜の煮物	片栗粉、三温糖	カレイ	玉ねぎ 人参、玉ねぎ	かつお・昆布だし汁、醤油 かつお・昆布だし汁、醤油	
	午後おやつ	1	ミルク 5倍粥	米	粉ミルク		- 本工七川 ハ ハフ・フ	
		3	じゃがいもの味噌汁 高野豆腐と野菜の煮物 ミルク	じゃが芋 片栗粉、三温糖	高野豆腐粉ミルク	人参	煮干だし汁、米みそ 昆布だし汁、醤油	
28 木	昼食	1	5倍粥	 米 さつま芋			煮干だし汁、米みそ	
		3 4	豆腐と野菜のトマト煮 ミルク		絹ごし豆腐 粉ミルク	人参、トマト、小松菜	昆布だし汁、醤油	
	午後おやつ	1	5倍粥 小松菜とトマトのすまし汁	*		トマト、小松菜	昆布だし汁、醤油	
20	日本	4	ミルク	さつま芋、片栗粉、三温糖	ツナ缶 粉ミルク	人参	昆布だし汁、醤油	
金	昼食	2	うどんのミートソース じゃが芋のスープ ゆでブロッコリー	うどん、片栗粉、三温糖 じゃが芋	鶏ひき肉	人参、玉ねぎ	ケチャップ 昆布だし汁、醤油	
	午後おやつ	4	ミルク	**	粉ミルク 挽きわり納豆		醤油	
		② ③	チンゲン菜のスープ しらすと野菜の煮物	片栗粉、三温糖	しらす	チンゲン菜 ブロッコリー、人参	昆布だし汁、醤油 昆布だし汁、醤油	
3,0	昼食	1	ミルク 5倍粥	米	粉ミルク	<u></u>		
土		3		じゃが芋、片栗粉、三温糖	ツナ缶	かぶ 人参、玉ねぎ	煮干だし汁、米みそ かつおだし汁、醤油	
	午後おやつ	1	ミルク トースト(スティック) チンゲン菜のスープ	プルマンホワイト	粉ミルク	 チンゲン菜、玉ねぎ	 昆布だし汁、醤油	
		3	を 数と野菜の煮物 ミルク	白玉麩、片栗粉、三温糖	粉ミルク	かぶ、人参	昆布だし汁、醤油 昆布だし汁、醤油	
		(~~~		111/1 -17 /	•		