

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	風食	<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 キャベツ かつお・昆布だし汁 上白糖 みそ <b>すまし汁</b> 焼ひ たまねぎ にんじん ほうれんそう 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> たまねぎ にんじん ほうれんそう キャベツ	8月	風食	<b>おかゆ</b> 米 <b>牛肉のケチャップ煮</b> 牛もも肉 ジャがいも たまねぎ にんじん ホールコーン缶 かつお・昆布だし汁 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>野菜のとろとろ煮</b> ジャがいも たまねぎ にんじん キャベツ
	おやつ	<b>おやき</b> にんじん ほうれんそう 小麦粉 かつお・昆布だし汁 上白糖 濃口醤油 <b>りんご煮</b> りんご			おやつ	<b>おやき</b> にんじん ホールコーン缶 小麦粉 かつお・昆布だし汁 上白糖 濃口醤油 <b>りんご煮</b> りんご	
2月	風食	<b>おかゆ</b> 米 <b>たらと野菜の煮物</b> たら 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>たらのとろとろ煮</b> たら さつまいも たまねぎ にんじん	9月	風食	<b>おかゆ</b> 米 <b>ホキのみそ煮</b> ホキ 高野豆腐 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> 焼ひ 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>ホキのとろとろ煮</b> ホキ 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	
3月	風食	<b>おかゆ</b> 米 <b>鶏肉の磯煮</b> 鶏もも肉 ひじき ジャがいも 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> たまねぎ にんじん もやし 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	10月	風食	<b>おかゆ</b> 米 <b>鶏肉と野菜の煮物</b> 鶏むね肉 にんじん たまねぎ だいこん 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 もやし 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>パンケーキ</b> 小麦粉 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> 小麦粉 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	
4月	風食	<b>おかゆ</b> 米 <b>鮭のケチャップ煮</b> さけ たまねぎ にんじん はくさい キャベツ かつお・昆布だし汁 上白糖 ケチャップ <b>さつまいもスープ</b> さつまいも たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 とりがらスープ 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 はくさい	11月	風食	<b>おかゆ</b> 米 <b>カレイのケチャップ煮</b> カラスガレイ ジャがいも たまねぎ にんじんホールコーン缶 かつお・昆布だし汁 上白糖 ケチャップ <b>マカロニスープ</b> マカロニ 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>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 にんじんキャベツ
	おやつ	<b>蒸しパン</b> にんじん 小麦粉 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> ホールコーン缶 小麦粉 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	風食	<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 ブロッコリー かつお・昆布だし汁 上白糖 濃口醤油 <b>みそ汁</b> ジャがいも 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> ジャがいも たまねぎ にんじん ブロッコリー	12月	風食	<b>おかゆ</b> 米 <b>豚肉と野菜の煮物</b> 豚もも肉 たまねぎ にんじん かぶ はくさい 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 かぶ・葉 かつお・昆布だし汁 みそ	
	おやつ	<b>ジャグスティック</b> ジャがいも にんじん 片栗粉 濃口醤油 <b>りんご煮</b> りんご			おやつ	<b>ジャグスティック</b> ジャがいも にんじん 片栗粉 濃口醤油 <b>りんご煮</b> りんご	
6月	風食	<b>おかゆ</b> 米水 <b>鶏肉のみそ煮</b> 鶏もも肉 たまねぎ にんじん だいこん かつお・昆布だし汁 上白糖 みそ <b>すまし汁</b> たまねぎ にんじん はくさい 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> たまねぎ にんじん はくさい だいこん	13月	風食	<b>おかゆ</b> 米 <b>鶏肉のケチャップ煮</b> 鶏もも肉 ジャがいも にんじん たまねぎ ビーマン 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>野菜のとろとろ煮</b> ジャがいも たまねぎ にんじん キャベツ
	おやつ	<b>うどんのくたくた煮</b> 干しうどん 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>めんくたくた煮</b> スパゲティ キャベツ 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
15月	<b>屋食</b> <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 だいこん 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 ほうれんそう 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 ほうれんそう だいこん
	<b>おやつ</b> <b>おやき</b> にんじん ほうれんそう 小麦粉 かつお・昆布だし汁 上白糖 濃口醤油 <b>りんご煮</b> りんご	
16火	<b>屋食</b> <b>おかゆ</b> 米 <b>たらのみそ煮</b> たら たまねぎ にんじん もやし かつお・昆布だし汁 上白糖 みそ <b>すまし汁</b> 焼ひ 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 さつまいも たまねぎ にんじん
	<b>おやつ</b> <b>蒸し芋</b> さつまいも <b>りんご煮</b> りんご	
17水	<b>屋食</b> <b>おかゆ</b> 米 <b>牛肉のケチャップ煮</b> 牛もも肉 じゃがいも たまねぎ にんじん ブロッコリー こまつな 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>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
	<b>おやつ</b> <b>パンケーキ</b> 小麦粉 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>屋食</b> <b>おかゆ</b> 米 <b>たらと野菜の煮物</b> たら ひじき 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>たらのとろとろ煮</b> たら たまねぎ にんじん だいこん
	<b>おやつ</b> <b>蒸しパン</b> にんじん 小麦粉 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	
19金	<b>屋食</b> <b>おかゆ</b> 米 <b>鶏肉のみそ煮</b> 鶏もも肉 さつまいも 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> 焼ひ 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
	<b>おやつ</b> <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	
20土	<b>屋食</b> <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 キャベツ 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 たまねぎ にんじん キャベツ
	<b>おやつ</b> <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	
22月	<b>屋食</b> <b>おかゆ</b> 米 <b>中華豆腐</b> 豚もも肉 木綿豆腐 チンゲンサイ たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 とりがらスープ 上白糖 濃口醤油 片栗粉 <b>みそ汁</b> たまねぎ にんじん もやし 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 チンゲンサイ
	<b>おやつ</b> <b>おやき</b> にんじん チンゲンサイ 小麦粉 かつお・昆布だし汁 上白糖 濃口醤油 <b>りんご煮</b> りんご	

	中・後期	初期
23火	<b>屋食</b> <b>おかゆ</b> 米 <b>カレイのみそ煮</b> カラスガレイ たまねぎ にんじん ほうれんそう かつお・昆布だし汁 上白糖 みそ <b>すまし汁</b> 焼ひ 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 さつまいも たまねぎ にんじん ほうれんそう
	<b>おやつ</b> <b>蒸し芋</b> さつまいも <b>りんご煮</b> りんご	
24水	<b>屋食</b> <b>おかゆ</b> 米 <b>鶏肉のケチャップ煮</b> 鶏もも肉 じゃがいも にんじん たまねぎ ビーマン 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>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
	<b>おやつ</b> <b>パンケーキ</b> 小麦粉 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	
25木	<b>屋食</b> <b>おかゆ</b> 米 <b>牛肉と野菜の煮物</b> 牛もも肉 焼き豆腐 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> たまねぎ にんじん だいこん 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> 焼き豆腐 たまねぎ にんじん だいこん
	<b>おやつ</b> <b>蒸しパン</b> にんじん 小麦粉 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	
26金	<b>屋食</b> <b>おかゆ</b> 米 <b>鮭のみそ煮</b> さけ たまねぎ にんじん だいこん 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>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 だいこん
	<b>おやつ</b> <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	
27土	<b>屋食</b> <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 かつお・昆布だし汁 上白糖 濃口醤油 <b>みそ汁</b> 焼ひ 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> じゃがいも たまねぎ にんじん
	<b>おやつ</b> <b>めんのかたくた煮</b> スパゲティ 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	
30火	<b>屋食</b> <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 だいこん はくさい 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>ホキのとろとろ煮</b> ホキ たまねぎ にんじん はくさい だいこん
	<b>おやつ</b> <b>蒸し芋</b> さつまいも <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。

