

# ☆2017年度1月離乳食献立表☆

共栄保育園・みのり園



|                               |                               | 月<br>15・29                                 | 火<br>16・30                              | 水<br>17・31                              | 木<br>4・18                                 | 金<br>5<br>19                               |   | 土<br>6・20                                      |
|-------------------------------|-------------------------------|--|---|---|---|--|---|--|
| もぐもぐ期<br>7～8ヶ月頃               |                               | ・全粥<br>・野菜スープ<br>・豆腐と野菜煮<br>大根・じゃが芋・人参     | ・全粥<br>・野菜スープ<br>・豆腐と野菜煮<br>さつまいも・人参・玉葱 | ・全粥<br>・野菜スープ<br>・しらすと野菜煮<br>白菜・人参・じゃが芋 | ・全粥<br>・野菜スープ<br>・豆腐と野菜煮<br>人参・玉葱・さつまいも   | ・全粥<br>・野菜スープ<br>・豆腐と野菜煮<br>人参・玉葱・じゃが芋     | ・全粥<br>・野菜スープ<br>・しらすと野菜煮<br>人参・大根・じゃが芋 | *20日はお弁当給食になります<br>・おじゃ<br>しらす<br>人参・玉ねぎ・じゃがいも |
|                               | かみかみ期<br>(歯ぐきでつぶす)<br>9～11ヶ月頃 | ・軟飯<br>・みそ汁上澄み<br>・鶏だんごと野菜煮<br>大根・じゃが芋・人参  | ・軟飯<br>・野菜スープ<br>・豆腐と野菜煮<br>さつまいも・人参・玉葱 | ・軟飯<br>・野菜スープ<br>・さわらと野菜煮<br>白菜・人参・じゃが芋 | ・軟飯<br>・野菜スープ<br>・鶏だんごと野菜煮<br>人参・玉葱・さつまいも | ・軟飯<br>・野菜スープ<br>・鶏だんごと野菜煮<br>人参・玉葱・じゃが芋   | ・軟飯<br>・みそ汁上澄み<br>さわらと野菜煮<br>人参・大根・じゃが芋 | ・おじゃ<br>しらす<br>人参・玉ねぎ・じゃがいも                    |
| かみかみ期<br>(歯ぐきでかむ)<br>12～18ヶ月頃 |                               | ご飯<br>おでん<br>じゃこピーマン<br>みそしる               | ごはん<br>塩麴ハンバーグ<br>ひじき煮<br>かきたま汁         | ご飯<br>さわら照り焼き<br>おからサラダ<br>みそ汁          | カレーうどん<br>さつまいもサラダ                        | 七草粥<br>にしめ<br>バナナ                          | のりご飯<br>ブリ大根<br>みそ汁                     | ツナサンド<br>牛乳<br>バナナ                             |
|                               | おやつ                           | ヨーグルト<br>ドーナツ                              | 牛乳<br>フライドポテト                           | 牛乳<br>みかん缶<br>クッキー                      | お茶<br>そぼろおにぎり<br>チーズ                      | 牛乳<br>ふかしいも                                | 牛乳<br>ライスクッキー<br>ベビースティック               | 牛乳<br>豆乳クッキー<br>ベビースティック                       |
| きりん夕食                         | ごっくん期<br>もぐもぐ期<br>かみかみ期       | カレーと野菜煮<br>人参・南瓜・大根                        | 豆腐と野菜煮<br>人参・玉葱・南瓜                      | 豆腐と野菜煮<br>人参・じゃがいも・玉葱                   | 鶏だんごと野菜煮<br>人参・白菜・ほうれん草                   | しらすと野菜煮<br>大根・人参・ほうれん草                     |   | おじゃ<br>しらす・玉葱・人参・きゃべつ                          |
|                               | かみかみ期(歯ぐきでかむ)                 | ご飯<br>カレー煮つけ<br>がんもの炊き合わせ<br>みそ汁<br>牛乳、バナナ | 焼きうどん<br>みそ汁<br>チーズ                     | ご飯<br>すき焼き風煮<br>すましじる                   | ご飯<br>鶏南蛮<br>しらす和え<br>中華スープ<br>ヨーグルト      | ご飯<br>サケ塩焼き<br>ほうれん草と水菜の煮浸し<br>みそ汁<br>みかん缶 |   | 具だくさんうどん<br>ヨーグルト                              |

★材料・仕入れなどの関係で献立を変更する場合があります。



# ☆2017年度1月離乳食献立表☆

共栄保育園・みのり園

|                               |                         | 月<br>22                                | 火<br>9・23                                   | 水<br>10・24                                | 木<br>11・25                               | 金<br>12・26                              | 土<br>13・27                |
|-------------------------------|-------------------------|--|---|---|--|---|---------------------------|
| もぐもぐ期<br>7～8ヶ月頃               |                         | ・全粥<br>・野菜スープ<br>・豆腐と野菜煮<br>人参・玉葱・じゃが芋 | ・全粥<br>・野菜スープ<br>・しらすと野菜煮<br>人参・ほうれん草・じゃが芋  | ・全粥<br>・野菜スープ<br>・豆腐と野菜煮<br>人参・大根・白菜      | ・全粥<br>・野菜スープ<br>・カレーと野菜煮<br>人参・白菜・じゃがいも | ・全粥<br>・野菜スープ<br>・豆腐と野菜煮<br>人参・さつまいも・玉葱 | ・おじや<br>しらす<br>人参・玉葱・じゃが芋 |
| かみかみ期<br>(歯ぐきでつぶす)<br>9～11ヶ月頃 |                         | ・軟飯<br>・野菜スープ<br>・豆腐と野菜煮<br>人参・玉葱・じゃが芋 | ・軟飯<br>・みそ汁上澄み<br>・しらすと野菜煮<br>人参・ほうれん草・じゃが芋 | ・軟飯<br>・野菜スープ<br>・豆腐と野菜煮<br>人参・大根・白菜      | ・軟飯<br>・野菜スープ<br>・カレーと野菜煮<br>人参・白菜・じゃがいも | ・軟飯<br>・野菜スープ<br>・豆腐と野菜煮<br>人参・さつまいも・玉葱 | ・おじや<br>しらす<br>人参・玉葱・じゃが芋 |
| かみかみ期<br>(歯ぐきでかむ)<br>12～18ヶ月頃 |                         | ピラフ<br>コロッケ<br>にんじんしりしり<br>ミニラーメン      | ご飯<br>サケマヨネーズ焼き<br>白和え<br>みそ汁               | 中華どんぶり<br>春雨サラダ<br>大根スープ                  | ふりかけご飯<br>カレイフライ<br>煮浸し<br>すましじる         | ハヤシライス<br>まめまめサラダ                       | ツナサンド<br>牛乳<br>バナナ        |
| おやつ                           |                         | 牛乳<br>のりじゃこトースト                        | 牛乳<br>きなこマカロニ                               | 牛乳<br>ベビースティック<br>バナナ                     | 牛乳<br>黒糖むしばん                             | ヨーグルト<br>ベビースティック                       | 牛乳<br>豆乳クッキー<br>せんべい      |
| きりん<br>夕食                     | ごっくん期<br>もぐもぐ期<br>かみかみ期 | さわらと野菜煮<br>人参・南瓜・ブロッコリー                | 鶏だんごと野菜煮<br>ほうれん草・きゃべつ・人参                   | 豆腐と野菜煮<br>人参・きゃべつ・ブロッコリー                  | 豆腐と野菜煮<br>ブロッコリー・人参・玉葱                   | 豆腐と野菜煮<br>白菜・大根・人参                      | おじや<br>しらす・じゃが芋・人参・玉葱     |
|                               | かみかみ期(歯ぐきでかむ)           | ご飯<br>さわら竜田揚げ<br>温野菜<br>みそ汁<br>ヨーグルト   | ご飯<br>豆腐ハンバーグ<br>おかか和え<br>みそ汁               | ミートスパゲッティ<br>温野菜サラダ<br>コンソメスープ<br>牛乳、クレープ | 牛丼<br>フレンチサラダ<br>すましじる<br>チーズ            | 納豆ご飯<br>けんちん煮<br>みそ汁<br>フルーツゼリー、チーズ     | ちゃーはん<br>中華スープ<br>ヨーグルト   |

★材料・仕入れなどの関係で献立を変更する場合があります。