

2025年01月

献立表

深見台保育園(一般)

日付	献立	エネルギー たんぱく質 脂質/塩分 ()は未満児	材 料 名 (○は10時おやつ ○は午後おやつ)				10時おやつ	3時おやつ	行事
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料			
04 土	ご飯 レトルトカレー わかめスープ みかん缶	477.1(417.9) 12.5(12.7) 12.7(13.3) 2.8(2.6)	米、○ゼリー(オレンジ、りんご、ぶどう)、レトルトカレー	◎チーズ	みかん缶、カットわかめ	しょうゆ、コンソメ、食塩、白こしょう	麦茶 ベビーチーズ	麦茶 菓子、ゼリー	
06 月	ご飯 手作りふりかけ 肉じゃが 大根のみそ汁	428.3(401.2) 17.6(17.2) 7.0(9.2) 1.3(1.1)	米、じゃがいも、○小麦粉、○砂糖、砂糖、○油	豚肩小間切れ、○調製豆乳、○スキムミルク、白みそ、いわし(煮干し)、かつお節、グリーンピース(揚げ豆)、白ごま、○牛乳	たまねぎ、だいごん、にんじん、えのきたけ、あおりのり	しょうゆ、みりん、○ベーキングパウダー、酒	牛乳	スキムミルク ココア蒸しパン	
07 火	イタリアンスパゲティ ささ身のサラダ チンゲン菜のスープ	360.2(323.5) 17.0(14.1) 9.1(7.5) 2.4(1.9)	スパゲティ、○米、砂糖、油、ごま油	○牛乳、鶏ささ身、ベーコン、○かつお節	たまねぎ、チンゲンサイ、キャベツ、にんじん、ピーマン、○だいごん、きゅうり、○かぶ、○七草、◎バナナ	ケチャップ、しょうゆ、中濃ソース、酢、酒、食塩、コンソメ、○食塩	麦茶 バナナ	牛乳 七草がゆ	
08 水	カレーサンド スキムミルク入り洋風炒り豆腐 ツナサラダ	524.7(461.6) 23.5(21.6) 21.6(20.5) 2.7(2.5)	マーガリンロール 55g、○米、油、○砂糖、砂糖、マーガリンロール 45g	豚ひき肉、押し豆腐、卵、ツナ油漬缶、油揚げ、スキムミルク、◎チーズ	たまねぎ、キャベツ、にんじん、トマト、きゅうり、○にんじん、さやえんどう、干ししいたけ、○ひじき、にんにく	カレールウ、しょうゆ、○しょうゆ、酢、食塩、○酒、○みりん、コンソメ、○食塩	麦茶 ベビーチーズ	麦茶 ひじきおにぎり	
09 木	けんちんうどん 春巻き 胡瓜ともやしのかつお節和え	488.8(449.0) 19.8(16.8) 14.0(13.5) 2.2(2.0)	ゆでうどん、○米、春巻きの皮、はるさめ、油、ごま油	○牛乳、豚ひき肉、鶏もも小間切れ、かつお節、○白ごま	もやし、たまねぎ、きゅうり、だいごん、にんじん、たけのこ(ゆで)、ごぼう、ねぎ、干ししいたけ	しょうゆ、みりん、○ゆかり、食塩	麦茶 菓子	牛乳 ゆかりおにぎり	
10 金	ご飯 すき焼き煮 かき玉汁 みかん	453.5(390.9) 18.1(14.6) 10.6(8.4) 1.4(1.2)	米、○ゼリー(オレンジ、りんご、ぶどう)、砂糖、片栗粉、油	焼き豆腐、豚肩小間切れ、卵、かつお節	みかん、はくさい、ねぎ、にんじん、だいごん、さやえんどう、干ししいたけ、◎バナナ	しょうゆ、みりん、食塩	麦茶 バナナ	麦茶 菓子、ゼリー	引き渡し訓練
11 土	焼きそば 鶏としめじのスープ バナナ	396.7(356.1) 14.5(14.3) 10.5(11.5) 1.3(1.3)	焼きそばめん、○ゼリー(オレンジ、りんご、ぶどう)、油	豚肩小間切れ、鶏もも小間切れ、◎チーズ	バナナ、キャベツ、ピーマン、たまねぎ、しめじ、にんじん、あおりのり	焼きそばソース、鶏ガラ、食塩	麦茶 ベビーチーズ	麦茶 菓子、ゼリー	
14 火	ハヤシライス マカロニサラダ わかめスープ	541.0(464.5) 19.0(15.5) 16.8(13.5) 2.3(1.9)	米、○米、大豆マヨネーズ、押麦、マカロニ、油	豚肩小間切れ、○スキムミルク、ベーコン、スキムミルク、○あずき(乾)	たまねぎ、にんじん、きゅうり、コーン缶、カットわかめ、にんにく、◎バナナ	ハヤシルウ、しょうゆ、食塩、コンソメ	麦茶 バナナ	スキムミルク あずきがゆ	
15 水	ツナサンド 春雨と肉団子のスープ ひじきの和風サラダ	515.9(454.6) 21.0(19.6) 18.1(17.7) 2.1(2.0)	マーガリンロール 55g、○米、はるさめ、大豆マヨネーズ、○砂糖、油、砂糖、ごま油、マーガリンロール 45g	鶏むねひき肉、木綿豆腐、ツナ油漬缶、○スキムミルク、○白みそ、白ごま、○すりごま、◎チーズ	にんじん、ごまつな、たまねぎ、しめじ、きゅうり、コーン缶、ひじき、しょうが	しょうゆ、酢、○みりん、○しょうゆ、食塩、コンソメ	麦茶 ベビーチーズ	スキムミルク 五平餅風おにぎり	
16 木	ミートソースペンネ 厚揚げのサラダ はんぺんと長ねぎのスープ	443.7(388.7) 19.8(16.2) 14.0(11.2) 1.9(1.6)	○米、ペンネ、○砂糖、砂糖、ごま油、油	○牛乳、生揚げ、豚ひき肉、○豚ひき肉、はんぺん、○白みそ	たまねぎ、もやし、にんじん、きゅうり、ピーマン、ねぎ、トマトピューレ、カットわかめ、◎バナナ	ケチャップ、しょうゆ、○酒、中濃ソース、酢、○しょうゆ、食塩、コンソメ	麦茶 バナナ	牛乳 肉みそおにぎり	
17 金	ご飯(麦入り) 鮭の塩焼き 切干大根のサラダ さつま汁	635.4(566.6) 32.9(27.2) 20.3(18.6) 1.7(1.6)	米、さつまいも、○コッパパン、押麦、○油、大豆マヨネーズ、○砂糖、油、砂糖	○牛乳、さけ、木綿豆腐、鶏もも小間切れ、白みそ、ベーコン、○きな粉、かつお節	キャベツ、にんじん、だいごん、ごぼう、ねぎ、切り干しだいごん	しょうゆ、酢、食塩、○食塩	麦茶 菓子	牛乳 きなこ揚げパン	ゆり組 さつま汁作り
18 土	高菜チャーハン 鶏の照り焼き 野菜みそ汁 バナナ	510.1(446.8) 18.7(17.7) 15.4(15.4) 2.0(2.0)	○ゼリー(オレンジ、りんご、ぶどう)、米、砂糖、油、ごま油	鶏もも肉 25g、ベーコン、白みそ、いわし(煮干し)、◎チーズ	バナナ、キャベツ、にんじん、えのきたけ、コーン缶、たかな(たかな漬)、しょうが	しょうゆ、みりん、コンソメ	麦茶 ベビーチーズ	麦茶 菓子、ゼリー	
20 月	そぼろ菜めし ひじきとキャベツのサラダ 飛鳥汁	484.4(446.1) 17.5(17.1) 12.0(13.3) 1.6(1.4)	○さつまいも、米、○砂糖、押麦、○上新粉、大豆マヨネーズ、片栗粉、砂糖、○片栗粉、ごま油	調製豆乳、鶏むねひき肉、鶏もも小間切れ、○スキムミルク、白みそ、ベーコン、白ごま、◎牛乳	ごまつな、キャベツ、はくさい、だいごん、にんじん、コーン缶、ひじき、しょうが	しょうゆ、みりん、○しょうゆ、鶏ガラ、食塩	牛乳	スキムミルク さつま芋だんご	
21 火	焼きそば さつま芋のサラダ 酸味スープ	520.3(450.0) 20.0(16.4) 16.9(13.6) 1.7(1.4)	焼きそばめん、さつまいも、○米、大豆マヨネーズ、油、ごま油	○牛乳、木綿豆腐、豚肩小間切れ、卵、○かつお節、干しえび、○白ごま	キャベツ、もやし、にんじん、きゅうり、ねぎ、干ししいたけ、あおりのり、◎バナナ	焼きそばソース、酢、しょうゆ、○しょうゆ、食塩、○みりん、○酒、コンソメ	麦茶 バナナ	牛乳 おかかおにぎり	
22 水	フィッシュサンド カレースープ バナナ	532.4(467.8) 19.2(18.2) 14.0(14.4) 2.3(2.2)	マーガリンロール 55g、○米、じゃがいも、パン粉、小麦粉、油、マーガリンロール 45g	メルルーサ、豚肩小間切れ、◎チーズ	バナナ、たまねぎ、ブロッコリー、にんじん、コーン缶	カレールウ、中濃ソース、○炊き込みわかめ、コンソメ、食塩	麦茶 ベビーチーズ	麦茶 わかめおにぎり	
23 木	五目みそうどん ちくわ磯辺揚げ キャベツとひじき炒め	438.8(378.6) 18.2(14.6) 11.5(8.9) 2.2(1.7)	ゆでうどん、○米、小麦粉、油、○天かす、○砂糖、ごま油	○牛乳、ちくわ、鶏もも小間切れ、白みそ、なると、かつお節	キャベツ、たまねぎ、ごぼう、にんじん、ねぎ、ひじき、干ししいたけ、◎あおりのり、あおりのり、◎バナナ	○みりん、○しょうゆ、しょうゆ、食塩	麦茶 バナナ	牛乳 天かすおにぎり	
24 金	ご飯 チキンカツのみぞれがけ キャベツと胡瓜の昆布和え 白菜のスープ	472.6(436.4) 20.8(17.6) 12.6(12.4) 1.3(1.3)	米、パン粉、○小麦粉、油、○砂糖、小麦粉、砂糖、片栗粉	鶏ささ身、○卵、○牛乳、○バター	キャベツ、はくさい、だいごん、たまねぎ、きゅうり、にんじん、塩こんぶ	しょうゆ、酢、○ベーキングパウダー、コンソメ、食塩	麦茶 菓子	麦茶 カステラ	おみせやさん ごっこ
25 土	ベーコンポテトサンド ビーフンスープ バナナ	491.5(435.0) 13.7(13.8) 17.7(17.4) 2.0(1.9)	マーガリンロール 55g、○ゼリー(オレンジ、りんご、ぶどう)、じゃがいも、ビーフン、大豆マヨネーズ、砂糖、マーガリンロール 45g	豚ひき肉、ベーコン、◎チーズ	バナナ、たまねぎ、にんじん、チンゲンサイ	しょうゆ、食塩、コンソメ	麦茶 ベビーチーズ	麦茶 菓子、ゼリー	
27 月	ポークカレー コールスローサラダ 玉ねぎとしめじのスープ りんごジュース	568.3(519.9) 21.1(20.7) 16.0(16.5) 2.2(1.9)	米、大豆マヨネーズ、○砂糖、砂糖、油	○ヨーグルト(加糖)、豚肩小間切れ、○スキムミルク、スキムミルク、グリーンピース(揚げ豆)、◎牛乳	りんご天然果汁、たまねぎ、キャベツ、にんじん、しめじ、コーン缶、にんにく	カレールウ、しょうゆ、酢、食塩、コンソメ	牛乳	スキムミルク ココア 菓子、カップ ヨーグルト	
28 火	きのこうどん 鶏の照り焼き 切干大根のナムル	392.3(347.6) 20.4(16.7) 14.4(11.6) 2.1(1.7)	ゆでうどん、○小麦粉、○砂糖、○さつまいも、○油、砂糖、ごま油	鶏もも肉 30g、○調製豆乳、豚肩小間切れ、かつお節	にんじん、もやし、きゅうり、なめこ、しめじ、ねぎ、えのきたけ、○りんご、まいたけ、切り干しだいごん、◎バナナ	しょうゆ、みりん、○ベーキングパウダー、食塩	麦茶 バナナ	麦茶 りんごとさつま芋のケーキ	
29 水	ベーコントマトサンド クリームシチュー にんじんサラダ	606.8(486.7) 23.2(20.1) 25.2(22.8) 2.5(2.2)	食パン 8枚切り、じゃがいも、○米、小麦粉、油、砂糖	○牛乳、鶏もも小間切れ、ベーコン、○さけ(塩)、バター、スキムミルク、○白ごま、白ごま、◎チーズ	たまねぎ、にんじん、もやし、ピーマン	ケチャップ、しょうゆ、酢、食塩、コンソメ	麦茶 ベビーチーズ	牛乳 鮭おにぎり	
30 木	味噌ラーメン レバーのかりん揚げ 野菜の甘酢	492.8(428.0) 27.5(22.4) 12.9(10.4) 1.8(1.5)	ゆで中華めん、○米、片栗粉、砂糖、油、○ごま油	○牛乳、豚レバー(スライス)、豚肩小間切れ、○しらす干し、白みそ、いわし(煮干し)	キャベツ、たまねぎ、もやし、みかん缶、○ごまつな、きゅうり、コーン缶、しょうが、にんにく、◎バナナ	ケチャップ、中華スープ、中濃ソース、酢、しょうゆ、食塩	麦茶 バナナ	牛乳 青菜としらすのおにぎり	
31 金	ビビンバ たたき胡瓜 にら卵汁	520.9(475.1) 24.1(20.2) 16.3(15.4) 1.7(1.6)	米、○小麦粉、○砂糖、押麦、ごま油、○油、砂糖、片栗粉、○片栗粉、○ごま油	豚肩小間切れ、卵、○豚ひき肉、○スキムミルク、かつお節、赤みそ、白ごま	きゅうり、もやし、ほうろそう、にんじん、にら、◎たまねぎ、○干ししいたけ、にんにく、しょうが	しょうゆ、酢、○しょうゆ、○ベーキングパウダー、○鶏ガラ、食塩	麦茶 菓子	スキムミルク 肉まん風蒸しパン	

	献立		食材		備考
	11:00	9:00/15:00	11:00の食材	9:00/15:00の食材	
04土	固がゆ わかめスープ みかん缶	ミルク ベビーチーズ ミルク 乳児用菓子	米/カットわかめ、しょうゆ、塩、かつお節/みかん缶	ベビーチーズ 乳児用菓子	
06月	固がゆ 肉じゃが 大根のみそ汁	ミルク 乳児用菓子 ミルク 蒸しパン	米/豚肩小間切れ、にんじん、たまねぎ、じゃがいも、グリーンピース、かつお節、しょうゆ、みりん、砂糖/だいこん、えのきたけ、白みそ、煮干し	乳児用菓子 小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、調整豆乳、油	
07火	イタリアンスパゲティ ささみのサラダ チンゲン菜のスープ	ミルク バナナ ミルク 青のりおじや	スパゲティ、ベーコン、たまねぎ、にんじん、ピーマン、油、ケチャップ、食塩/鶏ささみ、食塩、酒、キャベツ、きゅうり、にんじん、しょうゆ、酢、砂糖、ごま油/チンゲン菜、たまねぎ、しょうゆ、食塩、かつお節	バナナ 米、青のり	
08水	マーガリンロール スキムミルク入り洋風炒り豆腐 ツナサラダ	ミルク ベビーチーズ ミルク ひじきおじや	マーガリンロール/押し豆腐、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、卵、さやえんどう、スキムミルク、油、食塩、しょうゆ、干ししいたけ、かつお節/ツナ油漬缶、キャベツ、きゅうり、トマト、食塩、しょうゆ、砂糖、油、酢	ベビーチーズ 米、にんじん、ひじき、しょうゆ、砂糖、みりん、酒、食塩	
09木	けんちんうどん 春巻き 胡瓜ともやしのかつお節和え	ミルク 乳児用菓子 ミルク おほかおじや	ゆでうどん、鶏もも小間切れ、だいこん、にんじん、ごぼう、ねぎ、かつお節、しょうゆ、みりん、食塩/豚ひき肉、ごま油、たまねぎ、にんじん、春雨、しょうゆ、干ししいたけ、食塩、春巻きの皮、油/きゅうり、もやし、かつお節、しょうゆ	乳児用菓子 米、かつお節	
10金	固がゆ すき焼き煮 かきたま汁 みかん	ミルク バナナ ミルク 乳児用菓子、プレーンヨーグルト	米/焼き豆腐、豚肩小間切れ、油、ねぎ、にんじん、はくさい、さやえんどう、砂糖、しょうゆ、みりん、かつお節/卵、だいこん、にんじん、干ししいたけ、かつお節、しょうゆ、食塩、片栗粉/みかん	バナナ 乳児用菓子、プレーンヨーグルト	
11土	焼きうどん 鶏としめじのスープ バナナ	ミルク ベビーチーズ ミルク 乳児用菓子	ゆでうどん、豚肩小間切れ、キャベツ、にんじん、ピーマン、油、しょうゆ、みりん/鶏もも小間切れ、しめじ、たまねぎ、かつお節、しょうゆ/バナナ	ベビーチーズ 乳児用菓子	
14火	固がゆ 野菜あんかけ マカロニサラダ わかめスープ	ミルク バナナ ミルク あずきがゆ	米/豚肩小間切れ、たまねぎ、にんじん、にんにく、油、しょうゆ、みりん、片栗粉/マカロニ、きゅうり、にんじん、コーン缶、ベーコン、大豆マヨネーズ/カットわかめ、たまねぎ、しょうゆ、食塩、かつお節	バナナ 米、乾燥あずき	
15水	マーガリンロール ツナサンドの具 春雨と団子のスープ ひじきの和風サラダ	ミルク ベビーチーズ ミルク 五平餅風おじや	マーガリンロール/ツナ油漬缶、コーン缶、大豆マヨネーズ、食塩/鶏むねひき肉、たまねぎ、しょうが、しょうゆ、食塩、ごま油、にんじん、木綿豆腐、しめじ、春雨、食塩、しょうゆ、ごま油、かつお節/ひじき、にんじん、きゅうり、白ごま、油、酢、砂糖、しょうゆ、食塩	ベビーチーズ 米、しょうゆ、みりん、砂糖、白みそ、すりごま	
16木	ミートソースペンネ もやしのサラダ 長ねぎのスープ	ミルク バナナ ミルク 肉みそおじや	ペンネ、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、ケチャップ、トマトピューレ、食塩、油/もやし、きゅうり、にんじん、しょうゆ、酢、ごま油、砂糖/カットわかめ、ねぎ、しょうゆ、食塩、かつお節	バナナ 米、豚ひき肉、白みそ、しょうゆ、砂糖、酒	
17金	固がゆ 鮭の塩焼き 切干大根のサラダ さつま汁	ミルク 乳児用菓子 ミルク きな粉揚げパン	米/鮭、食塩/切干大根、キャベツ、にんじん、ベーコン、しょうゆ、酢、砂糖、大豆マヨネーズ/鶏もも小間切れ、木綿豆腐、さつまいも、にんじん、だいこん、ごぼう、ねぎ、白みそ、油、かつお節	乳児用菓子 コッペパン、油、きな粉、砂糖、食塩	
18土	固がゆ 鶏の照り焼き 野菜みそ汁 バナナ	ミルク ベビーチーズ ミルク 乳児用菓子	米/鶏もも肉、しょうが、砂糖、しょうゆ、みりん/キャベツ、にんじん、えのきたけ、白みそ、煮干し/バナナ	ベビーチーズ 乳児用菓子	
20月	固がゆ そぼろ菜飯の具 ひじきとキャベツのサラダ 飛鳥汁	ミルク 牛乳 ミルク さつまいもだんご	米/鶏むねひき肉、ごま油、しょうが、ごま油、にんじん、しょうゆ、みりん、砂糖、白ごま、片栗粉/ひじき、ベーコン、キャベツ、コーン缶、大豆マヨネーズ、食塩、しょうゆ/鶏もも小間切れ、だいこん、にんじん、はくさい、調整豆乳、白みそ、かつお節	牛乳 さつまいも、砂糖、上新粉、しょうゆ、片栗粉	
21火	焼きうどん さつまいものサラダ 酸味スープ	ミルク バナナ ミルク おほかおじや	ゆでうどん、豚肩小間切れ、キャベツ、にんじん、もやし、油、しょうゆ、みりん/さつまいも、きゅうり、大豆マヨネーズ、食塩、酢/木綿豆腐、卵、干ししいたけ、にんじん、ねぎ、しょうゆ、ごま油、酢、食塩、かつお節	バナナ 米、かつお節、白ごま、しょうゆ、みりん、酒	
22水	マーガリンロール フィッシュフライ 野菜スープ バナナ	ミルク ベビーチーズ ミルク わかめおじや	マーガリンロール/メルルーサ、小麦粉、パン粉、油/豚肩小間切れ、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、プロッコリー、コーン缶、食塩、かつお節、しょうゆ/バナナ	ベビーチーズ 米、炊き込みわかめ	
23木	五目みそうどん カレイ磯辺揚げ キャベツとひじき炒め	ミルク バナナ ミルク 天かすおじや	ゆでうどん、鶏もも小間切れ、たまねぎ、ごぼう、にんじん、ねぎ、干ししいたけ、かつお節、白みそ、食塩/カレイ、青のり、小麦粉、油/キャベツ、ひじき、食塩、しょうゆ、ごま油	バナナ 米、天かす、あおのり、しょうゆ、みりん、砂糖	
24金	固がゆ チキンカツのみぞれがけ キャベツと胡瓜の昆布和え 白菜のスープ	ミルク 乳児用菓子 ミルク カステラ	米/鶏ささみ、小麦粉、パン粉、油、だいこん、酢、砂糖、しょうゆ、片栗粉/キャベツ、きゅうり、にんじん、塩昆布/はくさい、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、食塩、かつお節	乳児用菓子 バター、砂糖、卵、牛乳、小麦粉、ベーキングパウダー	
25土	マーガリンロール ベーコンポテトサンドの具 ビーフンスープ バナナ	ミルク ベビーチーズ ミルク 乳児用菓子	マーガリンロール/じゃがいも、ベーコン、食塩、大豆マヨネーズ、砂糖/ビーフン、チンゲン菜、にんじん、たまねぎ、豚ひき肉、しょうゆ、塩、かつお節/バナナ	ベビーチーズ 乳児用菓子	
27月	固がゆ 野菜あんかけ コールスローサラダ 玉ねぎとしめじのスープ	ミルク 乳児用菓子 ミルク 乳児用菓子、プレーンヨーグルト	米/豚肩小間切れ、たまねぎ、にんじん、かつお節、にんにく、グリーンピース、しょうゆ、みりん、片栗粉/キャベツ、にんじん、コーン缶、食塩、砂糖、大豆マヨネーズ、酢/たまねぎ、しめじ、しょうゆ、食塩、かつお節	乳児用菓子 乳児用菓子、プレーンヨーグルト	
28火	きのこうどん 鶏の照り焼き 切干大根のナムル	ミルク バナナ ミルク りんごとさつま芋のケーキ	ゆでうどん、豚肩小間切れ、しめじ、えのきたけ、まいたけ、なめこ、にんじん、ねぎ、かつお節、しょうゆ、みりん、食塩/鶏もも肉、砂糖、しょうゆ、みりん/切干大根、もやし、きゅうり、にんじん、しょうゆ、ごま油、食塩	バナナ 小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、調整豆乳、油、さつまいも、りんご	
29水	食パン ベーコントマトサンドの具 クリームシチュー にんじんサラダ	ミルク ベビーチーズ ミルク 鮭おじや	食パン/ベーコン、たまねぎ、ピーマン、食塩、砂糖、ケチャップ/鶏もも小間切れ、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油、小麦粉、バター、スキムミルク、食塩/にんじん、もやし、油、酢、砂糖、しょうゆ、白ごま	ベビーチーズ 米、鮭、白ごま	
30木	味噌煮込みうどん レバーのかりん揚げ 野菜の甘酢	ミルク バナナ ミルク 青菜としらすのおじや	ゆでうどん、豚肩小間切れ、たまねぎ、油、コーン缶、もやし、煮干し、白みそ/豚レバー、しょうが、にんにく、しょうゆ、片栗粉、油、ケチャップ/キャベツ、きゅうり、みかん缶、砂糖、食塩、酢	バナナ 米、小松菜、しらす、ごま油	
31金	固がゆ ビビンバの具 たたき胡瓜 にら卵汁	ミルク 乳児用菓子 ミルク 肉まん風蒸しパン	米/豚肩小間切れ、しょうが、にんにく、赤みそ、しょうゆ、砂糖、白ごま、ごま油、もやし、ほうれん草、にんじん、しょうゆ、酢、ごま油/きゅうり、ごま油、しょうゆ、酢/卵、にら、しょうゆ、食塩、片栗粉、かつお節	乳児用菓子 小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、油、豚ひき肉、たまねぎ、干ししいたけ、しょうゆ、ごま油、片栗粉	

※ 乳児用菓子・・・ハイハイ / マンナウェファー / マンナビスケット の いずれかの提供になります。

	献立		食 材		備考
	11:00	9:00/15:00	11:00の食材	9:00/15:00	
04 土	おかゆ たまねぎとにんじんのクタクタ煮 かつおだし汁	ミルク ハイハイ ミルク ハイハイ	米/たまねぎ、にんじん/かつお節	ハイハイ ハイハイ	
06 月	おかゆ にんじん、だいこん、じゃがいも ささみ 煮干しだし汁	ミルク ハイハイ ミルク パンがゆ	米/にんじん/だいこん/じゃがいも/ささみ/煮干し	ハイハイ 食パン	
07 火	ゆでうどん(かつおだし) たまねぎ、きゅうり、キャベツ ささみ	ミルク バナナ ミルク 青のりがゆ	ゆでうどん、かつお節/たまねぎ/きゅうり/キャベツ/ささみ	バナナ 米、青のり	
08 水	パンがゆ きゅうり、にんじん、押し豆腐 ささみ	ミルク ハイハイ ミルク にんじんがゆ	食パン/きゅうり/にんじん/押し豆腐/ささみ	ハイハイ 米、にんじん	
09 木	ゆでうどん(かつおだし) にんじん、だいこん、たまねぎ ささみ	ミルク ハイハイ ミルク おかががゆ	ゆでうどん、かつお節/にんじん/だいこん/たまねぎ/ささみ	ハイハイ 米、かつお節	
10 金	おかゆ にんじん、だいこん、はくさい ささみ かつおだし汁	ミルク バナナ ミルク ハイハイ、プレーンヨーグルト	米/にんじん/だいこん/はくさい/ささみ/かつお節	バナナ ハイハイ、プレーンヨーグルト	
11 土	ゆでうどん(かつおだし) キャベツとにんじんのクタクタ煮 バナナ	ミルク ハイハイ ミルク ハイハイ	ゆでうどん、かつお節/キャベツ、にんじん/バナナ	ハイハイ ハイハイ	
14 火	おかゆ きゅうり、にんじん、たまねぎ ささみ かつおだし汁	ミルク バナナ ミルク あずきがゆ	米/きゅうり/にんじん/たまねぎ/ささみ/かつお節	バナナ 米、乾燥あずき	
15 水	パンがゆ にんじん、木綿豆腐、こまつな ささみ	ミルク ハイハイ ミルク 青のりがゆ	食パン/にんじん/木綿豆腐/こまつな/ささみ	ハイハイ 米、青のり	
16 木	ゆでうどん(かつおだし) きゅうり、にんじん、たまねぎ ささみ	ミルク バナナ ミルク おかががゆ	ゆでうどん、かつお節/きゅうり/にんじん/たまねぎ/ささみ	バナナ 米、かつお節	
17 金	おかゆ 木綿豆腐、キャベツ、さつまいも カレー かつおだし汁	ミルク ハイハイ ミルク パンがゆ	米/木綿豆腐/キャベツ/さつまいも/カレー/かつお節	ハイハイ 食パン	
18 土	おかゆ キャベツとにんじんのクタクタ煮 煮干しだし汁 バナナ	ミルク ハイハイ ミルク ハイハイ	米/キャベツ、にんじん/煮干し/バナナ	ハイハイ ハイハイ	
20 月	おかゆ にんじん、だいこん、はくさい ささみ かつおだし汁	ミルク ハイハイ ミルク さつまいものゆでつぶし	米/にんじん/だいこん/はくさい/ささみ/かつお節	ハイハイ さつまいも	
21 火	ゆでうどん(かつおだし) きゅうり、木綿豆腐、さつまいも ささみ	ミルク バナナ ミルク おかががゆ	ゆでうどん、かつお節/きゅうり/木綿豆腐/さつまいも/ささみ	バナナ 米、かつお節	
22 水	パンがゆ にんじん、たまねぎ、じゃがいも カレー	ミルク ハイハイ ミルク 青のりがゆ	食パン/にんじん/たまねぎ/じゃがいも/カレー	ハイハイ 米、青のり	
23 木	ゆでうどん(かつおだし) にんじん、たまねぎ、キャベツ カレー	ミルク バナナ ミルク おかががゆ	ゆでうどん、かつお節/にんじん/たまねぎ/キャベツ/カレー	バナナ 米、かつお節	
24 金	おかゆ きゅうり、にんじん、だいこん ささみ かつおだし汁	ミルク ハイハイ ミルク パンがゆ	米/きゅうり/にんじん/だいこん/ささみ/かつお節	ハイハイ 食パン	
25 土	パンがゆ にんじんとたまねぎのクタクタ煮 バナナ	ミルク ハイハイ ミルク ハイハイ	食パン/にんじん、たまねぎ/バナナ	ハイハイ ハイハイ	
27 月	おかゆ にんじん、たまねぎ、キャベツ ささみ かつおだし汁	ミルク ハイハイ ミルク ハイハイ、プレーンヨーグルト	米/にんじん/たまねぎ/キャベツ/ささみ/かつお節	ハイハイ ハイハイ、プレーンヨーグルト	
28 火	ゆでうどん(かつおだし) きゅうり、にんじん、さつまいも ささみ	ミルク バナナ ミルク パンがゆ	ゆでうどん、かつお節/きゅうり/にんじん/さつまいも/ささみ	バナナ 食パン	
29 水	パンがゆ にんじん、たまねぎ、じゃがいも ささみ	ミルク ハイハイ ミルク おかががゆ	食パン/にんじん/たまねぎ/じゃがいも/ささみ	ハイハイ 米、かつお節	
30 木	ゆでうどん(煮干しだし) きゅうり、たまねぎ、キャベツ ささみ	ミルク バナナ ミルク 小松菜がゆ	ゆでうどん、煮干し/きゅうり/たまねぎ/キャベツ/ささみ	バナナ 米、小松菜	
31 金	おかゆ きゅうり、にんじん、ほうれん草 ささみ かつおだし汁	ミルク ハイハイ ミルク パンがゆ	米/きゅうり/にんじん/ほうれん草/ささみ/かつお節	ハイハイ 食パン	

◎ 食材は すべてみじんぎりで 提供します。

	献立		食材		備考
	11:00	9:00/15:00	11:00の食材	9:00/15:00	
04 土	おかゆ かつおだし汁		米/かつお節		
06 月	おかゆ にんじん、だいこん、じゃがいも 煮干しだし汁		米/にんじん/だいこん/じゃがいも/煮干し		
07 火	ゆでうどん(かつおだし) たまねぎ、きゅうり、キャベツ		ゆでうどん、かつお節/たまねぎ/きゅうり/キャベツ		
08 水	パンがゆ きゅうり、にんじん、押し豆腐		食パン/きゅうり/にんじん/押し豆腐		
09 木	ゆでうどん(かつおだし) にんじん、だいこん、たまねぎ		ゆでうどん、かつお節/にんじん/だいこん/たまねぎ		
10 金	おかゆ にんじん、だいこん、はくさい かつおだし汁		米/にんじん/だいこん/はくさい/かつお節		
11 土	ゆでうどん(かつおだし)		ゆでうどん、かつお節		
14 火	おかゆ きゅうり、にんじん、たまねぎ かつおだし汁		米/きゅうり/にんじん/たまねぎ/かつお節		
15 水	パンがゆ にんじん、木綿豆腐、こまつな		食パン/にんじん/木綿豆腐/こまつな		
16 木	ゆでうどん(かつおだし) きゅうり、にんじん、たまねぎ		ゆでうどん、かつお節/きゅうり/にんじん/たまねぎ		
17 金	おかゆ 木綿豆腐、キャベツ、さつまいも カレー かつおだし汁		米/木綿豆腐/キャベツ/さつまいも/カレー/かつお節		
18 土	おかゆ 煮干しだし汁		米/煮干し		
20 月	おかゆ にんじん、だいこん、はくさい かつおだし汁		米/にんじん/だいこん/はくさい/かつお節		
21 火	ゆでうどん(かつおだし) きゅうり、木綿豆腐、さつまいも		ゆでうどん、かつお節/きゅうり/木綿豆腐/さつまいも		
22 水	パンがゆ にんじん、たまねぎ、じゃがいも カレー		食パン/にんじん/たまねぎ/じゃがいも/カレー		
23 木	ゆでうどん(かつおだし) にんじん、たまねぎ、キャベツ カレー		ゆでうどん、かつお節/にんじん/たまねぎ/キャベツ/カレー		
24 金	おかゆ きゅうり、にんじん、だいこん かつおだし汁		米/きゅうり/にんじん/だいこん/かつお節		
25 土	パンがゆ		食パン		
27 月	おかゆ にんじん、たまねぎ、キャベツ かつおだし汁		米/にんじん/たまねぎ/キャベツ/かつお節		
28 火	ゆでうどん(かつおだし) きゅうり、にんじん、さつまいも		ゆでうどん、かつお節/きゅうり/にんじん/さつまいも		
29 水	パンがゆ にんじん、たまねぎ、じゃがいも		食パン/にんじん/たまねぎ/じゃがいも		
30 木	ゆでうどん(煮干しだし) きゅうり、たまねぎ、キャベツ		ゆでうどん、煮干し/きゅうり/たまねぎ/キャベツ		
31 金	おかゆ きゅうり、にんじん、ほうれん草 かつおだし汁		米/きゅうり/にんじん/ほうれん草/かつお節		

◎ 食材はすべてペーストで提供します。