

離乳食献立表

令和2年1月

アルタベビー保育園

日付	時間帯	離乳食12～18	離乳食9～11	離乳食7～8	離乳食5～6
4 18 (土)	午前おやつ	牛乳 菓子			
	昼食	ミートソーススパゲティ バナナ お茶	野菜うどん(乾麺・玉ねぎ・人参) バナナ お茶	野菜うどん(乾麺・玉ねぎ・人参) バナナ お茶	野菜うどん(乾麺・玉ねぎ・人参) バナナ
	午後おやつ	牛乳 菓子			
6 20 (月)	午前おやつ	牛乳 菓子			
	昼食	ごはん ツナ入り卵焼き マカロニサラダ みそ汁(玉ねぎ・わかめ)	おかゆ マカロニのミルク煮(ツナ・マカロニ・人参) みそ汁(玉ねぎ)	おかゆ マカロニのミルク煮(ツナ・マカロニ・人参) みそ汁(玉ねぎ)	おかゆ マカロニのミルク煮(マカロニ・人参)
	午後おやつ	コーンフレークミルク			
7 21 (火)	午前おやつ	牛乳 菓子			
	昼食	ごはん 肉野菜炒め はるさめサラダ みそ汁(かぼちゃ・小松菜・ねぎ)	おかゆ ひき肉と野菜の煮物(鶏挽肉・キャベツ・人参) みそ汁(かぼちゃ・小松菜)	おかゆ ひき肉と野菜の煮物(鶏挽肉・キャベツ・人参) みそ汁(かぼちゃ・小松菜)	おかゆ 野菜の煮物(キャベツ・人参)
	午後おやつ	牛乳 フライドポテト			
8 22 (水)	午前おやつ	牛乳 菓子			
	昼食	ごはん 豚肉のすき焼き風煮物 もやしの納豆和え かき玉汁(卵・小松菜)	おかゆ 鶏肉と野菜の煮物(鶏挽肉・豆腐・人参) すまし汁(小松菜)	おかゆ 鶏肉と野菜の煮物(鶏挽肉・豆腐・人参) すまし汁(小松菜)	おかゆ 人参豆腐(豆腐・人参)
	午後おやつ	牛乳 フルーツきんとん			
9 23 (木)	午前おやつ	牛乳 菓子			
	昼食	ごはん さけのチーズ焼き 大豆とひじきのサラダ さつま汁	おかゆ 鮭と野菜の煮物(鮭・大根・人参) さつま汁(豆腐・さつまいも)	おかゆ 鮭と野菜の煮物(鮭・大根・人参) さつま汁(豆腐・さつまいも)	おかゆ 根菜のやわらか煮(大根・人参)
	午後おやつ	牛乳 わかめとコーンのおにぎり			
10 24 (金)	午前おやつ	牛乳 菓子			
	昼食	ごはん チキンカレー ツナサラダ お茶 パイン缶	おかゆ ツナとジャガイモの煮物(ツナ・じゃがいも・人参) 野菜スープ(大根・人参) お茶	おかゆ ツナとジャガイモの煮物(ツナ・じゃがいも・人参) 野菜スープ(大根・人参) お茶	おかゆ 野菜のマッシュ(じゃがいも・人参) お茶
	午後おやつ	牛乳 オレンジゼリー			
11 25 (土)	午前おやつ	牛乳 菓子			
	昼食	焼きそば バナナ お茶	野菜うどん(乾麺・玉ねぎ・人参) バナナ お茶	野菜うどん(乾麺・玉ねぎ・人参) バナナ お茶	野菜うどん(乾麺・玉ねぎ・人参) バナナ
	午後おやつ	牛乳 菓子			

14 28 (火)	午前おやつ	牛乳 菓子			
	昼食	ごはん 鶏肉の照り焼き 小松菜のしらすあえ みそ汁(かぶ・かぶ菜・生揚げ)	おかゆ 小松菜としらすのあんかけ(しらす・小松菜・人参) みそ汁(かぶ)	おかゆ 小松菜としらすの煮物(しらす・小松菜・人参) みそ汁(かぶ)	おかゆ 小松菜のくたくた煮(小松菜・人参)
	午後おやつ	牛乳 さつまいももち			
15 (水) お誕生会	午前おやつ	牛乳 菓子			
	昼食	ごはん シチュー(かぶ) キャベツとりんごのサラダ グレープフルーツ	おかゆ シチュー(鶏挽肉・かぶ・人参) キャベツのスープ(キャベツ) グレープフルーツ	おかゆ シチュー(鶏挽肉・かぶ・人参) キャベツのスープ(キャベツ)	おかゆ シチュー(かぶ・人参)
	午後おやつ	牛乳 キャロットパンケーキ			
16 30 (木)	午前おやつ	牛乳 菓子			
	昼食	ごはん 魚のから揚げ・カレー風味 かぼちゃの煮物 すまし汁(切干し・油揚げ)	おかゆ 魚とかぼちゃの煮物(たら・かぼちゃ・玉ねぎ) すまし汁(人参)	おかゆ 魚とかぼちゃの煮物(たら・かぼちゃ・玉ねぎ) すまし汁(人参)	おかゆ かぼちゃの煮物(かぼちゃ・玉ねぎ)
	午後おやつ	牛乳 マカロニきな粉			
17 31 (金)	午前おやつ	牛乳 菓子			
	昼食	ごはん レバーのマーマレード煮 キャベツのツナマヨネーズあえ はるさめスープ	おかゆ 鶏団子と野菜の煮物(鶏挽肉・玉ねぎ・キャベツ) 豆腐のスープ	おかゆ 鶏団子と野菜の煮物(鶏挽肉・玉ねぎ・キャベツ) 豆腐のスープ	おかゆ 野菜のすり流し(玉ねぎ・キャベツ)
	午後おやつ	牛乳 すいとん			
27 (月)	午前おやつ	牛乳 菓子			
	昼食	ごはん 親子煮 切干し大根のサラダ みそ汁(じゃがいも・厚揚げ)	おかゆ ひき肉と野菜のあんかけ(鶏挽肉・玉ねぎ・人参) みそ汁(じゃがいも)	おかゆ ひき肉と野菜のあんかけ(鶏挽肉・玉ねぎ・人参) みそ汁(じゃがいも)	おかゆ 野菜のやわらか煮(玉ねぎ・人参)
	午後おやつ	お茶 ヨーグルトあえ			
29 (水)	午前おやつ	牛乳 菓子			
	昼食	ごはん 厚揚げのみそ炒め じゃが芋とツナの煮物 卵スープ(卵・人参)	おかゆ じゃが芋とツナの煮物(ツナ・じゃがいも・人参) 野菜スープ(人参)	おかゆ じゃが芋とツナの煮物(ツナ・じゃがいも・人参) 野菜スープ(人参)	おかゆ 根菜の煮物(じゃがいも・人参)
	午後おやつ	牛乳 ブルーベリージャムサンド			