

2019年12月 献立表 (離乳食)

*21日(土)はクリスマス礼拝の為、給食と午後の保育はありません。

日 曜	午前食	主な材料	午後食 ()内は、主な材料です。	日 曜	午前食	主な材料	午後食 ()内は、主な材料です。
2 月	軟飯 大根と人参のそぼろ煮 三度豆のおかか和え	米 鶏肉 大根 人参 三度豆 かつお節	マーメイドポテト (さつまいも、マーメイド)	16 月	軟飯 大根と人参のそぼろ煮 三度豆のおかか和え	米 鶏肉 大根 人参 三度豆 かつお節	きなこマカロニ (マカロニ、きなこ)
3 火	軟飯 野菜のみそ煮 ほうれん草の白和え	米 鶏肉 じゃがいも 人参 三度豆 ほうれん草 しめじ 豆腐	マカロニのクリーム煮 (マカロニ、玉ねぎ、鶏肉、 粉ミルク)	17 火	軟飯 野菜のみそ煮 ほうれん草の白和え	米 鶏肉 じゃがいも 人参 三度豆 ほうれん草 しめじ 豆腐	かぼちゃサンドイッチ (パン、かぼちゃ)
4 水	軟飯 大豆のトマト煮 切干大根煮	米 大豆 鶏肉 玉ねぎ トマト しめじ 切干大根 人参	かつおごはん (米、かつお節)	18 水	軟飯 大豆のトマト煮 切干大根煮	米 大豆 鶏肉 玉ねぎ トマト しめじ 切干大根 人参	鮭ごはん (米、鮭)
5 木	軟飯 豆腐の野菜あんかけ 小松菜の煮びたし	米 豆腐 ほうれん草 人参 小松菜 しめじ 人参	さつまいもスティック (さつまいも)	19 木	軟飯 豆腐の野菜あんかけ 小松菜の煮びたし	米 豆腐 ほうれん草 人参 小松菜 しめじ 人参	オレンジかん (オレンジジュース、寒天)
6 金	軟飯 野菜のコーンクリーム煮 かぼちゃのカレー煮	米 鶏肉 じゃがいも コーン 玉ねぎ 粉ミルク かぼちゃ カレー粉	にゅうめん (そうめん、玉ねぎ、椎茸)	20 金	軟飯 炒り豆腐 青梗菜のツナ和え	米 豆腐 人参 椎茸 三度豆 青梗菜 玉ねぎ ツナ	のりポテト (じゃがいも、青のり)
7 土	軟飯 煮魚 ほうれん草の煮びたし	米 白身魚 かぼちゃ しめじ ほうれん草 人参	さつまいもの茶巾しほり (さつまいも)	21 土	★クリスマス礼拝★		
9 月	軟飯 大豆入りカレーシチュー かぼちゃのサラダ	米 大豆 鶏肉 玉ねぎ 人参 カレー粉 かぼちゃ 人参 ブロッコリー	かぼちゃようかん (かぼちゃ、寒天)	23 月	軟飯 大豆入りカレーシチュー かぼちゃのサラダ	米 大豆 鶏肉 玉ねぎ 人参 カレー粉 かぼちゃ 人参 ブロッコリー	じゃがいものおやき (じゃがいも、パセリ、片栗粉)
10 火	軟飯 炒り豆腐 青梗菜のツナ和え	米 豆腐 人参 椎茸 三度豆 青梗菜 玉ねぎ ツナ	レーズン蒸しパン (ホットケーキミックス、 レーズン)	24 火	軟飯 キャベツとツナのうま煮 かぼちゃのレモン煮	米 ツナ キャベツ 人参 玉ねぎ かぼちゃ レモン	いちご蒸しパン (ホットケーキミックス、 イチゴジャム)
11 水	軟飯 魚のおろし煮 さつまいもの甘煮	米 白身魚 大根 白菜 椎茸 さつまいも しめじ	さつまいもごはん (米、さつまいも)	25 水	軟飯 魚のおろし煮 さつまいもの甘煮	米 白身魚 大根 白菜 椎茸 さつまいも しめじ	青のりとしらすのごはん (米、しらす、青のり)
12 木	軟飯 魚のトマトソースがけ ブロッコリーののり和え	米 白身魚 トマト 玉ねぎ 人参 ブロッコリー のり	きなこのケーキ (ホットケーキミックス、きなこ)	26 木	軟飯 魚のトマトソースがけ ブロッコリーののり和え	米 白身魚 トマト 玉ねぎ 人参 ブロッコリー のり	さつまいものバター焼き (さつまいも、バター)
13 金	軟飯 野菜のそぼろ煮 ほうれん草のおかか煮	米 鶏肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ かぶ ほうれん草 かつお節	ミルクがゆ (米、粉ミルク、玉ねぎ、人参、鶏 肉)	27 金	軟飯 野菜のそぼろ煮 ほうれん草のおかか煮	米 鶏肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ かぶ ほうれん草 かつお節	トマトかん (トマト、寒天)
14 土	軟飯 肉豆腐 青梗菜とわかめの煮びたし	米 豆腐 鶏肉 玉ねぎ 人参 青梗菜 わかめ えのき	りんごのコンポート (りんご)	28 土	軟飯 肉豆腐 青梗菜とわかめの煮びたし	米 豆腐 鶏肉 玉ねぎ 人参 青梗菜 わかめ えのき	わかめごはん (米、わかめ、人参)

★この献立は後期食を基準に作成しています。お子様の成長に合わせて 食材・調理形態などを調整いたしますので、クラス担任にご相談ください。

★後期食については、午前食に果物がついています。

★調味料は記載していませんが、中期食より使用しています。

聖和乳幼児保育センター ・ ぽぷら保育園