

2023年 1月献立表 (離乳食)

*4日(水)は給食はお休みです。お弁当をご持参ください。

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。
5 木	軟飯 煮魚 ほうれん草の煮びたし	米 白身魚 人参 かぼちゃ ほうれん草 えのき	さつまいものお米蒸しパン (米粉のケーキミックス、 さつまいも)	19 木	軟飯 煮魚 ほうれん草の煮びたし	米 白身魚 人参 かぼちゃ ほうれん草 えのき	りんごかん (りんご 寒天)
6 金	軟飯 コーンシチュー さつまいものレモン煮	米 鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ コーン 人参 粉ミルク さつまいも レモン	青菜ご飯 (米 ほうれん草 人参)	20 金	軟飯 コーンシチュー さつまいものレモン煮	米 鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ コーン 人参 粉ミルク さつまいも レモン	ジャムサンド (麦ロール 苺ジャム)
7 土	軟飯 豆腐のあんかけ 小松菜のおかか煮	米 豆腐 鶏肉 ほうれん草 人参 小松菜 えのき かつお節	さつまいもの茶巾絞り (さつまいも)	21 土	軟飯 豆腐のあんかけ 小松菜のおかか煮	米 豆腐 鶏肉 ほうれん草 人参 小松菜 えのき かつお節	かぼちゃのおやき (かぼちゃ)
10 火	軟飯 しろ菜のそぼろ煮 根菜のみそ煮	米 鶏肉 しろ菜 玉ねぎ 人参 大根 人参	じゃがいものお焼き (じゃがいも、青のり)	23 月	軟飯 さつまいもの白和え 小松菜ののり和え	米 豆腐 さつまいも 三度豆 小松菜 人参 のり	ミルクリゾット (米 粉ミルク 鶏肉 玉ねぎ 人参 ほうれん草)
11 水	軟飯 大豆とひじきの煮物 チンゲン菜の煮びたし	米 大豆 ひじき 人参 しめじ チンゲン菜 えのき	きなごぼろ (米 きなこ)	24 火	軟飯 しろ菜のそぼろ煮 根菜のみそ煮	米 鶏肉 しろ菜 玉ねぎ 人参 大根 人参	さつまいものきなこ和え (さつまいも きなこ)
12 木	軟飯 じゃがいものカレーそぼろ煮 ブロッコリーのおかか煮	米 鶏肉 じゃがいも 人参 グリンピース ブロッコリー かつお節	焼きバナナ (バナナ)	25 水	軟飯 大豆とひじきの煮物 チンゲン菜の煮びたし	米 大豆 ひじき 人参 しめじ チンゲン菜 えのき	ツナと青菜ごはん (米 ツナ 小松菜)
13 金	軟飯 大根のツナあんかけ じゃがいもスティック	米 ツナ 大根 人参 三度豆 じゃがいも	米粉のココアケーキ (米粉のケーキミックス ココア)	26 木	軟飯 じゃがいものカレーそぼろ煮 ブロッコリーのおかか煮	米 鶏肉 じゃがいも 人参 グリンピース ブロッコリー かつお節	のりポテト (じゃがいも 青のり)
14 土	軟飯 魚のトマト煮 小松菜ときのこのうま煮	米 白身魚 玉ねぎ しめじ トマト 小松菜 しめじ 人参	かぼちゃようかん (かぼちゃ 寒天)	27 金	軟飯 ほうれん草とツナの甘辛煮 かぼちゃのレモン煮	米 ツナ ほうれん草 人参 かぼちゃ レモン	りんごのコンポート (りんご)
16 月	軟飯 魚のみそ煮 さつまいもスティック	米 白身魚 白菜 大根 人参 さつまいも	ツナパスタ (スパゲティ ツナ 玉ねぎ 人参)	28 土	軟飯 魚のトマト煮 小松菜ときのこのうま煮	米 白身魚 玉ねぎ しめじ トマト 小松菜 しめじ 人参	きなこマカロニ (マカロニ きなこ)
17 火	軟飯 ほうれん草としめじのツナ和え かぼちゃの含め煮	米 ツナ ほうれん草 しめじ 人参 かぼちゃ	米粉のかぼちゃケーキ (米粉のケーキミックス かぼちゃ)	30 月	軟飯 魚のみそ煮 さつまいもスティック	米 白身魚 白菜 大根 人参 さつまいも	スイートパンプキン (かぼちゃ)
18 水	軟飯 鶏じゃが 三度豆のおかか和え	米 鶏肉 玉ねぎ じゃがいも 人参 三度豆 かつお節	かつおごはん (米 かつお節)	31 火	軟飯 ほうれん草としめじのツナ和え かぼちゃの含め煮	米 ツナ ほうれん草 しめじ 人参 かぼちゃ	グリンピースごはん (米 グリンピース)

★この献立は後期食を基準に作成しています。中期食は、後期食のメニューから刻んだり、味を薄めたり、潰したものを提供しています。

前期食は、アクの少ない野菜をペースト状にして提供しています。

★中期食から、午後食を提供しています。

★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。