



令和 4年 10月 さくらの木保育園 離乳食 献立表



	乳児食	12~15ヶ月	9~11ヶ月	7~9ヶ月	主な材料		乳児食	12~15ヶ月	9~11ヶ月	7~9ヶ月	主な材料
1 (土) ・ 24 (月)	ごはん さつまいもと豚肉の煮物 かぶの塩もみ すまし汁 果物	ごはん さつまいもと豚肉の煮物 かぶの塩もみ すまし汁 果物	軟飯 さつまいもと豚肉の煮物 かぶの塩もみ すまし汁	お粥 ささ身煮 さつまいも煮 かぶ煮 スープ	米 豚肉 さつまいも 人参 玉葱 油 しょうゆ 三温糖 さやえんどう かぶ かぶの葉 塩 昆布 鰹節 キャベツ 大根 万能ねぎ 鶏肉	11 (火)	納豆ご飯 里芋の炒め煮 磯辺和え 味噌汁 果物	納豆ご飯 里芋の煮物 磯辺和え 味噌汁 果物	納豆軟飯 里芋の煮物 磯辺和え 味噌汁	お粥 豆腐煮 大根煮 小松菜煮 スープ	納豆 米 鰹節 万能ねぎ しょうゆ 鶏肉 里芋 人参 油 三温糖 キャベツ ほうれん草 焼き海苔 煮干 味噌 大根 豆腐 わかめ 長葱 小松菜 昆布
	牛乳 1日 クッキー 24日 シュガートースト	牛乳 シュガートースト スティック人参	ミルク	ミルク	牛乳 クッキー 食パン 三温糖 バター 人参		牛乳 けんちんうどん	牛乳 けんちんうどん スティック大根	ミルク	ミルク	牛乳 乾麺 豚肉 人参 ごぼう 小松菜 昆布鰹節 しょうゆ みりん 塩 胡麻油 片栗粉 大根 三温糖
3 ・ 17 (月)	ごはん 鶏肉のつけ焼き きんぴらごぼう 味噌汁 果物	ごはん 鶏肉のつけ焼き 野菜の炒め煮 味噌汁 果物	軟飯 鶏肉のつけ焼き 野菜の炒め煮 味噌汁	お粥 高野豆腐煮 人参煮 玉葱煮 スープ	米 鶏肉 玉葱 にんにく 三温糖 しょうゆ 人参 油 煮干 高野豆腐 さやえんどう 味噌 かぼちゃ 小松菜 鰹節 昆布	12 ・ 26 (水)	ぶどうパン 豚肉のケチャップ煮 マッシュポテト いんげんソテー 果物	トースト 豚肉のケチャップ煮 マッシュポテト いんげんソテー スープ 果物	トースト 豚肉のケチャップ煮 こふき芋 ゆでいんげん スープ	パン粥 ささ身煮 じゃが芋煮 いんげん煮 スープ	ぶどうパン 食パン 豚肉 塩 油 玉葱 ピーマン ケチャップ 三温糖 じゃが芋 パセリ粉 いんげん バター 昆布 鰹節 ほうれん草 コーン缶 人参 鶏肉
	牛乳 マカロニミートソースかけ	牛乳 マカロニミートソースかけ スープ	ミルク	ミルク	牛乳 マカロニ 油 豚肉 玉葱 塩 人参 ケチャップ しょうゆ 小麦粉 パセリ粉 昆布鰹節 さやえんどう		牛乳 そぼろおにぎり	牛乳 そぼろおにぎり スープ	ミルク	ミルク	牛乳 米 人参 鶏肉 三温糖 しょうゆ 油 昆布鰹節 じゃが芋 ほうれん草 塩
4 ・ 18 (火)	ロールパン 鮭のフライ れんこん胡麻マヨ もやしスープ 果物	トースト 鮭のムニエル 人参の胡麻マヨネーズ もやしスープ 果物	トースト 鮭のソテー 人参の 胡麻マヨネーズ もやしスープ	パン粥 白身魚煮 人参煮 いんげん煮 スープ	ロールパン 食パン 鮭 塩 油 小麦粉 パン粉 ソース れんこん 人参 いんげん マヨネーズ 胡麻 昆布 鰹節 もやし ほうれん草 しょうゆ 白身魚 玉葱	13 ・ 27 (木)	野菜タンメン 豆腐サラダ トマト 果物	野菜うどん 豆腐サラダ トマト 果物	野菜うどん 豆腐サラダ トマト	お粥 豆腐煮 トマト煮 さつまいも煮	中華麺 乾麺 豚肉 キャベツ 人参 コーン缶 油 しょうゆ 塩 昆布鰹節 豆腐 ツナ缶 いんげん 玉葱 赤ピーマン 酢 胡麻油 トマト さつまいも
	牛乳 ひじきおにぎり	牛乳 ひじきおにぎり スティックかぼちゃ	ミルク	ミルク	牛乳 米 ひじき しょうゆ 三温糖 人参 かぼちゃ		牛乳 スイートポテト	牛乳 スイートポテト スープ	ミルク	ミルク	牛乳 さつまいも 三温糖 バター 胡麻 昆布鰹節 キャベツ 玉葱 塩 しょうゆ
5 ・ 19 (水)	ごはん じゃんじゃん豆腐 白菜おかか和え トマト 味噌汁 果物	ごはん じゃんじゃん豆腐 白菜おかか和え トマト 味噌汁 果物	軟飯 じゃんじゃん豆腐 白菜おかか和え トマト 味噌汁	お粥 豆腐煮 さつまいも煮 トマト煮 スープ	米 豚肉 油 豆腐 長葱 人参 しょうゆ 味噌 三温糖 片栗粉 白菜 玉葱 鰹節 トマト 煮干 味噌 さつまいも 昆布	14 ・ 28 (金)	ごはん 白身魚の蒲焼き 根菜の炒め煮 豚汁 果物	ごはん 白身魚の蒲焼き 紅白煮 豚汁 果物	ごはん 白身魚の蒲焼き 紅白煮 豚汁	お粥 白身魚煮 小松菜煮 かぼちゃ煮 スープ	米 白身魚 片栗粉 油 しょうゆ 三温糖 大根 人参 鰹節 煮干 昆布 味噌 白菜 小松菜 豚肉 豆腐 かぼちゃ
	牛乳 変わりアップルパイ	牛乳 りんごの蒸しパン スープ	ミルク	ミルク	牛乳 小麦粉 りんご 三温糖 油 ベーキングパウダー 昆布鰹節 白菜 人参 塩 しょうゆ 春巻きの皮		牛乳 ピザトースト	牛乳 ピザトースト スティックかぼちゃ	ミルク	ミルク	牛乳 食パン 粉チーズ ケチャップ ピーマン コーン缶 玉葱 かぼちゃ
6 ・ 20 (木)	肉うどん 里芋の和風炒め カリフラワー 果物	肉うどん 里芋の和風炒め カリフラワー 果物	肉うどん 里芋の和風炒め ブロッコリー	お粥 ささ身煮 カリフラワー煮 ほうれん草煮 スープ	乾麺 豚肉 玉葱 人参 長葱 油 昆布 鰹節 塩 ほうれん草 里芋 人参 味噌 しょうゆ カリフラワー 鶏肉 オリブ油	15 ・ 29 (土)	肉味噌スパゲッティ チーズサラダ ゆでブロッコリー スープ 果物	肉味噌スパゲッティ チーズサラダ スープ 果物	肉味噌スパゲッティ チーズサラダ スープ	お粥 ささ身煮 人参煮 キャベツ煮 スープ	スパゲッティ 豚肉 玉葱 人参 ピーマン 油 味噌 三温糖 片栗粉 キャベツ きゅうり 粉チーズ 塩 酢 ブロッコリー 昆布鰹節 しょうゆ 米 鶏肉
	牛乳 きなこクリームサンド	牛乳 きなこクリームパン スティックじゃが芋	ミルク	ミルク	牛乳 コッペパン きなこ バター 三温糖 じゃが芋		牛乳 クッキー	牛乳 雑炊 スティックきゅうり	ミルク	ミルク	牛乳 クッキー 米 人参 麩 キャベツ 玉葱 塩 しょうゆ きゅうり
7 ・ 21 (金)	チキンカレーライス りんごサラダ 春雨スープ 果物	チキンカレーライス りんごサラダ 春雨スープ 果物	チキンミルクライス りんごサラダ 春雨スープ	お粥 雑煮 キャベツ煮 人参煮 スープ	米 鶏肉 玉葱 人参 じゃが芋 油 りんご セロリ ケチャップ ソース 塩 しょうゆ 麩 バター 小麦粉 カレー粉 牛乳 キャベツ きゅうり 酢 三温糖 昆布 鰹節 春雨 チンゲン菜	31 (月) ハロ ウィン	ピラフ 鶏肉のスペアリブ風 パンキンサラダ ほうれん草のポタージュ 果物	ピラフ 鶏肉のスペアリブ風 パンキンサラダ ほうれん草のポタージュ 果物	ピラフ 鶏肉のソテー パンキンサラダ ほうれん草のポター ジュ	お粥 高野豆腐煮 かぼちゃ煮 玉葱煮 スープ	米 人参 コーン缶 塩 しょうゆ バター 鶏肉 玉葱 三温糖 にんにく かぼちゃ チーズ パセリ粉 ほうれん草 オリブ油 昆布 鰹節 牛乳 食パン 高野豆腐
	牛乳 かぼちゃグラタン	牛乳 かぼちゃグラタン スープ	ミルク	ミルク	牛乳 かぼちゃ ツナ缶 人参 マヨネーズ 昆布鰹節 キャベツ 塩 しょうゆ		牛乳 ハロウィンサンド	牛乳 ハロウィンサンド スティック人参	ミルク	ミルク	牛乳 食パン かぼちゃ 三温糖 人参
8 ・ 22 (土)	食パン 鶏肉のマーメレード焼き ポテトソテー スープ 果物	トースト 鶏肉の照り焼き ポテトソテー スープ 果物	トースト 鶏の照り焼き ポテトソテー スープ	パン粥 ささ身煮 かぼちゃ煮 ブロッコリー煮 スープ	食パン 鶏肉 玉葱 三温糖 油 じゃが芋 人参 ブロッコリー 塩 昆布 鰹節 かぼちゃ しょうゆ	25 (火) 誕生会	さつまいもごはん つくね 和風ソースかけ 野菜ソテー そうめんスープ 果物	さつまいもごはん つくね 和風ソースかけ 野菜ソテー そうめんスープ 果物	さつまいもごはん つくね 和風ソースかけ 野菜ソテー そうめんスープ	お粥 鶏団子 人参煮 ブロッコリー煮 スープ	米 さつまいも 鶏肉 玉葱 塩 油 しょうゆ 片栗粉 鰹節 人参 三温糖 じゃが芋 ブロッコリー バター 昆布 素麺 さつまいも コーン缶
	牛乳 クッキー	牛乳 ホットケーキ スティック人参	ミルク	ミルク	牛乳 クッキー 小麦粉 人参 ベーキングパウダー 三温糖		牛乳 トースト 洋梨の フルーツヨーグルト	牛乳 トースト 洋梨の フルーツヨーグルト	ミルク	ミルク	牛乳 食パン 洋梨 りんご みかん缶 ヨーグルト ブルーベリージャム