



令和 4年 11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	主な材料		乳児食	12~15ヶ月	9~11ヶ月	主な材料
1 ・ 15 (火)	ぶどうパン 魚のバーベキュー さつま芋のヨーグルトサラダ 白菜スープ 果物	トースト 魚のバーベキュー さつま芋のヨーグルトサラダ 白菜スープ 果物	トースト 魚のバーベキュー さつま芋のヨーグルトサラダ 白菜スープ	ぶどうパン 食パン 白身魚 かじき 玉葱 小麦粉 りんご 三温糖 しょうゆ 油 さつま芋 南瓜 ブロッコリー ヨーグルト マヨネーズ 塩 こしょう 昆布鰹節 白菜 人参 ほうれん草 コーンスターチ	10 ・ 24 (木)	肉うどん 大根とツナのサラダ トマト 果物	肉うどん 大根とツナのサラダ トマト 果物	肉うどん 大根とツナのサラダ トマト	乾麺 豚肉 人参 もやし キャベツ 小松菜 長葱 煮干 昆布鰹節 ごま油 塩 しょうゆ 大根 トマト きゅうり ツナ缶 マヨネーズ 三温糖 こしょう コーンスターチ
	牛乳 ホットケーキ	牛乳 ホットケーキ スティック南瓜	ミルク	牛乳 小麦粉 ベーキングパウダー 三温糖 南瓜		牛乳 メキシカンライス	牛乳 メキシカンライス スティック大根	ミルク	牛乳 米 パター 玉葱 赤ピーマン 黄ピーマン ピーマン 塩 カレー粉 大根
2 (水)	ごはん 肉豆腐 ほうれん草の胡麻和え けんちん汁 果物	ごはん 肉豆腐 ほうれん草の胡麻和え けんちん汁 果物	ごはん 肉豆腐 ほうれん草の胡麻和え けんちん汁	米 豚肉 豆腐 しょうゆ 油 昆布鰹節 三温糖 人参 胡麻 ほうれん草 大根 ごぼう 塩 長葱 コーンスターチ	11 ・ 25 (金)	ごはん 大豆と鶏肉の揚げ煮 漬物 味噌汁 果物	ごはん 大豆と鶏肉の煮物 ゆで野菜 味噌汁 果物	ごはん 大豆と鶏肉の煮物 ゆで野菜 味噌汁	米 大豆 鶏肉 生姜 しょうゆ 片栗粉 油 さつま芋 人参 ほうれん草 三温糖 しょうゆ 白菜 塩 キャベツ 豆腐 煮干 味噌 昆布鰹節 コーンスターチ
	牛乳 味噌蒸しパン	牛乳 味噌蒸しパン スープ	ミルク	牛乳 小麦粉 味噌 粉チーズ 塩 ベーキングパウダー ほうれん草 玉葱 昆布鰹節 しょうゆ 三温糖		牛乳 ベリーパウンド	牛乳 ベリーパウンド スープ	ミルク	牛乳 小麦粉 ベーキングパウダー 塩 りんごジュース メープルシロップ 豆乳 油 ブルーン さつま芋 玉葱 昆布鰹節 しょうゆ 塩
4 ・ 18 (金)	あんかけうどん うの花 かぼちゃの素揚げ 果物	あんかけうどん うの花 かぼちゃの煮物 果物	あんかけうどん うの花 かぼちゃの煮物	乾麺 豚肉 白菜 人参 玉葱 みりん 昆布鰹節 塩 しょうゆ 酒 片栗粉 長葱 小松菜 おから 南瓜 三温糖 さやえんどう コーンスターチ	12 ・ 26 (土)	カレーうどん 紅白煮 ゆでいんげん マヨネーズ添え 果物	カレーうどん 紅白煮 ゆでいんげん 果物	肉うどん 紅白煮 ゆでいんげん	乾麺 豚肉 玉葱 人参 長葱 昆布鰹節 カレー粉 しょうゆ みりん 塩 片栗粉 じゃが芋 三温糖 いんげん マヨネーズ コーンスターチ
	牛乳 鶏照りおにぎり	牛乳 照り焼きおにぎり スティック人参	ミルク	牛乳 米 鶏肉 三温糖 しょうゆ 鰹節 片栗粉 海苔 人参		牛乳 クッキー	牛乳 ホットケーキ スティック人参	ミルク	牛乳 ホットケーキ 小麦粉 三温糖 ベーキングパウダー 人参
5 ・ 19 (土)	食パン ポテトチーズ焼き ブロッコリー炒め 牛乳 果物	トースト ポテトチーズ焼き ブロッコリー炒め スープ 果物	トースト ポテトチーズ焼き ブロッコリー炒め 牛乳	食パン じゃが芋 豚肉 玉葱 牛乳 バター 塩 こしょう ケチャップ 人参 チーズ ブロッコリー オリーブ油 コーンスターチ 昆布鰹節 小松菜	14 ・ 28 (月)	ごはん 和風おろしハンバーグ ひじきのサラダ 味噌汁 果物	ごはん 和風おろしハンバーグ ひじきのサラダ 味噌汁 果物	ごはん 和風おろしハンバーグ 味噌汁	米 豆腐 玉葱 豚肉 塩 片栗粉 油 しょうゆ 三温糖 みりん 大根 酢 人参 万能ねぎ ひじき もやし ごま ごま油 小松菜 じゃが芋 わかめ 長葱 煮干 昆布鰹節 味噌 コーンスターチ
	牛乳 クッキー	牛乳 雑炊 スティックさつま芋	ミルク	牛乳 米 鶏肉 昆布鰹節 小松菜 玉葱 塩 しょうゆ 三温糖 さつま芋		牛乳 手作りパン	牛乳 手作りパン スープ	ミルク	牛乳 強力粉 ドライイースト 三温糖 塩 バター 牛乳 大根 人参 昆布鰹節 しょうゆ
7 ・ 21 (月)	ごはん 豚肉の塩焼 野菜炒め 味噌汁 果物	ごはん 豚肉の塩焼 野菜炒め 味噌汁 果物	ごはん 豚肉の塩焼 野菜炒め 味噌汁	米 豚肉 塩 油 人参 玉葱 もやし キャベツ ピーマン しょうゆ 豆腐 ほうれん草 大根 煮干 味噌 三温糖 コーンスターチ 昆布鰹節 塩麴	16 (水)	さくらごはん 白身魚の チーズパン粉焼き 酢味噌和え 豚汁 果物	さくらごはん 白身魚の チーズパン粉焼き 酢味噌和え 豚汁 果物	さくらごはん 白身魚の チーズパン粉焼き 酢味噌和え 味噌汁	米 しょうゆ 白身魚 小麦粉 牛乳 パン粉 粉チーズ 油 中濃ソース キャベツ 人参 わかめ 酢 三温糖 味噌 煮干 味噌 豆腐 白菜 ごぼう 豆腐 豚肉 昆布鰹節 コーンスターチ
	牛乳 ミルクパントースト	牛乳 ミルクパントースト スープ	ミルク	牛乳 食パン パター 脱脂粉乳 しょうゆ キャベツ ピーマン 塩 昆布鰹節		牛乳 ナポリタン	牛乳 ナポリタン スープ	ミルク	牛乳 スバゲティ オリーブ油 ツナ缶 人参 ピーマン 玉葱 ケチャップ 塩 トマト缶 塩 粉チーズ キャベツ 玉葱 昆布鰹節 しょうゆ
8 ・ 29 (火)	サンドイッチ クリームシチュー 彩りサラダ 果物	トースト クリームシチュー フレンチサラダ 果物	トースト クリームシチュー フレンチサラダ	食パン パター ツナ缶 塩 マヨネーズ きゅうり 鶏肉 玉葱 人参 じゃが芋 コーン缶 牛乳 クリームコーン缶 昆布鰹節 油 パター 小麦粉 パセリ キャベツ ピーマン 酢 三温糖 コーンスターチ	17 (木)	ごはん 鶏肉の紅葉焼き ナムル風煮びたし 味噌汁 果物	ごはん 鶏肉の紅葉焼き ナムル風煮びたし 味噌汁 果物	ごはん 鶏肉の紅葉焼き ナムル風煮びたし 味噌汁	米 鶏肉 玉葱 しょうゆ みりん 油 人参 ケチャップ ほうれん草 もやし 三温糖 塩 酢 胡麻油 豆腐 長葱 煮干 味噌 じゃが芋 さつま芋 コーンスターチ 昆布鰹節
	牛乳 ワンタンメン	牛乳 ワンタンメン スティックじゃが芋	ミルク	牛乳 乾麺 ワンタンの皮 豚肉 塩 人参 もやし しょうゆ 長葱 鶏ガラ じゃが芋		牛乳 焼きいも 秋のフルーツ	牛乳 焼きいも 秋のフルーツ スープ	ミルク	牛乳 さつま芋 りんご 柿 ほうれん草 玉葱 昆布鰹節 しょうゆ 塩
9 ・ 30 (水)	ごはん 煮魚 里芋の胡麻煮 味噌汁 果物	ごはん 煮魚 里芋の胡麻煮 味噌汁 果物	ごはん 煮魚 里芋の胡麻煮 味噌汁	米 ぶり 白身魚 三温糖 しょうゆ 酒 みりん 長葱 里芋 人参 いんげん 胡麻 かぶ わかめ もやし 煮干 味噌 昆布鰹節 小松菜 コーンスターチ	22 (火) 誕生会	食パン 魚のステーキ ほうれん草のソテー 人参甘煮 スープ 果物	トースト 魚のステーキ ほうれん草のソテー 人参甘煮 スープ 果物	食パン かじき 白身魚 小麦粉 油 玉葱 酢 しょうゆ 酢 三温糖 パブリカ粉 人参 塩 バター コーン缶 ほうれん草 白菜 昆布鰹節 コーンスターチ	
	牛乳 さつま芋おやき	牛乳 さつま芋おやき スープ	ミルク	さつま芋 三温糖 片栗粉 油 人参 玉葱 昆布鰹節 しょうゆ 塩 牛乳		牛乳 さつま芋のモンブラン	牛乳 さつま芋のモンブラン スティック人参	ミルク	牛乳 さつま芋 パター 生クリーム 上白糖 栗の甘露煮 小麦粉 ベーキングパウダー 三温糖 人参