



令和 4 年 4 月 さくらの木保育園 離乳食



* 上段が午前食、下段が午後食です。
 * 食後にミルクを飲みます。
 * 行事、材料等の都合により献立が変更することがありますので

| | 12~15ヶ月 | 9~11ヶ月 | 7~9ヶ月 | 5~6ヶ月 | 主な材料 | | 12~15ヶ月 | 9~11ヶ月 | 7~9ヶ月 | 5~6ヶ月 | 主な材料 |
|-------------|---|--|------------------------------------|------------------------------|---|----------------------|---|--|-----------------------------------|-------------------------------|---|
| 1・15 (金) | ごはん 肉じゃが ゆでいんげん 味噌汁 果物 | 軟飯 肉じゃが ゆでいんげん 味噌汁 | おかゆ ささみ煮 玉葱煮 人参 スープ | おかゆ ささみ煮 人参煮 スープ | 米 豚肉 鶏肉 じゃが芋 人参 玉葱 油 しょうゆ 三温糖 小松菜 さやえんどう いんげん 塩 豆腐 昆布出汁 大根 コーンスターチ | 9 ・ 23 (土) | ナポリタン ツナときゅうりの サラダ スープ 果物 | ナポリタン ツナときゅうりの サラダ スープ | おかゆ ささみ煮 きゅうり煮 玉葱煮 スープ | おかゆ ささみ煮 玉葱煮 スープ | スパゲティ 鶏肉 玉葱 人参 ピーマン ケチャップ 塩 パセリ きゅうり ツナ缶 酢 しょうゆ 三温糖 油 昆布出汁 白菜 コーンスターチ |
| 2・16 (土) | トースト ローストチキン 野菜炒め スープ 果物 | トースト ローストチキン風 野菜炒め スープ | パン粥 ささみ煮 キャベツ煮 人参煮 スープ | おかゆ ささみ煮 キャベツ煮 スープ | 食パン 鶏肉 玉葱 しょうゆ みりん 油 キャベツ 人参 もやし コーン缶 昆布出汁 塩 コーンスターチ 昆布鯉節 | 11 ・ 25 (月) | ごはん 肉豆腐 いんげん和え 味噌汁 果物 | 軟飯 肉豆腐 いんげん和え 味噌汁 | おかゆ 豆腐煮 かぼちゃ煮 小松菜煮 スープ | おかゆ 豆腐煮 かぼちゃ煮 スープ | 米 豚肉 豆腐 玉葱 しょうゆ 三温糖 いんげん 小松菜 南瓜 人参 昆布出汁 じゃが芋 塩 コーンスターチ |
| 4・18 (月) | ごはん 豚肉の生姜焼き 小松菜ソテー 味噌汁 果物 | 軟飯 豚肉の煮物 小松菜ソテー 味噌汁 | おかゆ 豆腐煮 小松菜煮 さつま芋煮 スープ | おかゆ 豆腐煮 さつま芋煮 スープ | 米 豚肉 豆腐 しょうゆ 玉葱 油 小松菜 人参 三温糖 昆布出汁 味噌 わかめ 長葱 さつま芋 コーンスターチ | 12 (火) | トースト 白身魚ソテー アスパラと ポテトのサラダ トマトスープ 果物 | トースト 白身魚ソテー アスパラと ポテトのサラダ トマトスープ | パン粥 白身魚煮 玉葱煮 トマト煮 スープ | おかゆ 白身魚煮 トマト煮 スープ | 食パン 白身魚 しょうゆ みりん 油 じゃが芋 アスパラガス きゅうり 玉葱 オリーブ油 塩 昆布出汁 キャベツ 人参 トマト コーンスターチ |
| 5・19 (火) | トースト ハンバーグ 大根サラダ 果物 キャベツスープ | トースト ハンバーグ 大根サラダ キャベツスープ | パン粥 ささみ煮 人参煮 大根煮 スープ | おかゆ ささみ煮 人参煮 スープ | 食パン 鶏肉 塩 小麦粉 パン粉 油 ソース 大根 きゅうり コーン缶 酢 三温糖 昆布出汁 キャベツ 玉葱 人参 しょうゆ | 13 ・ 27 (水) | カレーライス 春キャベツのマリネ わかめスープ 果物 | ミルクライス 春キャベツの マリネ わかめスープ | おかゆ ささみ煮 人参煮 じゃが芋煮 スープ | おかゆ ささみ煮 人参煮 スープ | 米 豚肉 鶏肉 じゃが芋 人参 玉葱 油 ケチャップ ソース 塩 しょうゆ 粉ミルク キャベツ オリーブ油 わかめ もやし 昆布出汁 コーンスターチ |
| 6・20 (水) | 人参ごはん 白身魚の塩焼き お浸し 豚汁 果物 | 人参ごはん 白身魚の塩焼き お浸し 味噌汁 | おかゆ 白身魚煮 ほうれん草煮 大根煮 スープ | おかゆ 白身魚煮 ほうれん草煮 スープ | 米 人参 三温糖 しょうゆ いんげん 白身魚 塩 ほうれん草 もやし 昆布出汁 さつま芋 大根 豆腐 味噌 コーンスターチ | 14 ・ 28 (木) | 野菜うどん チンゲン菜の 炒め物 トマト 果物 | 野菜うどん チンゲン菜の 炒め物 トマト | おかゆ 豆腐煮 トマト煮 チンゲン菜煮 スープ | おかゆ 豆腐煮 チンゲン菜煮 スープ | 乾麺 米 昆布出汁 塩 しょうゆ 人参 ほうれん草 玉葱 豚肉 チンゲン菜 油 三温糖 トマト 高野豆腐 コーンスターチ |
| 7・21 (木) | あんかけうどん 煮豆 トマト 果物 | あんかけうどん 煮豆 トマト | おかゆ 煮豆 トマト煮 白菜煮 スープ | おかゆ 煮豆 トマト煮 スープ | 乾麺 豚肉 白菜 人参 玉葱 さやえんどう 油 塩 しょうゆ 三温糖 昆布出汁 片栗粉 金時豆 トマト 麩 キャベツ コーンスターチ | 30 (土) | ピラフ チキンバターソテー ゆでブロッコリー スープ 果物 | ピラフ チキンソテー ゆでブロッコリー スープ | おかゆ ささみ煮 人参煮 ブロッコリー煮 スープ | おかゆ ささみ煮 ブロッコリー煮 スープ | 米 豚肉 玉葱 ピーマン 塩 しょうゆ 鶏肉 キャベツ 人参 バター ブロッコリー 昆布出汁 |
| 8・22 (金) | グリーンピースごはん 春野菜の煮物 春キャベツの浅漬け 味噌汁 果物 | グリーンピースごはん 春野菜の煮物 春キャベツの浅漬け 味噌汁 | おかゆ 豆腐煮 人参煮 キャベツ煮 スープ | おかゆ 豆腐煮 人参煮 スープ | 米 豚肉 じゃが芋 玉葱 人参 昆布出汁 しょうゆ 三温糖 かぶ さやえんどう キャベツ 味噌 豆腐 かぶの葉 | 26 (火) 誕生会 | さつま芋ごはん 鶏肉の煮物 菜の花和え スープ 果物 | さつま芋ごはん 鶏肉の煮物 菜の花和え スープ | おかゆ 肉団子 小松菜煮 さつま芋煮 スープ | おかゆ 麩煮 さつま芋煮 スープ | 米 さつま芋 鶏肉 玉葱 三温糖 しょうゆ 人参 キャベツ 小松菜 昆布出汁 大根 麩 コーンスターチ |
| | 牛乳 ツナマヨトースト スティックじゃが芋 | ミルク | ミルク | ミルク | 牛乳 食パン コーン缶 ツナ缶 玉葱 マヨネーズ じゃが芋 | | 牛乳 いちごホットケーキ スティックさつま芋 | ミルク | ミルク | ミルク | 牛乳 食パン 粉チーズ 人参 |
| | 牛乳 いちごジャムサンド スティック大根 | ミルク | ミルク | ミルク | 牛乳 食パン いちごジャム 大根 | | 牛乳 チーズパン スティック人参 | ミルク | ミルク | ミルク | 牛乳 食パン 粉チーズ 人参 |
| | 牛乳 蒸しパン ゆで野菜 | ミルク | ミルク | ミルク | 牛乳 小麦粉 ベーキングパウダー 三温糖 キャベツ 人参 | | 牛乳 ホットケーキ スープ | ミルク | ミルク | ミルク | 牛乳 小麦粉 ベーキングパウダー 三温糖 昆布鯉節 塩 しょうゆ 人参 南瓜 |
| | 牛乳 ふかし芋 スティック人参 | ミルク | ミルク | ミルク | 牛乳 さつま芋 人参 | | 牛乳 焼きうどん スティック人参 | ミルク | ミルク | ミルク | 牛乳 乾麺 ツナ缶 玉葱 人参 キャベツ 塩 みりん しょうゆ |
| | 牛乳 わかめおにぎり スティックきゅうり | ミルク | ミルク | ミルク | 牛乳 米 炊き込みわかめ きゅうり | | 牛乳 具たくさんスープ | ミルク | ミルク | ミルク | 牛乳 食パン グラニュー糖 昆布鯉節 塩 しょうゆ キャベツ 人参 玉葱 じゃが芋 |
| | 牛乳 ジャム蒸しパン スティック大根 | ミルク | ミルク | ミルク | 牛乳 小麦粉 ベーキングパウダー 三温糖 油 ブルーベリージャム 大根 | | 牛乳 チャーハン スティックかぼちゃ | ミルク | ミルク | ミルク | 牛乳 米 豚肉 玉葱 人参 油 しょうゆ 塩 南瓜 |
| | 牛乳 チヂミ スープ | ミルク | ミルク | ミルク | 牛乳 小麦粉 キャベツ たら 豚肉 コーン缶 胡麻油 しょうゆ 昆布鯉節 塩 人参 玉葱 | | 牛乳 ミルクラスク ゆで野菜 | ミルク | ミルク | ミルク | 牛乳 食パン 三温糖 バター キャベツ |
| | 牛乳 ツナマヨトースト スティックじゃが芋 | ミルク | ミルク | ミルク | 牛乳 食パン コーン缶 ツナ缶 玉葱 マヨネーズ じゃが芋 | | 牛乳 いちごホットケーキ スティックさつま芋 | ミルク | ミルク | ミルク | 牛乳 小麦粉 ベーキングパウダー 三温糖 いちごジャム 粉糖 さつま芋 いちご |