

2023年度



離乳食献立表

中宮まぶね保育園



		中・後期	初期			中・後期	初期
1火	屋食	おかゆ 米 たらのみぞ煮 たら たまねぎ にんじん キャベツ かつお・昆布だし汁 上白糖 みそ すまし汁 たまねぎ にんじん こまつな かつお・昆布だし汁 薄口醤油	10倍がゆ 米 たらのとろとろ煮 たら さつまいも たまねぎ にんじん	8火	屋食	おかゆ 米 たらのみぞ煮 たら ひじき たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 上白糖 みそ すまし汁 たまねぎ にんじん キャベツ かつお・昆布だし汁 薄口醤油	10倍がゆ 米 たらのとろとろ煮 たら たまねぎ にんじん キャベツ
	おやつ	蒸し芋 さつまいも りんご煮 りんご			おやつ	蒸し芋 さつまいも りんご煮 りんご	
2水	屋食	おかゆ 米 牛肉と野菜の煮物 牛もも肉 たまねぎ にんじん だいこん かつお・昆布だし汁 上白糖 濃口醤油 みそ汁 焼き豆腐 たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 みそ	10倍がゆ 米 豆腐のとろとろ煮 焼き豆腐 たまねぎ にんじん だいこん	9水	屋食	おかゆ 米 鶏肉と野菜の煮物 鶏むね肉 にんじん たまねぎ ブロッコリー かつお・昆布だし汁 上白糖 濃口醤油 みそ汁 たまねぎ にんじん こまつな かつお・昆布だし汁 みそ	10倍がゆ 米 野菜のとろとろ煮 たまねぎ にんじん ブロッコリー こまつな
	おやつ	パンケーキ 小麦粉 ベーキングパウダー 上白糖 調製豆乳 りんご煮 りんご			おやつ	パンケーキ 小麦粉 ベーキングパウダー 上白糖 調製豆乳 りんご煮 りんご	
3木	屋食	おかゆ 米 カレーのケチャップ煮 カラスガレイ たまねぎ にんじん はくさい かつお・昆布だし汁 上白糖 ケチャップ すまし汁 焼ふ たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 薄口醤油	10倍がゆ 米 カレーのとろとろ煮 カラスガレイ たまねぎ にんじん はくさい	10木	屋食	おかゆ 米 鮭のケチャップ煮 さけ たまねぎ にんじん キャベツ ホールコーン缶 かつお・昆布だし汁 上白糖 ケチャップ ポテトスープ じゃがいも たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 とりがらスープ 薄口醤油	10倍がゆ 米 野菜のとろとろ煮 じゃがいも たまねぎ にんじん キャベツ
	おやつ	蒸しパン にんじん 小麦粉 ベーキングパウダー 上白糖 調製豆乳 りんご煮 りんご			おやつ	蒸しパン ホールコーン缶 小麦粉 ベーキングパウダー 上白糖 調製豆乳 りんご煮 りんご	
4金	屋食	おかゆ 米 鶏肉のケチャップ煮 鶏もも肉 じゃがいも にんじん たまねぎ ブロッコリー かつお・昆布だし汁 上白糖 ケチャップ 野菜スープ たまねぎ にんじん こまつな かつお・昆布だし汁 薄口醤油	10倍がゆ 米 野菜のとろとろ煮 じゃがいも たまねぎ にんじん ブロッコリー	12土	屋食	おかゆ 米 鶏肉と野菜の煮物 鶏もも肉 にんじん たまねぎ かつお・昆布だし汁 上白糖 濃口醤油 みそ汁 たまねぎ にんじん キャベツ かつお・昆布だし汁 みそ	10倍がゆ 米 野菜のとろとろ煮 たまねぎ にんじん キャベツ
	おやつ	じゃがスティック じゃがいも にんじん 片栗粉 濃口醤油 りんご煮 りんご			おやつ	うどんのくたくた煮 干しうどん たまねぎ にんじん キャベツ かつお・昆布だし汁 濃口醤油 りんご煮 りんご	
5土	屋食	おかゆ 米 そばろのケチャップ煮 豚ひき肉 たまねぎ にんじん だいこん かつお・昆布だし汁 上白糖 ケチャップ すまし汁 焼ふ たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 薄口醤油	10倍がゆ 米 野菜のとろとろ煮 たまねぎ にんじん だいこん	14月	屋食	おかゆ 米 豚肉のみぞ煮 豚肩ロース肉 たまねぎ にんじん ちやし ビーマン かつお・昆布だし汁 上白糖 みそ すまし汁 たまねぎ にんじん キャベツ かつお・昆布だし汁 薄口醤油	10倍がゆ 米 野菜のとろとろ煮 たまねぎ にんじん キャベツ
	おやつ	めんのかたくた煮 スバゲティ たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 濃口醤油 りんご煮 りんご			おやつ	おゆき にんじん キャベツ 小麦粉 かつお・昆布だし汁 上白糖 濃口醤油 りんご煮 りんご	
7月	屋食	おかゆ 米 そばろと野菜の煮物 豚ひき肉 たまねぎ にんじん ビーマン かつお・昆布だし汁 上白糖 濃口醤油 みそ汁 焼ふ たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 みそ	10倍がゆ 米 野菜のとろとろ煮 じゃがいも たまねぎ にんじん	15火	屋食	おかゆ 米 カレーのみぞ煮 カラスガレイ じゃがいも たまねぎ にんじん だいこん かつお・昆布だし汁 上白糖 みそ すまし汁 たまねぎ にんじん なす かつお・昆布だし汁 薄口醤油	10倍がゆ 米 野菜のとろとろ煮 さつまいも たまねぎ にんじん だいこん
	おやつ	おゆき にんじん ビーマン 小麦粉 かつお・昆布だし汁 上白糖 濃口醤油 りんご煮 りんご			おやつ	蒸し芋 さつまいも りんご煮 りんご	



	中・後期	初期
16 水	おかゆ 米 鶏肉のケチャップ煮 鶏もも肉 ジャがいも にんじん たまねぎ かつお・昆布だし汁 上白糖 ケチャップ 野菜スープ たまねぎ にんじん キャベツ かつお・昆布だし汁 薄口醤油	10倍がゆ 米 野菜のとろとろ煮 ジャがいも たまねぎ にんじん キャベツ
	パンケーキ 小麦粉 ベーキングパウダー 上白糖 調製豆乳 りんご煮 りんご	
17 木	おかゆ 米 カレーと野菜の煮物 カラスカレイ たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 上白糖 濃口醤油 みそ汁 木綿豆腐 たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 みそ	10倍がゆ 米 カレーのとろとろ煮 カラスカレイ 木綿豆腐 たまねぎ にんじん
	蒸しパン にんじん 小麦粉 ベーキングパウダー 上白糖 調製豆乳 りんご煮 りんご	
18 金	おかゆ 米 肉じゃが 牛もも肉 ジャがいも たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 上白糖 濃口醤油 すまし汁 たまねぎ にんじん とうがんとろろ かつお・昆布だし汁 薄口醤油	10倍がゆ 米 野菜のとろとろ煮 ジャがいも たまねぎ にんじん ブロッコリー
	じゃがスティック ジャがいも にんじん 片栗粉 濃口醤油 りんご煮 りんご	
19 土	おかゆ 米 鶏肉のケチャップ煮 鶏もも肉 ジャがいも たまねぎ にんじん ホールコーン缶 かつお・昆布だし汁 上白糖 ケチャップ 野菜スープ たまねぎ にんじん キャベツ かつお・昆布だし汁 薄口醤油	10倍がゆ 米 野菜のとろとろ煮 ジャがいも たまねぎ にんじん キャベツ
	ゆんのかとたくあん スナガテ たまねぎ にんじん キャベツ かつお・昆布だし汁 濃口醤油 りんご煮 りんご	
21 月	おかゆ 米 牛肉のケチャップ煮 牛もも肉 たまねぎ にんじん だいこん かつお・昆布だし汁 上白糖 ケチャップ すまし汁 焼酎 たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 薄口醤油	10倍がゆ 米 野菜のとろとろ煮 ジャがいも たまねぎ にんじん だいこん
	おやき にんじん 小麦粉 かつお・昆布だし汁 上白糖 濃口醤油 りんご煮 りんご	
22 火	おかゆ 米 鮭と野菜の煮物 さけ さつまいも たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 上白糖 濃口醤油 ポテトスープ ジャがいも たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 とりがらすープ 薄口醤油	10倍がゆ 米 野菜のとろとろ煮 ジャがいも たまねぎ にんじん チンゲンサイ
	蒸し芋 さつまいも りんご煮 りんご	
23 水	おかゆ 米 豚肉のみそ煮 豚もも肉 たまねぎ にんじん もやし かつお・昆布だし汁 上白糖 みそ すまし汁 木綿豆腐 たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 薄口醤油	10倍がゆ 米 豆腐のとろとろ煮 木綿豆腐 たまねぎ にんじん
	パンケーキ 小麦粉 ベーキングパウダー 上白糖 調製豆乳 りんご煮 りんご	

	中・後期	初期
24 木	おかゆ 米 たらのケチャップ煮 たら ジャがいも たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 上白糖 ケチャップ 野菜スープ たまねぎ にんじん キャベツ かつお・昆布だし汁 薄口醤油	10倍がゆ 米 たらのとろとろ煮 たら ジャがいも たまねぎ にんじん
	蒸しパン 小麦粉 ベーキングパウダー 上白糖 調製豆乳 りんご煮 りんご	
25 金	おかゆ 米 鶏肉と野菜の煮物 鶏もも肉 にんじん たまねぎ かぼちゃ かつお・昆布だし汁 上白糖 濃口醤油 みそ汁 木綿豆腐 たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 みそ	10倍がゆ 米 豆腐のとろとろ煮 木綿豆腐 たまねぎ にんじん かぼちゃ
	じゃがスティック ジャがいも にんじん 片栗粉 濃口醤油 りんご煮 りんご	
26 土	おかゆ 米 豚肉のみそ煮 豚ばら肉 たまねぎ にんじん ピーマン かつお・昆布だし汁 上白糖 みそ すまし汁 たまねぎ にんじん キャベツ かつお・昆布だし汁 薄口醤油	10倍がゆ 米 野菜のとろとろ煮 ジャがいも たまねぎ にんじん キャベツ
	うどんのくたくた煮 干しうどん たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 濃口醤油 りんご煮 りんご	
28 月	おかゆ 米 鶏肉のケチャップ煮 鶏もも肉 ジャがいも にんじん たまねぎ かつお・昆布だし汁 上白糖 ケチャップ マカロニスープ マカロニ たまねぎ にんじん チンゲンサイ かつお・昆布だし汁 薄口醤油	10倍がゆ 米 野菜のとろとろ煮 ジャがいも たまねぎ にんじん チンゲンサイ
	おやき にんじん 小麦粉 かつお・昆布だし汁 上白糖 濃口醤油 りんご煮 りんご	
29 火	おかゆ 米 鮭のケチャップ煮 さけ たまねぎ にんじん キャベツ かつお・昆布だし汁 上白糖 ケチャップ かぼちゃスープ かぼちゃペースト たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 とりがらすープ 薄口醤油	10倍がゆ 米 野菜のとろとろ煮 さつまいも たまねぎ にんじん キャベツ
	蒸し芋 さつまいも りんご煮 りんご	
30 水	おかゆ 米 そばろのケチャップ煮 豚ひき肉 ジャがいも たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 上白糖 ケチャップ すまし汁 焼酎 たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 薄口醤油	10倍がゆ 米 野菜のとろとろ煮 ジャがいも たまねぎ にんじん キャベツ
	パンケーキ 小麦粉 ベーキングパウダー 上白糖 調製豆乳 りんご煮 りんご	
31 木	おかゆ 米 メルルーサのみそ煮 メルルーサ たまねぎ にんじん こまつな かつお・昆布だし汁 上白糖 みそ すまし汁 焼酎 たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 薄口醤油	10倍がゆ 米 メルルーサのとろとろ煮 メルルーサ たまねぎ にんじん こまつな
	蒸しパン こまつな 小麦粉 ベーキングパウダー 上白糖 調製豆乳 りんご煮 りんご	

※食材の納入の都合により献立が変更する場合があります。 ※食べたことのない食材は、当日までに必ずご家庭で試してみてください。

