



令和5年1月献立表(離乳食)



日 曜	時間帯	献立	材 料 名		
			黄	赤	緑
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
4 水	19 木	昼食 御飯(軟飯・お粥) みそ汁 ミートボール ブロッコリーのごまあえ ももムース	米 焼ふ 片栗粉、砂糖 砂糖、ごま	みそ ミートボール ちくわ	ほうれん草 ブロッコリー、にんじん、コーン もも缶
		午後おやつ 牛乳 ぶどうゼリー		牛乳	ぶどうゼリーの素
5 木	20 金	昼食 ふりかけ御飯(たまご)(軟飯・お粥) みそ汁 白身魚のケチャップ煮 かぼちゃのサラダ パインムース	米 油、片栗粉、砂糖 マヨネーズ	たまごふりかけ みそ メルルーサ ハム	にんじん、だいこん かぼちゃ、きゅうり パイン缶
		午後おやつ 牛乳 焼きプリンタルト	焼きプリンタルト	牛乳 牛乳	
6 金	☆ 七 草 給 食 ☆	昼食 菜飯(軟飯・お粥) みそ汁 鶏肉の照り焼き 豆腐の煮物 フルーツカクテルムース	米 油、片栗粉、砂糖 砂糖	みそ、油揚げ 鶏肉 豆腐、さつま揚げ	菜飯の素 はくさい、にんじん にんじん、いんげん、しいたけ フルーツカクテル缶
		午後おやつ 麦茶 ゼリー			ゼリー
10 火	23 月	昼食 カレーライス(軟飯・お粥) ナゲット 大根とツナの和え物 りんごムース	米、じゃがいも 和風ドレッシング	豚肉 ナゲット ツナ	たまねぎ、にんじん、しょうが、にんにく だいこん、きゅうり、にんじん りんご缶
		午後おやつ 牛乳 蒸しパン(バナナ)	蒸しパン(バナナ)	牛乳 牛乳	
11 水	24 火	昼食 御飯(軟飯・お粥) わかめスープ 鶏肉のコーンクリームがけ ポテトサラダ みかん缶	米 片栗粉 じゃがいも、マヨネーズ	豆腐 鶏肉 ツナ	わかめ クリームコーン缶 きゅうり、にんじん みかん缶
		午後おやつ 野菜ジュース ミルクプリン		ミルクプリンの素	野菜ジュース
12 木	27 金	昼食 御飯(軟飯・お粥) すまし汁 サーモンフライ コールスローサラダ バナナ	米 油 マヨネーズ、砂糖	サーモンフライ ハム	こまつな、にんじん キャベツ、にんじん バナナ
		午後おやつ 牛乳 いちごのムース(豆乳)		牛乳 いちごのムース(豆乳)	
13 金	30 月	昼食 焼きそば 中華スープ もやしの中華風和え みかん缶	焼きそば麺 中華ドレッシング	豚肉 かまぼこ	キャベツ、たまねぎ、にんじん、あおのり たまねぎ、えのきたけ もやし、にんじん みかん缶
		午後おやつ 牛乳 カスタードワッフル	カスタードワッフル	牛乳 牛乳	
16 月		昼食 御飯(軟飯・お粥) みそ汁 松風焼き ほうれん草のお浸し りんごムース	米 砂糖、ごま、片栗粉	みそ 鶏肉、卵、みそ	かぼちゃ、ねぎ たまねぎ、にんじん ほうれん草、にんじん、コーン、のり りんご缶
		午後おやつ 牛乳 たまごボーロ	たまごボーロ	牛乳 牛乳	
17 火	26 木	昼食 御飯(軟飯・お粥) みそ汁 シュウマイ 切り干し大根の旨煮 洋なしムース	米 砂糖	みそ シュウマイ 油揚げ	かぶ、にんじん にんじん、切り干しだいこん、いんげん 洋なし缶
		午後おやつ 麦茶 ドームケーキ	ドームケーキ	牛乳	
18 水	31 火	昼食 ロールパン(パン粥・御飯) ポークシチュー 白菜とハムのサラダ 白桃ムース	ロールパン じゃがいも フレンチドレッシング	牛乳 豚肉 ハム	たまねぎ、にんじん、マッシュルーム はくさい、コーン、にんじん 白桃缶
		午後おやつ 麦茶 やわらかサブレ	やわらかサブレ	牛乳	
25 水	☆ お 誕 生 日 給 食 ☆	昼食 ゆかり御飯(軟飯・お粥) みそ汁 鶏肉のから揚げ マカロニサラダ フルーツゼリー	米 油、片栗粉、小麦粉 マカロニ、マヨネーズ	油揚げ、みそ 鶏肉、卵 ハム	ゆかり もやし しょうが にんじん、きゅうり みかん缶、クールゼリーの素
		午後おやつ ヤクルト ケーキ		ヤクルト ケーキ	

※マヨネーズは、卵不使用タイプになります。