

## 2018年 1月 離乳食献立表 アップルナースリー保育園

|       |   | 前期                                  | 中期                                 | 後期 完了期                                       |
|-------|---|-------------------------------------|------------------------------------|--|
| 4     | 木 | 10倍粥、豆腐煮、<br>じゃが芋煮、すまし汁             | 5倍粥、豆腐煮、<br>じゃが芋煮、すまし汁             | 軟飯、厚焼き玉子、<br>ジャーマンポテト、コンソメスープ                |
| 5     | 金 | 10倍粥、鶏肉の煮物、<br>ほうれん草の煮浸し、すまし汁       | 5倍粥、鶏肉の煮物、<br>ほうれん草の煮浸し、すまし汁       | 七草粥、松風焼き、<br>ほうれん草のお浸し、すまし汁                  |
| 6・20  | 土 | 10倍粥、魚の煮付け、<br>チンゲン菜の煮浸し、みそ汁        | 5倍粥、魚の煮付け、<br>チンゲン菜の煮浸し、みそ汁        | 軟飯、タラの煮付け、<br>チンゲン菜のお浸し、みそ汁                  |
| 9     | 火 | 10倍粥、豆腐煮、<br>大根煮、みそ汁                | 5倍粥、豆腐煮、<br>大根煮、みそ汁                | 軟飯、すぐもり卵、<br>大根のそぼろ煮、みそ汁                     |
| 10    | 水 | 10倍粥、魚の煮付け、<br>チンゲン菜の煮浸し、すまし汁       | 5倍粥、魚の煮付け、<br>チンゲン菜の煮浸し、すまし汁       | 軟飯、タラの味噌マヨ焼き、<br>チンゲン菜の和え物、すまし汁              |
| 11    | 木 | 10倍粥、鶏肉の旨煮、<br>ほうれん草の煮浸し、すまし汁       | 5倍粥、鶏肉の旨煮、<br>ほうれん草の煮浸し、すまし汁       | 軟飯、鶏肉の照り焼き、<br>ほうれん草の胡麻和え、すまし汁               |
| 12    | 金 | 10倍粥、豚肉とじゃが芋の煮物、<br>ブロッコリーの煮浸し、すまし汁 | 5倍粥、豚肉とじゃが芋の煮物、<br>ブロッコリーの煮浸し、すまし汁 | ハヤシライス、ブロッコリーサラダ、<br>トマト、コンソメスープ             |
| 13・27 | 土 | 10倍粥、鶏野菜煮、<br>小松菜の煮浸し、みそ汁           | 5倍粥、鶏野菜煮、<br>小松菜の煮浸し、みそ汁           | 軟飯、肉野菜炒め、<br>小松菜の和え物、みそ汁                     |
| 15    | 月 | 10倍粥、豚肉の煮物、<br>小松菜の煮浸し、みそ汁          | 5倍粥、豚肉の煮物、<br>小松菜の煮浸し、みそ汁          | 軟飯、和風ミートローフ、<br>小松菜と卵の炒め物、みそ汁                |
| 16    | 火 | 10倍粥、鶏肉の旨煮、<br>キャベツの煮浸し、すまし汁        | 5倍粥、鶏肉の旨煮、<br>キャベツの煮浸し、すまし汁        | ロールパン、タンドリーチキン、<br>キャベツのツナサラダ、コンソメスープ        |
| 17    | 水 | 10倍粥、魚の煮付け、<br>ほうれん草の煮浸し、みそ汁        | 5倍粥、魚の煮付け、<br>ほうれん草の煮浸し、みそ汁        | ひじきご飯、鮭の菜種焼き、<br>ほうれん草ときのこのお浸し、みそ汁           |
| 18    | 木 | 10倍粥、豚肉の煮物、<br>野菜煮、すまし汁             | 5倍粥、豚肉の煮物、<br>野菜煮、すまし汁             | 軟飯、回鍋肉、<br>春雨サラダ、中華スープ                       |
| 19    | 金 | 10倍粥、鶏肉と白菜の旨煮、<br>ブロッコリーの煮浸し、すまし汁   | 5倍粥、鶏肉と白菜の旨煮、<br>ブロッコリーの煮浸し、すまし汁   | 軟飯、鶏肉と白菜の旨煮、<br>ブロッコリーのおかかあえ、すまし汁            |
| 22    | 月 | 10倍粥、豚肉の煮物、<br>小松菜の煮浸し、みそ汁          | 5倍粥、豚肉の煮物、<br>小松菜の煮浸し、みそ汁          | 軟飯、豚肉のもやし炒め、<br>小松菜の磯辺和え、みそ汁                 |
| 23    | 火 | 10倍粥、鶏肉の煮物、<br>ブロッコリーの煮浸し、すまし汁      | 5倍粥、鶏肉の煮物、<br>ブロッコリーの煮浸し、すまし汁      | ツナとキャベツのスパゲティ、ひじきサラダ、<br>さつま芋とりんごの甘煮、コンソメスープ |
| 24    | 水 | 10倍粥、魚の煮付け、<br>カブの煮物、すまし汁           | 5倍粥、魚の煮付け、<br>カブの煮物、すまし汁           | 軟飯、サバの竜田揚げ、<br>カブのサラダ、すまし汁                   |
| 25    | 木 | 10倍粥、鶏肉の旨煮、<br>チンゲン菜の煮浸し、みそ汁        | 5倍粥、鶏肉の旨煮、<br>チンゲン菜の煮浸し、みそ汁        | 納豆ご飯、鶏肉のマーマレード焼き、<br>チンゲン菜のソテー、みそ汁           |
| 26    | 金 | 10倍粥、豆腐と豚肉の煮物、<br>ほうれん草の煮浸し、すまし汁    | 5倍粥、豆腐と豚肉の煮物、<br>ほうれん草の煮浸し、すまし汁    | 野菜たっぷりマーボー丼、<br>ほうれん草ともやしのナムル、トマト、卵スープ       |
| 29    | 月 | 10倍粥、豚肉の旨煮、<br>キャベツの煮浸し、みそ汁         | 5倍粥、豚肉の旨煮、<br>キャベツの煮浸し、みそ汁         | 軟飯、豚肉のしょうが焼き、<br>キャベツの中華風サラダ、みそ汁             |
| 30    | 火 | 10倍粥、豚肉の煮物、<br>白菜の煮浸し、すまし汁          | 5倍粥、豚肉の煮物、<br>白菜の煮浸し、すまし汁          | 軟飯、冬野菜の肉みそかけ、<br>白菜のゆかり和え、すまし汁               |
| 31    | 水 | 10倍粥、魚の煮付け、<br>ブロッコリーの煮浸し、みそ汁       | 5倍粥、魚の煮付け、<br>ブロッコリーの煮浸し、みそ汁       | 軟飯、さわらのごま照り焼き、<br>ブロッコリーの和風マヨ和え、みそ汁          |
|       |   |                                     |                                    |  |
|       |   |                                     |                                    |  |
|       |   |                                     |                                    |  |

変更する場合があります。ご了承ください。

食材・大きさに刻み提供します。

は果物が付きます。

こは除去・代替食品を使用します。

※立・菓子類→ミルクノンウエハース・ミルクノンビスケット等

