

## 2021年 2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
1	月	10倍粥、豚肉の煮物、 チンゲン菜の煮浸し、すまし汁	5倍粥、豚肉の煮物、 チンゲン菜の煮浸し、すまし汁	カレーうどん、チンゲン菜の甘酢和え、 トマト
2	火	10倍粥、鶏肉の旨煮、 ブロッコリーの煮浸し、すまし汁	5倍粥、鶏肉の旨煮、 ブロッコリーの煮浸し、すまし汁	軟飯、鶏肉の照り焼き、 ブロッコリーのミルク胡麻和え、すまし汁
3	水	10倍粥、魚の煮付け、 ほうれん草の煮浸し、すまし汁	5倍粥、魚の煮付け、 ほうれん草の煮浸し、すまし汁	混ぜご飯、鮭の西京焼き、 ほうれん草の和え物、すまし汁
4	木	10倍粥、豚肉の煮物、 大根煮、すまし汁	5倍粥、豚肉の煮物、 大根煮、すまし汁	軟飯、焼き餃子、 大根サラダ、中華スープ
5	金	10倍粥、鶏肉と白菜の煮物、 南瓜煮、すまし汁	5倍粥、鶏肉と白菜の煮物、 南瓜煮、すまし汁	軟飯、鶏肉の八宝菜、 南瓜サラダ、コンソメスープ
6・20	土	10倍粥、魚の煮付け、 ほうれん草の煮浸し、みそ汁	5倍粥、魚の煮付け、 ほうれん草の煮浸し、みそ汁	軟飯、鮭のムニエル、 ほうれん草のお浸し、みそ汁
8	月	10倍粥、豆腐煮、 ブロッコリーの煮浸し、みそ汁	5倍粥、豆腐煮、 ブロッコリーの煮浸し、みそ汁	納豆ご飯、擬製豆腐、 ブロッコリーのツナ和え、みそ汁
9	火	10倍粥、豚肉の旨煮、 白菜の煮浸し、すまし汁	5倍粥、豚肉の旨煮、 白菜の煮浸し、すまし汁	ロールパン、チリコンカン、 白菜とりんごのサラダ、コンソメスープ
10	水	10倍粥、魚の煮付け、 小松菜の煮浸し、すまし汁	5倍粥、魚の煮付け、 小松菜の煮浸し、すまし汁	軟飯、カジキのパン粉焼き、 小松菜のソテー、すまし汁
12	金	10倍粥、鶏肉の旨煮、 ほうれん草の煮浸し、みそ汁	5倍粥、鶏肉の旨煮、 ほうれん草の煮浸し、みそ汁	柳川風煮、ほうれん草ときのこのお浸し、 トマト、みそ汁
13・27	土	10倍粥、鶏肉の煮物、 チンゲン菜の煮浸し、すまし汁	5倍粥、鶏肉の煮物、 チンゲン菜の煮浸し、すまし汁	軟飯、鶏肉の甘辛焼き、 チンゲン菜のお浸し、中華スープ
15	月	10倍粥、豚肉の煮物、 小松菜の煮浸し、すまし汁	5倍粥、豚肉の煮物、 小松菜の煮浸し、すまし汁	軟飯、豚肉のニラ炒め、 小松菜の煮浸し、中華スープ
16	火	10倍粥、鶏肉と人参の煮物、 チンゲン菜の煮浸し、すまし汁	5倍粥、鶏肉と人参の煮物、 チンゲン菜の煮浸し、すまし汁	軟飯、鶏肉のキャロット焼き、 チンゲン菜のソテー、卵スープ
17	水	10倍粥、魚の煮付け、 ほうれん草の煮浸し、みそ汁	5倍粥、魚の煮付け、 ほうれん草の煮浸し、みそ汁	軟飯、プリの照り焼き、 ほうれん草とささみの和え物、みそ汁
18	木	10倍粥、豚肉とキャベツの旨煮、 ブロッコリーの煮浸し、すまし汁	5倍粥、豚肉とキャベツの旨煮、 ブロッコリーの煮浸し、すまし汁	五目中華うどん、ブロッコリーの おかか和え、さつま芋のオレンジ煮
19	金	10倍粥、鶏肉の旨煮、 野菜煮、みそ汁	5倍粥、鶏肉の旨煮、 野菜煮、みそ汁	軟飯、鶏肉の香味焼き、 きゅうりとわかめの酢の物、みそ汁
22	月	10倍粥、豆腐煮、 ブロッコリーの煮浸し、みそ汁	5倍粥、豆腐煮、 ブロッコリーの煮浸し、みそ汁	軟飯、スペイン風オムレツ、 ブロッコリーのサラダ、みそ汁
24	水	10倍粥、豚肉の煮物、 ほうれん草の煮浸し、すまし汁	5倍粥、豚肉の煮物、 ほうれん草の煮浸し、すまし汁	軟飯、豚肉のオイスター炒め、 ほうれん草ともやしのナムル、中華スープ
25	木	10倍粥、魚の煮付け、 小松菜の煮浸し、すまし汁	5倍粥、魚の煮付け、 小松菜の煮浸し、すまし汁	軟飯、カレイのおろしあんかけ、 小松菜と卵の炒め物、すまし汁
26	金	10倍粥、豚肉の煮物、 大根煮、すまし汁	5倍粥、豚肉の煮物、 大根煮、すまし汁	ドライカレー、アセドアンサラダ、 トマト、コンソメスープ

\* 食材の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

\* 個人に合った食材・大きさに刻み提供します。

\* 昼食は果物が付きます。

\* アレルギーのある子には除去・代替食品を使用します。

卵→タンパク質(肉・魚・大豆等) 牛乳を含む献立・菓子類→ミルクノンウエハース・ミルクノンビスケット等

