

1月

保育園離乳食献立表

所沢市立保育園 2024年

日(曜)	7・8ヶ月頃		9・10・11ヶ月頃		12~18ヶ月頃	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後
4日(木)	粥 ツナとじゃがいもの煮物 人参のコン煮 わかめと玉ねぎのスープ	にゅうめん 大根のやわらか煮 ブラマンジェ	粥 ツナとじゃがいもの煮物 人参のコン煮 わかめと玉ねぎのスープ	にゅうめん 大根スティック ブラマンジェ	ツナミルクカレー 大根サラダ わかめと玉ねぎのスープ	にゅうめん 大根スティック ブラマンジェ 牛乳
5日(金)	粥 かいのくす煮 小松菜のおかか煮 豆腐と人参のすまし汁	しらす入りわかめ粥 小松菜と玉ねぎのすまし汁 豆腐の人参あんかけ	粥 かいの煮つけ 小松菜のおかかあえ 豆腐と人参のみそ汁	しらす入りわかめ粥 小松菜と玉ねぎのみそ汁 豆腐の人参あんかけ	軟飯 かいの煮つけ 切り干し大根の煮物 豆腐のみそ汁	塩昆布おにぎり 小松菜と玉ねぎのみそ汁 豆腐の人参あんかけ 牛乳
6日(土)	肉うどん プレーンヨーグルト ほぐしみかん	パン粥 あっさりシチュー 煮ブルー	肉うどん プレーンヨーグルト みかん	カリカリトースト あっさりシチュー 煮ブルー	肉うどん プレーンヨーグルト みかん	豆腐ブレッド あっさりシチュー ブルー 牛乳
9日(火)	粥 高野豆腐のふわふわ煮 小松菜の煮びたし 大根と玉ねぎのすまし汁	ゆでかぼちゃ ピーフンスープ つぶしバナナ	粥 高野豆腐の煮物 小松菜のごまあえ 大根と玉ねぎのみそ汁	ゆでかぼちゃ ピーフンスープ バナナ	軟飯 高野豆腐の煮物 小松菜のごまあえ 大根のみそ汁	ゆでかぼちゃ ピーフンスープ バナナ 牛乳
10日(水)	納豆粥 ふわふわ肉団子 かぶと人参のやわらか煮 小松菜と玉ねぎのすまし汁	夕やけ粥 キャベツと玉ねぎのすまし汁 煮奴	納豆粥 肉団子の甘辛煮 かぶと人参の煮物 小松菜と玉ねぎのみそ汁	夕やけ粥 キャベツと玉ねぎのみそ汁 煮奴	軟飯 納豆 肉団子の甘辛煮 豆腐ともやしの塩昆布あえ 小松菜とえのきののみそ汁	夕やけおにぎり キャベツと玉ねぎのみそ汁 煮奴 牛乳
11日(木)	粥 かじきのくす煮 人参ときゅうりのやわらか煮 豆腐と玉ねぎのすまし汁	のり粥 大根のすまし汁 ほぐしみかん	粥 かじきの煮つけ 人参・きゅうりスティック 豆腐と玉ねぎのみそ汁	のり粥 大根のみそ汁 みかん	軟飯 かじきの煮つけ マカロニサラダ なめこと豆腐のみそ汁	そぼろおにぎり 大根のみそ汁 みかん 牛乳
12日(金)	粥 ふわふわ肉団子のトマト煮 キャベツのやわらか煮 じゃがいもと玉ねぎのすまし汁	きなこパン粥 ツナとキャベツのスープ つぶしバナナの ヨーグルトあえ	粥 肉団子のトマト煮 キャベツのおひたし じゃがいもと玉ねぎのみそ汁	きなこトースト ツナとキャベツのスープ バナナのヨーグルトあえ	軟飯 肉団子のトマト煮 キャベツのおひたし じゃがいもののみそ汁	きなこトースト ツナとキャベツのスープ バナナのヨーグルトあえ 牛乳
13日(土)	五目うどん じゃがいものチーズ煮 りんごのコンポート	わかめ粥 鶏汁 ほぐしみかん	五目うどん じゃがいものチーズ煮 りんごのコンポート	わかめ粥 鶏汁 みかん	五目うどん じゃがいものチーズ煮 りんごのコンポート	わかめおにぎり 鶏汁 みかん 牛乳
15日(月)	粥 大根と人参のそぼろ煮 ブロッコリーのやわらか煮 かぶのすまし汁	ミルクパン粥 ミネストローネ 煮ブルー	粥 大根と人参のそぼろ煮 ブロッコリーのごまあえ かぶのみそ汁	ホットケーキ ミネストローネ 煮ブルー	軟飯 鶏肉と人参のさっぱり煮 ブロッコリーのごまあえ かぶのみそ汁	ホットケーキ ミネストローネ ブルー 牛乳
16日(火)	粥 鮭のくす煮 さつまいものミルク煮 白菜と玉ねぎのすまし汁	しらすパン粥 さつまいものスープ 煮りんごのヨーグルトかけ	粥 鮭の煮つけ さつまいものミルク煮 白菜と玉ねぎのみそ汁	じゃこトースト ほうれん草のスープ 煮りんごのヨーグルトかけ	軟飯 鮭の塩こうじ焼き 切り昆布の煮物 さつまいものレモン煮 白菜と玉ねぎのみそ汁	じゃこトースト ほうれん草のスープ 煮りんごのヨーグルトかけ 牛乳
17日(水)	粥 肉じゃが きゅうりのいそ煮 小松菜と玉ねぎのすまし汁	粥 鶏とキャベツとわかめの すまし汁 人参のチーズ煮	粥 肉じゃが きゅうりのいそあえ 小松菜と玉ねぎのみそ汁	粥 鶏とキャベツとわかめの のみそ汁 人参のチーズ煮	軟飯 肉じゃが きゅうりのいそあえ 小松菜と油揚げのみそ汁	塩のおにぎり 鶏とキャベツとわかめの のみそ汁 人参のチーズ煮 牛乳
18日(木)	粥 ひじき入りふわふわつくね煮 きゅうりと人参のやわらか煮 根菜のすまし汁	きなこ粥 ツナとほうれん草のスープ ほぐしみかん	粥 ひじき入りつくね きゅうり・人参スティック 根菜のみそ汁	マカロニのきなこあえ ツナとほうれん草のスープ みかん	軟飯 からあげ ひじきのサラダ 根菜のみそ汁	マカロニのきなこあえ ツナとほうれん草のスープ みかん 牛乳
19日(金)	粥 じゃがいもと鶏肉の煮物 小松菜と人参のやわらか煮 わかめと玉ねぎのすまし汁	チーズパン粥 コーンスープ りんごのコンポート	粥 じゃがいもと豚肉の煮物 小松菜と人参のごまあえ わかめと玉ねぎのすまし汁	チーズ蒸しパン コーンスープ りんごのコンポート	軟飯 里芋と豚肉のみそ煮 五目ごまあえ すまし汁	チーズ蒸しパン コーンスープ りんごのコンポート 牛乳
20日(土)	ミートうどん ブロッコリーのやわらか煮 キャベツと玉ねぎのスープ	人参パン粥 じゃがいもとわかめのスープ ブラマンジェ	ミートうどん 青ゆでブロッコリー キャベツと玉ねぎのスープ	人参ジャムサンド じゃがいもとわかめのスープ ブラマンジェ	ミートスパゲティ 青ゆでブロッコリー キャベツと玉ねぎのスープ	人参ジャムサンド じゃがいもとわかめのスープ ブラマンジェ 牛乳
22日(月)	粥 かぼちゃのそぼろ煮 ツナとキャベツのやわらか煮 ほうれん草と玉ねぎのスープ	ゆでさつまいも そうめんスープ つぶしバナナ	粥 かぼちゃのそぼろ煮 ツナサラダ ほうれん草と玉ねぎのスープ	ゆでさつまいも そうめんスープ バナナ	ミルクカレー ツナサラダ ほうれん草と玉ねぎのスープ	ゆでさつまいも そうめんスープ バナナ 牛乳
23日(火)	粥 ふわふわ肉団子の トマト煮込み ほうれん草のコン煮 さつまいもと玉ねぎのすまし汁	煮ほうとう かぼちゃのミルク煮	粥 煮込みハンバーグ ほうれん草のコン煮 さつまいもと玉ねぎのみそ汁	煮ほうとう かぼちゃのミルク煮	軟飯 煮込みハンバーグ ほうれん草とコンのあえもの さつまいもと玉ねぎのみそ汁	煮ほうとう かぼちゃのミルク煮 牛乳
24日(水)	粥 大根のそぼろ煮 ブロッコリーのやわらか煮 豆腐スープ	パン粥 肉団子のスープ ほぐしみかん	粥 大根のそぼろ煮 青ゆでブロッコリー 豆腐スープ	カリカリトースト 肉団子のスープ みかん	軟飯 豚肉とじゃがいもの細切り炒め ブロッコリーとハムのサラダ 豆腐スープ	カリカリトースト 肉団子のスープ みかん 牛乳
25日(木)	粥 豆腐のそぼろあんかけ 白菜のおひたし 大根と玉ねぎのすまし汁	じゃがいものチーズ煮 春雨スープ りんごのコンポート	粥 豆腐のそぼろあんかけ 白菜のおひたし 大根の玉ねぎのみそ汁	じゃがいものチーズ煮 春雨スープ りんごのコンポート	軟飯 厚揚げの煮物 白菜のおひたし 大根のみそ汁	チーズポテト 春雨スープ りんごのコンポート 牛乳
26日(金)	粥 ふわふわつくね煮 ほうれん草のしらす煮 白菜と人参のすまし汁	鮭粥 かぼちゃのすまし汁 煮ブルー	粥 手作りウインナー ほうれん草のしらすあえ 白菜と人参のみそ汁	鮭粥 かぼちゃのみそ汁 煮ブルー	軟飯 手作りウインナー ほうれん草のしらすあえ 白菜と人参のみそ汁	鮭のおにぎり かぼちゃのみそ汁 ブルー 牛乳
27日(土)	焼うどん風 わかめスープ りんごのコンポート	バターパン粥 ミネストローネ つぶしバナナ	焼きうどん わかめスープ りんごのコンポート	バタートースト ミネストローネ バナナ	焼きそば わかめスープ りんごのコンポート	バタートースト ミネストローネ バナナ 牛乳
29日(月)	粥 ひじき入りふわふわつくね煮 野菜のやわらか煮 玉ねぎと麩のすまし汁	パン粥 クリームシチュー ほぐしみかん	粥 ひじき入りつくね 温野菜サラダ 玉ねぎと麩のみそ汁	カリカリトースト クリームシチュー みかん	軟飯 ひじき入りつくね焼き 温野菜サラダ もやしと麩のみそ汁	カリカリトースト クリームシチュー みかん 牛乳
30日(火)	粥 レバーのトマト煮 チンゲン菜の煮びたし わかめと玉ねぎのすまし汁	青のり粥 じゃがいもとチンゲン菜の すまし汁 豆腐のそぼろあんかけ	粥 レバーのトマト煮 チンゲン菜のごまあえ わかめと玉ねぎのみそ汁	青のり粥 じゃがいもとチンゲン菜の のみそ汁 豆腐のそぼろあんかけ	軟飯 レバーのケチャップだれ チンゲン菜のナムル しめじと玉ねぎのみそ汁	青のりおにぎり じゃがいもとチンゲン菜の のみそ汁 豆腐のそぼろあんかけ 牛乳
31日(水)	煮込みうどん きゅうりのおかか煮 プレーンヨーグルト	そぼろ粥 白菜と人参のすまし汁 りんごのコンポート	煮込みうどん きゅうりのおかかあえ プレーンヨーグルト	そぼろ粥 白菜と人参のみそ汁 りんごのコンポート	ちゃんぽんうどん きゅうりの即席漬け プレーンヨーグルト	そぼろおにぎり 人参と人参のみそ汁 りんごのコンポート 牛乳