



## 離乳食献立表 後期

※木曜日の朝までに食べていない食材にチェックして頂き、1枚に名前を書いて持ってきてください。  
2週間の献立をのせています。

なまえ ( )

日付	献立名	材料名
12月	 <h1>成人の日</h1> 	
13火	お粥 チキンのおろしあんかけ カムカムサラダ 味噌汁	米/鶏肉/だいこん/しょうゆ/三温糖/だしかつお/片栗粉/切り干しだい こん/にんじん/きゅうり/しょうゆ/三温糖/キャベツ/たまねぎ/だしかつ お/味噌/
14水	お粥 鶏と厚揚げの煮物 ブロッコリーのおかか和え	米/鶏肉/厚揚げ/じゃがいも/にんじん/いんげん(冷)/しょうゆ/三温糖 /だしかつお/糸かつお/ブロッコリー/しょうゆ/
15木	お粥 さけのフライ かぶのサラダ スープ	米/さけ/塩/小麦粉/卵/パン粉/なたね油/かぶ/きゅうり/にんじん/しよ うゆ/三温糖/かぼちゃ/たまねぎ/にんじん/だしかつお/塩/
16金	スタミナっとう丼(お粥) 小松菜の煮浸し 味噌汁	米/納豆/豚ひき肉/たまねぎ/にんじん/葉ねぎ/しょうゆ/三温糖/こま つな/にんじん/だしかつお/しょうゆ/はくさい/にんじん/だしかつお/味 噌/
17土	ドックパン スープ	ドッグパン/鶏肉/じゃがいも/たまねぎ/にんじん/キャベツ/だしかつお /塩/
19月	お粥 白身魚の味噌煮 お浸し すまし汁	米/たら/三温糖/しょうゆ/本みりん/味噌/きゅうり/はくさい/だしかつお /しょうゆ/切り麩/たまねぎ/水菜/しょうゆ/塩/だしかつお/
20火	豆腐のふわふわ丼ぶり(お粥) ゆで野菜 味噌汁	米/油揚げ/三温糖/しょうゆ/絹ごし豆腐/たまねぎ/葉ねぎ/にんじん/ しょうゆ/三温糖/本みりん/こんぶ(だし用)/だしかつお/片栗粉/にんじ ん/だいこん/にんじん/さといも(冷)/だしかつお/味噌/
21水	ミートスパゲティ 花野菜のサラダ	スパゲティ(ゆで、冷)/合挽き肉/たまねぎ/にんじん/グリーンピース (冷)/ホールトマト/ケチャップ/三温糖/しょうゆ/片栗粉/カリフラワー/ ブロッコリー/にんじん/マヨネーズ/塩/
22木	お粥 大根と豚肉のみそ煮 絹あつ和え	米/豚肉/だいこん/にんじん/さといも/いんげん(冷)/三温糖/しょうゆ/ 本みりん/味噌/なたね油/こんぶ(だし用)/だしかつお/ほうれんそう/ にんじん/塩/厚揚げ/三温糖/しょうゆ/
23金	ハヤシライス(軟飯) ゆで野菜	米/豚肉/にんじん/たまねぎ/グリーンピース(冷)/じゃがいも/バター/ケ チャップ/しょうゆ/三温糖/片栗粉/きゅうり/ブロッコリー/
24土	五目丼(お粥) 果物	米/豚肉/葉ねぎ/チンゲンサイ/キャベツ/にんじん/だしかつお/こんぶ (だし用)/しょうゆ/三温糖/片栗粉/バナナ/

※木曜日の朝までに食べていない食材にチェックして頂き、1枚に名前を書いて持ってきてください。  
2週間の献立をのせています。

なまえ (

)

日付	献立名	材料名	おやつ
12月			
13火	軟飯 チキンのおろしポン酢かけ カムカムサラダ 味噌汁	米/鶏肉/酒/しょうゆ/しょうが/だいこん/しょうゆ/酢/三温糖/本 みりん/酒/だしかつお/切り干しだいこん/にんじん/きゅうり/もや し/しょうゆ/三温糖/塩/ごま油/油揚げ/キャベツ/たまねぎ/えの きたけ/こんぶ(だし用)/だしかつお/味噌/	チーズおやき (米・片栗粉・しょうゆ・チーズ・ なたね油)
14水	軟飯 鶏とじゃがいもの利休煮 ブロッコリーのおかか和え	米/鶏肉/厚揚げ/三温糖/本みりん/酒/じゃがいも/にんじん/れ んこん/板こんにゃく/いんげん(冷)/しょうゆ/だしかつお/こんぶ (だし用)/なたね油/すりごま/糸かつお/ブロッコリー/しょうゆ/	いちご蒸しパン (ホットケーキ粉・三温糖・牛乳・ いちごジャム)
15木	軟飯 あじフライ かぶの塩こんぶサラダ スープ	米/あじ/塩/小麦粉/卵/パン粉/なたね油/かぶ/きゅうり/にんじ ん/塩こんぶ/オリーブオイル/酢/三温糖/鶏肉/かぼちゃ/たま ねぎ/にんじん/しめじ/コンソメ/塩/	お麩ラスク (切り麩・バター・三温糖)
16金	スタミナつとう丼(軟飯) 小松菜の煮浸し かき玉味噌汁	米/納豆/豚ひき肉/ながいも/たまねぎ/にんじん/葉ねぎ/しょう ゆ/本みりん/三温糖/刻みのり/こまつな/にんじん/えのきたけ/ 油揚げ/だしかつお/こんぶ(だし用)/しょうゆ/本みりん/卵/はく さい/にんじん/わかめ(乾)/こんぶ(だし用)/だしかつお/味噌/	のり塩ポテト (じゃがいも・なたね油・あおのり・ 塩)
17土	ポテサラドック スープ	ドッグパン/じゃがいも/にんじん/ハム/きゅうり/コーン(冷)/マヨ ネーズ/塩/鶏肉/たまねぎ/にんじん/キャベツ/コンソメ/塩/	
19月	軟飯 鯖の味噌煮 酢の物 すまし汁	米/さば/しょうが/三温糖/しょうゆ/本みりん/味噌/酒/かまぼこ (卵)/きゅうり/はくさい/わかめ(乾)/三温糖/酢/しょうゆ/塩/切り 麩/たまねぎ/水菜/えのきたけ/しょうゆ/塩/だしかつお/	きな粉揚げパン (コッペパン・きな粉・三温糖・塩)
20火	豆腐のふわふわ丼ぶり(軟飯) 白菜と春菊のごま和え 飛鳥汁	米/油揚げ/三温糖/しょうゆ/絹ごし豆腐/たまねぎ/葉ねぎ/にん じん/干しいたけ/しょうゆ/三温糖/本みりん/こんぶ(だし用)/ だしかつお/片栗粉/酒/しょうが/はくさい/にんじん/しゅんぎく/ すりごま/しょうゆ/鶏肉/にんじん/だいこん/しめじ/さといも(冷) /こんぶ(だし用)/だしかつお/味噌/牛乳/	蒸しようかん (こしあん・さつまいも・小麦粉・ 三温糖・片栗粉)
21水	ミートスパゲティ 花野菜のサラダ	スパゲティ(ゆで、冷)/豚ひき肉/しいたけ/にんにく/たまねぎ /セロリー/にんじん/グリーンピース(冷)/コンソメ/トマトピューレ/ ホールトマト/ケチャップ/ウスターソース/三温糖/なたね油/塩/ 粉チーズ/カリフラワー/ブロッコリー/にんじん/マヨネーズ/カ レー粉/塩/	ねぎじゃこチャーハン (米・チリメン・白ねぎ・万能ねぎ・ コーン(冷)・中華だし・しょうゆ・ ごま油)
22木	軟飯 大根と豚肉のみそ煮 絹あつ和え	米/豚肉/だいこん/にんじん/板こんにゃく/さといも/いんげん (冷)/三温糖/しょうゆ/本みりん/味噌/なたね油/こんぶ(だし 用)/だしかつお/ほうれんそう/にんじん/しめじ/塩/厚揚げ/すり ごま/白みそ/三温糖/しょうゆ/本みりん/酢/	オレンジゼリー (オレンジジュース・三温糖・アガー)
23金	ハヤシライス(軟飯) きゅうりの黒ごまサラダ	米/豚肉/にんじん/たまねぎ/グリーンピース(冷)/じゃがいも/まい たけ/バター/小麦粉/スキムミルク/コンソメ/ウスターソース/中濃 ソース/ケチャップ/塩/きゅうり/ブロッコリー/にんじん/黒ごま/塩/ しょうゆ/	フルーツヨーグルト (ヨーグルト・みかん・バナナ・ 三温糖)
24土	和風ラーメン 果物	ゆで中華そば(冷)/豚肉/コーン(冷)/もやし/葉ねぎ/チンゲン サイ/キャベツ/にんじん/ごま油/だしかつお/こんぶ(だし用)/煮 干し/しょうゆ/本みりん/塩/バナナ/	