



※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
20月	お粥 お麩と野菜のぼってり煮	米/切り麩/はくさい/にんじん/たまねぎ/だしかつお/こんぶ(だし用)/片栗粉/
21火	お粥 まぐろと野菜のとろとろ煮	米/まぐろ/キャベツ/にんじん/ほうれんそう/だしかつお/こんぶ(だし用)/片栗粉/
22水	お粥 ささみのぼってり和え	米/鶏ささみ/じゃがいも/にんじん/たまねぎ/キャベツ/
23木	青菜入り粥 大豆と野菜のやわらか煮	米/ほうれんそう/だいず水煮/にんじん/じゃがいも/キャベツ/だしかつお/こんぶ(だし用)/片栗粉/
24金	お粥 ホコホコポテト	米/たい/たまねぎ/にんじん/じゃがいも/
25土	おじや	米/鶏ささみ/たまねぎ/はくさい/にんじん/
27月	パン粥 ささみのさつまいも和え	食パン/鶏ささみ/さつまいも/たまねぎ/にんじん/はくさい/
28火	お粥 お麩と野菜のぼってり煮	米/切り麩/はくさい/たまねぎ/キャベツ/にんじん/だしかつお/こんぶ(だし用)/片栗粉/
29水	 昭和の日 	
30木	お粥 鮭の野菜あんかけ	米/さけ/にんじん/たまねぎ/キャベツ/だしかつお/こんぶ(だし用)/片栗粉/
01金	納豆入りお粥 野菜のやわらか煮	米/納豆/にんじん/だいこん/たまねぎ/だしかつお/こんぶ(だし用)/片栗粉/
02土	野菜うどん	ゆでうどん(冷)/にんじん/ほうれんそう/たまねぎ/だしかつお/こんぶ(だし用)/

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
20月	お粥 煮魚 きゅうりのお浸し すまし汁	米/たら/三温糖/しょうゆ/きゅうり/はくさい/だしかつお/しょうゆ/切り麩/たまねぎ/にんじん/だしかつお/こんぶ(だし用)しょうゆ/塩/
21火	中華丼風お粥 まぐろの甘辛あえ 果物	米/豚肉/キャベツ/チンゲンサイ/もやし/にんじん/だしかつお/しょうゆ/塩/片栗粉/まぐろ/片栗粉/なたね油/しょうゆ/三温糖/ほうれんそう/バナナ/
22水	お粥 肉じゃが キャベツの和え物	米/牛肉/じゃがいも/にんじん/たまねぎ/いんげん(冷)/三温糖/しょうゆ/だしかつお/こんぶ(だし用)/キャベツ/にんじん/しょうゆ/
23木	三色どんぶり(お粥) ひじき豆 味噌汁	米/鶏ひき肉/三温糖/しょうゆ/卵/三温糖/塩/なたね油/ほうれんそう/干しひじき/にんじん/だいたん(水)煮/いんげん(冷)/だしかつお/三温糖/しょうゆ/じゃがいも/にんじん/キャベツ/だしかつお/こんぶ(だし用)/味噌/
24金	お粥 ミートオムレツ ゆで野菜 味噌汁	米/卵/豚ひき肉/たまねぎ/にんじん/なたね油/三温糖/しょうゆ/にんじん/じゃがいも/たまねぎ/わかめ(乾)/だしかつお/こんぶ(だし用)/味噌/
25土	おじや	米/鶏ささみ/たまねぎ/はくさい/にんじん/
27月	ロールパン 鶏の照り焼き ゆで野菜 豆乳スープ	ロールパン/鶏肉/しょうゆ/本みりん/にんじん/きゅうり/はくさい/たまねぎ/さつまいも/だしかつお/豆乳/
28火	お粥 すき焼き風煮 キャベツの和え物	米/鶏肉/三温糖/はくさい/焼き豆腐/たまねぎ/切り麩/葉ねぎ/こんぶ(だし用)/しょうゆ/キャベツ/にんじん/しょうゆ/三温糖/
29水	 <h2 style="font-size: 2em;">昭和の日</h2> 	
30木	お粥 鮭の竜田揚げ 切り干し大根の煮物 味噌汁	米/さけ/しょうゆ/片栗粉/なたね油/切り干しだいこん/にんじん/だしかつお/こんぶ(だし用)/しょうゆ/三温糖/たまねぎ/キャベツ/こんぶ(だし用)/だしかつお/味噌/
01金	スタミナっとう丼(お粥) ゆで野菜 すまし汁	米/納豆/豚ひき肉/干しひじき/たまねぎ/にんじん/葉ねぎ/しょうゆ/三温糖/にんじん/だいこん/たまねぎ/にんじん/しょうゆ/塩/だしかつお/こんぶ(だし用)/
02土	五目うどん	ゆでうどん(冷)/豚肉/油揚げ/にんじん/ほうれんそう/たまねぎ/だしかつお/こんぶ(だし用)/片栗粉/しょうゆ/三温糖/

※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
20月	軟飯 煮魚 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/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/にんじん/水菜/しょうゆ/塩/だしかつお/こんぶ(だし用)/	さつまいもスティック (さつまいも・なたね油)
21火	ちゃんぽん 豚レバーの甘辛あえ 果物	ゆでちゃんぽんめん(冷)/豚肉/キャベツ/チンゲンサイ/もやし/かまぼこ(卵)/にんじん/コーン(冷)牛乳/中華だしの素/しょうゆ/塩/ごま油/豚レバー/片栗粉/なたね油/しょうゆ/本みりん/三温糖/ほうれんそう/バナナ/	たけのご飯(軟飯) (米・たけのご水煮・油揚げ・しょうゆ・オイスターソース・三温糖・だしかつお・ごま油)
22水	軟飯 肉じゃが 納豆マヨ和え	米/牛肉/三温糖/本みりん/酒/じゃがいも/にんじん/たまねぎ/糸こんにゃく/いんげん(冷)/しょうゆ/だしかつお/こんぶ(だし用)/なたね油/挽きわり納豆/キャベツ/にんじん/わかめ(乾)/しょうゆ/マヨネーズ/糸かつお/	マーラーカオ (ホットケーキ粉・三温糖・卵・なたね油・ごま油・しょうゆ・干しぶどう)
23木	三色どんぶり(軟飯) ひじき豆 石狩汁	米/しょうゆ/鶏ひき肉/しょうが/三温糖/しょうゆ/酒/卵/三温糖/塩/なたね油/ほうれんそう/しょうゆ/干しひじき/油揚げ/にんじん/だいず水煮/いんげん(冷)/こんにゃく/ごま油/だしかつお/三温糖/しょうゆ/本みりん/さけ/じゃがいも/にんじん/キャベツ/ごぼう/だしかつお/こんぶ(だし用)/味噌/	シュガートースト (食パン・マーガリン・グラニュー糖)
24金	軟飯 千草卵 肉ゴボウ炒め煮 味噌汁	米/卵/豚ひき肉/たまねぎ/にんじん/干しひじき/葉ねぎ/干しいたけ/なたね油/三温糖/酒/しょうゆ/牛肉/ごぼう/にんじん/いんげん(冷)/しょうが/なたね油/三温糖/しょうゆ/酒/こんぶ(だし用)/だしかつお/じゃがいも/たまねぎ/わかめ(乾)/こんぶ(だし用)/煮干し/味噌/	板麩のかりんとう (板麩・黒糖・なたね油)
25土	豚みそ丼(軟飯) わかめスープ	米/豚肉/酒/塩/赤ピーマン/チンゲンサイ/たまねぎ/なす/味噌/三温糖/しょうゆ/なたね油/はくさい/にんじん/もやし/わかめ(乾)/コンソメ(大豆)/ごま油/	
27月	ロールパン タンダーチキン マカロニサラダ 豆乳スープ	ロールパン/鶏肉/ヨーグルト/カレー粉/しょうが/にんにく/三温糖/味噌/マカロニ/ハム/にんじん/きゅうり/キャベツ/マヨネーズ/塩/はくさい/たまねぎ/さつまいも/しめじ/コンソメ(大豆)/豆乳/	いちご蒸しパン (ホットケーキ粉・牛乳・三温糖・いちごジャム)
28火	軟飯 すき焼き風煮 キャベツとちくわの梅おかか和え	米/鶏肉/三温糖/酒/はくさい/焼き豆腐/たまねぎ/糸こんにゃく/切り麩/葉ねぎ/こんぶ(だし用)/しょうゆ/キャベツ/にんじん/ちくわ(卵)/梅肉/ごま油/ぼん酢しょうゆ/しょうゆ/三温糖/糸かつお/	かむかむビーンズ (さつまいも・大豆・片栗粉・なたね油・三温糖・しょうゆ)
29水	 <h1 style="font-size: 2em; margin: 0;">昭和の日</h1> 		
30木	軟飯 鯖の竜田揚げ 豆苗と切り干し大根のごま和え 味噌汁	米/さば/しょうゆ/酒/片栗粉/なたね油/しょうが/トウモロコシ/にんじん/切り干しだいこん/すりごま/三温糖/しょうゆ/鶏肉/グリーンアスパラガス/たまねぎ/キャベツ/こんぶ(だし用)/だしかつお/味噌/	フルーツヨーグルト (ヨーグルト・三温糖・バナナ)
01金	スタミナとう丼(軟飯) 高野豆腐とふきの含め煮 すまし汁	米/納豆/豚ひき肉/干しひじき/干しいたけ/たまねぎ/にんじん/葉ねぎ/しょうゆ/本みりん/三温糖/高野豆腐/ふき/にんじん/だしかつお/こんぶ(だし用)/三温糖/本みりん/しょうゆ/塩/だいこん/たまねぎ/にんじん/トウモロコシ/しょうゆ/塩/だしかつお/こんぶ(だし用)/	きな粉おにぎり (米・きな粉・三温糖・塩)
02土	カレーうどん 果物	ゆでうどん(冷)/豚肉/油揚げ/にんじん/ほうれんそう/たまねぎ/こんぶ(だし用)/だしかつお/カレー粉/片栗粉/しょうゆ/本みりん/オレンジ/	