# 令和5年度 1月/2月 離乳食献立表　完了期

なまえ（　　）

**※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。**

| 日付 | 献立名 | 材料名 | おやつ |
|---|---|---|---|
| 29月 | 軟飯<br>鶏の香味焼き<br>カムカムサラダ<br>豆乳味噌汁 | 米/鶏肉/白ねぎ/しょうが/しょうゆ/本みりん/酒/ごま油/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/さつまいも/にんじん/たまねぎ/万能ねぎ/だしかつお/味噌/豆乳/ | 青のりチーズおやき<br>（米・粉チーズ・青のり・片栗粉・なたね油） |
| 30火 | 軟飯<br>鮭のポテトマヨ焼き<br>ブロッコリーのおかか和え<br>味噌汁 | 米/さけ/じゃがいも/牛乳/バター/塩/こしょう/マヨネーズ/パセリ粉/ブロッコリー/糸かつお/しょうゆ/厚揚げ/だいこん/にんじん/わかめ(乾)/えのきたけ/いわし(煮干し)/こんぶ(だし用)/味噌/ | ロールサンド<br>（食パン・ブルーベリージャム） |
| 31水 | 軟飯<br>大根と豚肉のみそ煮<br>こまつなっとう | 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/こまつな/挽きわり納豆/チリメン/しょうゆ/ | 抹茶のおからケーキ<br>（小麦粉・三温糖・バター・卵・牛乳・おから・抹茶・甘納豆スキムミルク・ベーキングパウダー） |
| 01木 | ロールパン<br>パンプキンシチュー<br>キャベツ入りごぼうのマヨサラダ | ロールパン/鶏肉/かぼちゃ/にんじん/たまねぎ/グリンピース(冷)/牛乳/なたね油/バター/小麦粉/コンソメ/塩/こしょう/ベーコン/ごぼう/三温糖/しょうゆ/きゅうり/キャベツ/マヨネーズ/しょうゆ/ | バナナヨーグルト<br>（ヨーグルト・バナナ・三温糖） |
| 02金 | いわしのそぼろ丼(軟飯)<br>れんこんともやしの酢の物<br>すまし汁 | 米/いわし/片栗粉/なたね油/三温糖/しょうゆ/みりん/刻みのり/すりごま/れんこん/もやし/にんじん/きゅうり/しょうゆ/酢/三温糖/なたね油/絹ごし豆腐/たまねぎ/こまつな/なめこ/しょうゆ/塩/こんぶ(だし用)/だしかつお/ | 黒糖きな粉豆<br>（だいず水煮、黒砂糖、きな粉） |
| 03土 | ガパオライス(軟飯)<br>五目スープ | 米/鶏ひき肉/たまねぎ/赤ピーマン/黄ピーマン/ピーマン/中華だしの素/オイスターソース/三温糖/キャベツ/にんじん/たまねぎ/チンゲンサイ/干ししいたけ/鶏ガラスープ/塩/ | |
| 05月 | 軟飯<br>鮭の塩こうじ焼き<br>ちゅるちゅるピーマン<br>けんちん汁 | 米/さけ/塩こうじ/しらたき/豚肉/にんじん/ピーマン/白ごま/ごま油/酒/本みりん/三温糖/しょうゆ/鶏肉/木綿豆腐/だいこん/にんじん/ごぼう/さといも/だしかつお/こんぶ(だし用)/しょうゆ/塩/片栗粉/ | お麩ラスク<br>（切り麩・バター・三温糖） |
| 06火 | 冬野菜のカレーライス(軟飯)<br>じゃこサラダ | 米/豚ひき肉/たまねぎ/さといも(冷)/カリフラワー/にんじん/れんこん/とうもろこし(冷)/カレールウ/コンソメ/だいこん/キャベツ/にんじん/ほうれんそう/チリメン/しょうゆ/酢/三温糖/白ごま/ | 春のロールサンドイッチ<br>（ロールパン・卵・ベーコン・なばな・マヨネーズ・塩） |
| 07水 | 軟飯<br>筑前煮<br>ビーフンサラダ | 米/鶏肉/だいこん/たけのこ(ゆで)/にんじん/ごぼう/れんこん/さといも/板こんにゃく/ちくわ/干ししいたけ/いんげん(冷)/しょうゆ/三温糖/本みりん/酒/だしかつお/こんぶ(だし用)/ビーフン/キャベツ/にんじん/ハム/きゅうり/酢/しょうゆ/三温糖/ごま油/ | ぶどうゼリー<br>（ぶどう天然果汁・アガー・三温糖） |
| 08木 | わかめご飯(軟飯)<br>たらの野菜あんかけ<br>豚汁 | 米/わかめ(乾)/塩/酒/本みりん/たら/片栗粉/なたね油/もやし/にんじん/たまねぎ/ピーマン/干ししいたけ/コンソメ/しょうゆ/酢/三温糖/片栗粉/豚肉/木綿豆腐/にんじん/ごぼう/だいこん/さといも(冷)/板こんにゃく/葉ねぎ/だしかつお/味噌/ | チーズチヂミ<br>（小麦粉・えび(むき身・冷)・卵・たまねぎ・にんじん・にら・ピザ用チーズ・ごま油・塩） |
| 09金 | ちゃんぽん<br>豚レバーの甘辛あえ<br>果物 | ちゃんぽん麺(冷)/豚肉/キャベツ/チンゲンサイ/もやし/かまぼこ/にんじん/とうもろこし(冷)/牛乳/中華だしの素/しょうゆ/塩/こしょう/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/ | 中華風おこわ<br>（米・もち米・鶏肉・人参・干し椎茸・つきこんにゃく・グリンピース(冷)・しょうゆ・三温糖・ごま油） |
| 10土 | コッペパン<br>ウインナーソテー<br>みそスープ | コッペパン/あらびきウインナー/キャベツ/カレー粉/ケチャップ/塩/ベーコン/さつまいも/たまねぎ/にんじん/はくさい/こんぶ(だし用)/だしかつお/味噌/牛乳/ | |