

令和3年度



離乳食予定献立表

幼保連携型認定こども園打瀬保育園

令和3年 11月 29日発行

| 日 | 曜 | 献立名(材料名) | おやつ(材料名) |
|----|---|---|-----------------------------|
| 1 | 水 | お粥 スープ(白菜) 人参スティック パナナ ポークビーンズ(豚挽肉・大豆・じゃが芋・玉葱・人参・トマトピューレ) | 人参粥(人参) |
| 2 | 木 | お粥 人参スティック パナナ 具だくさん豚汁(豚挽肉・人参・大根・里芋・小松菜・白菜) | ☆赤ちゃんせんべい |
| 3 | 金 | スープ(チンゲン菜) 人参スティック みかん きのこリゾット(お粥・豚挽肉・しめじ・椎茸・玉葱・人参・パセリ) | 鶏雑炊(鶏挽肉) |
| 6 | 月 | お粥 清まし汁(ワカメ) 大根スティック オレンジ 豚肉と野菜の和風煮(豚挽肉・人参・大根・いんげん・白菜) | パセリ粥(パセリ) |
| 7 | 火 | お粥 味噌汁(玉葱) ブロッコリースティック オレンジ 白身魚のソテー風(カラスガレイ) 花野菜のサラダ(人参・カリフラワー・ブロッコリー) | 青菜粥(小松菜) |
| 8 | 水 | スープ(パセリ) 人参スティック パナナ あんかけうどん(うどん・豚挽肉・キャベツ・人参・もやし) 蒸し南瓜(南瓜) | ツナとコーンのリゾット (ツナ・コーン・パセリ) |
| 9 | 木 | お粥 スープ(チンゲン菜) 胡瓜スティック りんご 鶏レバーの味噌煮(鶏レバー) 春雨サラダ(春雨・キャベツ・胡瓜・人参) | きのこ雑炊(しめじ) |
| 10 | 金 | お粥 味噌汁(長葱) 人参スティック パナナ 肉じゃが(豚挽肉・人参・玉葱・じゃが芋・ほうれん草) | 南瓜の茶巾 |
| 13 | 月 | スープ(小松菜) 胡瓜スティック オレンジ チキンとコーンのリゾット(お粥・鶏挽肉・人参・キャベツ・クリームコーン・パセリ) | パセリ粥(パセリ) |
| 14 | 火 | お粥 味噌汁(ほうれん草) ブロッコリースティック オレンジ 鮭のソテー彩り野菜ソース(鮭・人参・ブロッコリー) 湯豆腐(豆腐) | おかか粥(削り節) |
| 15 | 水 | お粥 スープ(白菜) 人参スティック パナナ 麻婆豆腐風(豆腐・豚挽肉・人参・玉葱・にら) さつま芋甘煮(さつま芋) | じゃこ粥(じゃこ・青のり) |
| 16 | 木 | スープ(パセリ) ブロッコリースティック みかん チキンとトマトのリゾット(お粥・鶏挽肉・人参・玉葱・ピーマン・ブロッコリー・トマト) | 南瓜粥(南瓜) |
| 17 | 金 | お粥 胡瓜スティック パナナ パンプキンシチュー(鶏挽肉・人参・玉葱・じゃが芋・南瓜・パセリ) | ☆赤ちゃんせんべい |
| 20 | 月 | しらす粥(お粥・しらす) 味噌汁(キャベツ) 胡瓜スティック オレンジ 冬野菜のそぼろ煮(人参・大根・白菜・豚挽肉) | ほうれん草粥(ほうれん草) |
| 21 | 火 | お粥 清まし汁(白菜) 人参スティック オレンジ 白身魚のおろし煮(カラスガレイ・大根) 更紗炒め風(豚挽肉・人参・じゃが芋・ピーマン) | パセリ粥(パセリ) |
| 22 | 水 | スープ(かぶ) 人参スティック パナナ 具だくさん煮込みうどん(うどん・豚挽肉・人参・玉葱・キャベツ・椎茸・ピーマン) | 南瓜の茶巾 |
| 23 | 木 | お粥 清まし汁(三つ葉) 人参スティック みかん 豆腐の野菜あんかけ(豆腐・人参・玉葱・しめじ・ほうれん草) | きな粉粥(きな粉) |
| 24 | 金 | お粥 胡瓜スティック りんご トマトシチュー(豚挽肉・人参・玉葱・じゃが芋・しめじ・トマト・パセリ) | マッシュポテト(じゃが芋) |
| 27 | 月 | 鶏雑炊(鶏挽肉) 清まし汁(ワカメ) 人参スティック オレンジ 豆腐ステーキ野菜あんかけ(豆腐・人参・小松菜・長葱) | ポテトサンド(じゃが芋) |
| 28 | 火 | お粥 スープ(チンゲン菜) ブロッコリースティック オレンジ 白身魚の野菜あんかけ(カラスガレイ・人参・ブロッコリー・玉葱・もやし) | さつま芋茶巾 |
| 29 | 水 | スープ(パセリ) 胡瓜スティック パナナ ミートソースうどん(うどん・豚挽肉・人参・玉葱・グリーンピース・トマト・パセリ) | ツナとキャベツのリゾット (ツナ・キャベツ) |

* 材料の入荷状況など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。

* 献立は、後期～完了期向けに作成してあります。

これをもとに、離乳食の進め方や食べることでできる食材などに応じて、個人別に対応しています。

* 野菜スティックは後期からです。手にもってかじる練習をしています。ご家庭でもお試しください。

☆ 印は市販品おやつの提供になります。おやつは後期からです。

