

令和3年 4月 離乳食(完了期) 献立表

むさしの森保育園

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)			10時おやつ	日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)			10時おやつ
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの						熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1	木	二色おにぎり 鶏の唐揚げ煮 ブロッコリーのじゃこあえ すまし汁	マドレーヌ 牛乳	米、小麦粉、三温糖、 片栗粉、なたね油、ご ま油、花魁、粉糖	牛乳、鶏もも肉、木綿 豆腐、卵、バター、さ け、しらす干し	オレンジ、ブロッコリー、 にんじん、なばな、ねぎ、 しょうが、にんにく	せんべい 麦茶	17	土	豚井 じゃがバター 味噌汁 ジョア	ふりかけおにぎり 麦茶	米、じゃがいも、なた ね油	豚肉、米みそ、バ ター、白ごま	たまねぎ、キャベツ、ね ぎ、にんにく、しょうが	せんべい 麦茶
2	金	軟飯 かじきの竜田揚げ(煮) かぼちゃ煮 しらすときゅうりの酢の物	焼きそば 牛乳	米、焼きそばめん、片 栗粉、なたね油、三温 糖	牛乳、かじき、豚肉、 米みそ、しらす干し、 油揚げ、白ごま	かぼちゃ、だいこん、きゅ うり、キャベツ、にんじん、 もやし、こまつな、ピーマ ン、カットわかめ、しょうが	せんべい 麦茶	18	日						
3	土	豚井 じゃがバター 味噌汁 ジョア	ふりかけおにぎり 麦茶	米、じゃがいも、なた ね油	豚肉、米みそ、バ ター、白ごま	たまねぎ、キャベツ、ね ぎ、にんにく、しょうが	せんべい 麦茶	19	月	カレーライス コールスローサラダ スープ チーズ	マカロニきなこ 牛乳	米、じゃがいも、マカ ロニ(乾)、三温糖、マ ヨドレ、なたね油	牛乳、豚肉、プロセス チーズ、きな粉	キャベツ、たまねぎ、きゅ うり、にんじん、もやし、 コーン缶、カットわかめ	せんべい 麦茶
4	日							20	火	軟飯 さばの塩焼き もやしのソテー 味噌汁	芋もち 牛乳	じゃがいも、米、片栗 粉、なたね油、ごま 油、三温糖	牛乳、さば、木綿豆 腐、米みそ	もやし、バナナ、コーン 缶、にんじん、ねぎ	せんべい 麦茶
5	月	カレーライス コールスローサラダ スープ チーズ	マカロニきなこ 牛乳	米、じゃがいも、マカ ロニ(乾)、三温糖、マ ヨドレ、なたね油	牛乳、豚肉、プロセス チーズ、きな粉	キャベツ、たまねぎ、きゅ うり、にんじん、もやし、 コーン缶、カットわかめ	せんべい 麦茶	21	水	鶏南蛮うどん とうもろこしのかき揚げ煮 トマト ジョア	ツナおかかおにぎり 麦茶	ゆでうどん、米、小麦 粉、なたね油、片栗粉	鶏もも肉、ツナ水煮 缶、かつお節	コーン缶、トマト、たまね ぎ、ねぎ、にんじん、こま つな	せんべい 麦茶
6	火	軟飯 さばの塩焼き もやしのソテー 味噌汁	芋もち 牛乳	じゃがいも、米、片栗 粉、なたね油、ごま 油、三温糖	牛乳、さば、木綿豆 腐、米みそ	もやし、バナナ、コーン 缶、にんじん、ねぎ	せんべい 麦茶	22	木	軟飯 鮭のチーズ味噌焼き 切干大根の煮物 きゅうりの浅漬け	鬼まんじゅう 牛乳	さつまいも、米、小麦 粉、三温糖、なたね油	牛乳、さけ、木綿豆 腐、とろけるチーズ、 米みそ	きゅうり、たまねぎ、にんじ ん、切り干しだいこん、ね ぎ、カットわかめ	せんべい 麦茶
7	水	鶏南蛮うどん とうもろこしのかき揚げ煮 トマト ジョア	ツナおかかおにぎり 麦茶	ゆでうどん、米、小麦 粉、なたね油、片栗粉	鶏もも肉、ツナ水煮 缶、かつお節	コーン缶、トマト、たまね ぎ、ねぎ、にんじん、こま つな	せんべい 麦茶	23	金	軟飯 豆腐ハンバーグ ほうれんそうの海苔あえ 味噌汁	ジャムサンド 牛乳	食パン、米、片栗粉、 なたね油	牛乳、豚赤身ひき肉、 生揚げ、米みそ	ほうれんそう、オレンジ、 かぼちゃ、いちごジャム、 にんじん、たまねぎ、もや し、ねぎ、刻みのり	せんべい 麦茶
8	木	軟飯 鮭のチーズ味噌焼き 切干大根の煮物 きゅうりの浅漬け	鬼まんじゅう 牛乳	さつまいも、米、小麦 粉、三温糖、なたね油	牛乳、さけ、木綿豆 腐、とろけるチーズ、 米みそ	きゅうり、たまねぎ、にんじ ん、切り干しだいこん、ね ぎ、カットわかめ	せんべい 麦茶	24	土	ケチャップライス マカロニサラダ チキンスープ バナナ	フルーチェ リッツ 麦茶	米、じゃがいも、マカ ロニ(乾)、マヨドレ、 なたね油	牛乳、鶏もも肉、鶏ひ き肉	バナナ、たまねぎ、にんじ ん、きゅうり、ピーマン	せんべい 麦茶
9	金	軟飯 豆腐ハンバーグ ほうれんそうの海苔あえ 味噌汁	ジャムサンド 牛乳	食パン、米、片栗粉、 なたね油	牛乳、豚赤身ひき肉、 生揚げ、米みそ	ほうれんそう、オレンジ、 かぼちゃ、いちごジャム、 にんじん、たまねぎ、もや し、ねぎ、刻みのり	せんべい 麦茶	25	日						
10	土	ケチャップライス マカロニサラダ チキンスープ バナナ	フルーチェ リッツ 麦茶	米、じゃがいも、マカ ロニ(乾)、マヨドレ、 なたね油	牛乳、鶏もも肉、鶏ひ き肉	バナナ、たまねぎ、にんじ ん、きゅうり、ピーマン	せんべい 麦茶	26	月	すき焼き風井 キャベツの胡麻マヨネーズあえ 味噌汁 りんご	黒糖蒸しパン 牛乳	米、小麦粉、じゃがい も、黒砂糖、マヨド レ、三温糖、なたね 油	牛乳、豚肉、豆乳、焼 き豆腐、ちくわ、米み そ、すりごま(白)	キャベツ、りんご、たまね ぎ、にんじん、こまつな、 カットわかめ	せんべい 麦茶
11	日							27	火	軟飯 肉じゃが 小松菜のサラダ 味噌汁	牛乳ゼリー(黒蜜きな粉) リッツ 麦茶	米、じゃがいも、三温 糖、黒砂糖、マヨド レ、なたね油	牛乳、豚肉、ツナ水煮 缶、米みそ、きな粉、 ゼラチン、すりごま (白)	グレープフルーツ、こま つな、たまねぎ、キャベ ツ、にんじん、もやし	せんべい 麦茶
12	月	すき焼き風井 キャベツの胡麻マヨネーズあえ 味噌汁 りんご	黒糖蒸しパン 牛乳	米、小麦粉、じゃがい も、黒砂糖、マヨド レ、三温糖、なたね 油	牛乳、豚肉、豆乳、焼 き豆腐、ちくわ、米み そ、すりごま(白)	キャベツ、りんご、たまね ぎ、にんじん、こまつな、 カットわかめ	せんべい 麦茶	28	水	軟飯 鶏のから揚げ(煮) きゃべつときゅうりのごま酢あえ 味噌汁	スイスロール いちご 牛乳	米、片栗粉、なたね 油、花魁、三温糖	牛乳、鶏もも肉、プロ セスチーズ、米みそ、 すりごま(白)	キャベツ、いちご、ほうれ んそう、きゅうり、ねぎ、 しょうが、にんにく	せんべい 麦茶
13	火	軟飯 肉じゃが 小松菜のサラダ 味噌汁	牛乳ゼリー(黒蜜きな粉) リッツ 麦茶	米、じゃがいも、三温 糖、黒砂糖、マヨド レ、なたね油	牛乳、豚肉、ツナ水煮 缶、米みそ、きな粉、 ゼラチン、すりごま (白)	グレープフルーツ、こま つな、たまねぎ、キャベ ツ、にんじん、もやし	せんべい 麦茶	29	木						
14	水	軟飯 鶏肉のマーマレード焼き ひじきの煮物 トマト	シュガートースト 牛乳	米、食パン、グラ ニュー糖、片栗粉、な たね油、三温糖	牛乳、鶏もも肉、木綿 豆腐、米みそ、バター	トマト、にんじん、ねぎ、 ひじき、マーマレード	せんべい 麦茶	30	金	赤飯 豚肉とキャベツの炒め煮 ブロッコリーの胡麻マヨネーズあえ 若竹汁	こいのぼりクッキー 牛乳	米、小麦粉、もち米、 三温糖、マヨドレ	牛乳、豚ひき肉、木綿 豆腐、無塩バター、あ ずき(乾)、すりごま (白)	いちご、ブロッコリー、 キャベツ、にんじん、カッ トわかめ、にんにく、しょう が	せんべい 麦茶
15	木	軟飯 レバーの胡麻ソースからめ ツナサラダ わかめスープ	さつま芋クッキー 牛乳	米、小麦粉、なたね 油、さつまいも、三温 糖、片栗粉、マヨドレ	牛乳、豚レバー、プロ セスチーズ、ツナ水煮 缶、白ごま	キャベツ、コーン缶、きゅ うり、ねぎ、にんじん、カッ トわかめ、しょうが	せんべい 麦茶								
16	金	軟飯 かじきの竜田揚げ(煮) かぼちゃ煮 しらすときゅうりの酢の物	焼きそば 牛乳	米、焼きそばめん、片 栗粉、なたね油、三温 糖	牛乳、かじき、豚肉、 米みそ、しらす干し、 油揚げ、白ごま	かぼちゃ、だいこん、きゅ うり、キャベツ、にんじん、 もやし、こまつな、ピーマ ン、カットわかめ、しょうが	せんべい 麦茶								

※献立は都合により変更になる場合があります。