

献立表

2020年06月

完全給食

| 日付 | 離乳食12～18 | 離乳食9～11 | 離乳食7～8 | 離乳食開始期 |
|-------|---|---|---|--|
| 01(月) | さけとひじきの混ぜごはん 豆乳コーン鍋(キャベツ) ベイクドじゃが | 全粥90g 豆乳汁(キャベツ・にんじん) さけのポテト和え | 全粥65g 豆乳汁(キャベツ・にんじん) さけのポテト和え | 10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(キャベツ・にんじん) |
| 02(火) | 軟飯 みそ汁(かぼちゃ・玉ねぎ) さわらのもやしあんかけ ゆで野菜(いんげん) | 全粥90g みそ汁(かぼちゃ・玉ねぎ) 白身魚のもやしあんかけ ゆで野菜(いんげん) | 全粥65g みそ汁(かぼちゃ・玉ねぎ) 白身魚のもやしあんかけ ゆで野菜(いんげん) | 10倍粥 すり流し(白身魚) 野菜のペースト(かぼちゃ・たまねぎ) |
| 03(水) | 軟飯 みそ汁(豆腐・だいこん) 豚肉と昆布の炒め煮(にんじん) ブロッコリーの玉ねぎドレッシング(コーン) | 全粥90g みそ汁(豆腐・だいこん) 鶏肉とにんじんのあんとし ゆで野菜(ブロッコリー・きゅうり) | 全粥65g みそ汁(豆腐・だいこん) 鶏肉とにんじんのあんとし ゆで野菜(ブロッコリー・きゅうり) | 10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(ブロッコリー・にんじん) |
| 04(木) | 軟飯 野菜スープ(もやし・たまねぎ) マーボー豆腐(キッズ) 粉ふき芋 | 全粥90g 野菜スープ(もやし・たまねぎ) 豆腐のそぼろ納豆がけ 粉ふき芋 | 全粥65g 野菜スープ(もやし・たまねぎ) 豆腐のそぼろ納豆がけ 粉ふき芋 | 10倍粥 ペースト(納豆・にんじん・じゃがいも) |
| 05(金) | 軟飯 みそ汁(なす・たまねぎ) かじきの香り焼き アスパラとキャベツのあえ物 りんご | 全粥90g みそ汁(なす・たまねぎ) 煮魚 アスパラとキャベツのあえ物 煮りんご | 全粥65g みそ汁(なす・たまねぎ) 煮魚 アスパラとキャベツのあえ物 煮りんご | 10倍粥 すり流し(白身魚) 野菜のペースト(にんじん・キャベツ) |
| 06(土) | 豚丼 煮りんご | 全粥90g ふわふわ団子と小松菜の煮物 煮りんご | 全粥65g ふわふわ団子と小松菜の煮物 煮りんご | 10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(こまつな・たまねぎ) |
| 08(月) | 軟飯 鶏肉のトマト煮 ベイクド里芋 いんげんのツナあえ りんご | 全粥90g 野菜スープ(さといも・いんげん) 鶏ひき肉と納豆の煮物 煮りんご | 全粥65g 野菜スープ(さといも・いんげん) 鶏ひき肉と納豆の煮物 煮りんご | 10倍粥 ペースト(納豆・たまねぎ・にんじん) |
| 09(火) | 軟飯 野菜スープ(じゃがいも・もやし) 豆腐の野菜そぼろあんかけ(にんじん) ゆで野菜(きゅうり・パプリカ) | 全粥90g 野菜スープ(じゃがいも・もやし) 豆腐の野菜そぼろあんかけ(にんじん) ゆで野菜(きゅうり・パプリカ) | 全粥65g 野菜スープ(じゃがいも・もやし) 豆腐の野菜そぼろあんかけ(にんじん) ゆで野菜(きゅうり・パプリカ) | 10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(じゃがいも・たまねぎ) |
| 10(水) | 軟飯 みそ汁(チンゲン菜・えのき) 豆腐の五目焼き ゆで野菜(なす・いんげん) | 全粥90g みそ汁(チンゲン菜・たまねぎ) 豆腐団子とさつま芋の煮物 ゆで野菜(なす・いんげん) | 全粥65g みそ汁(チンゲン菜・たまねぎ) 豆腐団子とさつま芋の煮物 ゆで野菜(なす・いんげん) | 10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(さつまいも・にんじん) |
| 11(木) | 軟飯 みそ汁(豆腐・あげ) さばの焼きおろし煮 添え・焼きかぼちゃ ほうれん草の塩和え | 全粥90g みそ汁(豆腐・かぼちゃ) 白身魚のおろし煮 ほうれん草の塩和え | 全粥65g みそ汁(豆腐・かぼちゃ) 白身魚のおろし煮 ほうれん草の塩和え | 10倍粥 すり流し(白身魚) 野菜のペースト(かぼちゃ・だいこん) |
| 12(金) | 軟飯 ミートボールのカレーシチュー キャベツのしらすサラダ | 全粥90g 鶏肉と野菜のポトフ(じゃがいも・たまねぎ) キャベツのしらす和え | 全粥65g 鶏肉と野菜のポトフ(じゃがいも・たまねぎ) キャベツのしらす和え | 10倍粥 すり流し(しらす) 野菜のペースト(キャベツ・こまつな) |
| 13(土) | 焼きそば りんご | 全粥90g 豆腐の野菜あんかけ(もやし・キャベツ) 煮りんご | 全粥65g 豆腐の野菜あんかけ(もやし・キャベツ) 煮りんご | 10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(キャベツ・にんじん) |
| 15(月) | 軟飯 すまし汁(豆腐・キャベツ) 鶏肉とにんじんの煮物 ゆでブロッコリー・そらまめ | 全粥90g すまし汁(豆腐・キャベツ) 鶏肉とにんじんの煮物 ゆでブロッコリー | 全粥65g すまし汁(豆腐・キャベツ) 鶏肉とにんじんの煮物 ゆでブロッコリー | 10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(にんじん・ブロッコリー) |
| 16(火) | 軟飯 みそ汁(たまねぎ・こまつな) 白身魚の煮付 ポテトサラダ 焼きトマト | 全粥90g みそ汁(たまねぎ・こまつな) 白身魚の煮付 じゃがいもときゅうりの和え物 焼きトマト | 全粥65g みそ汁(たまねぎ・こまつな) 白身魚の煮付 じゃがいもときゅうりの和え物 焼きトマト | 10倍粥 すり流し(白身魚) 野菜のペースト(こまつな・にんじん) |
| 17(水) | 軟飯 みそ汁(かぼちゃ・もやし) 揚げ豆腐の和風あんかけ ゆで野菜(きゅうり) りんご | 全粥90g みそ汁(かぼちゃ・もやし) 豆腐の野菜そぼろあんかけ(たまねぎ・にんじん) ゆで野菜(きゅうり) 煮りんご | 全粥65g みそ汁(かぼちゃ・もやし) 豆腐の野菜そぼろあんかけ(たまねぎ・にんじん) ゆで野菜(きゅうり) 煮りんご | 10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(たまねぎ・にんじん) |
| 18(木) | 軟飯 みそ汁(さつまいも・ねぎ) さけの酒蒸し ひじきの煮物(にんじん) | 全粥90g みそ汁(さつまいも・だいこん) 白身魚とたまねぎの煮物 にんじんの甘煮 | 全粥65g みそ汁(さつまいも・だいこん) 白身魚とたまねぎの煮物 にんじんの甘煮 | 10倍粥 すり流し(白身魚) 野菜のペースト(さつまいも・だいこん) |
| 19(金) | 軟飯 はるさめスープ(チンゲン菜) 厚揚げのケチャップ煮 キャベツのゆかり和え | 全粥90g 野菜スープ(チンゲン菜・キャベツ) 豆腐の野菜そぼろがけ(たまねぎ・にんじん) | 全粥65g 野菜スープ(チンゲン菜・キャベツ) 豆腐の野菜そぼろがけ(たまねぎ・にんじん) | 10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(たまねぎ・にんじん) |
| 20(土) | カレーうどん りんご | 全粥90g 鶏肉とじゃがいものとりみ煮 煮りんご | 全粥65g 鶏肉とじゃがいものとりみ煮 煮りんご | 10倍粥 ペースト(納豆・じゃがいも・にんじん) |
| 22(月) | 軟飯 みそ汁(豆腐・だいこん) 鶏ひき肉と野菜のあんとし(キャベツ) 粉ふきいも | 全粥90g みそ汁(豆腐・だいこん) 鶏ひき肉と野菜のあんとし(キャベツ) 粉ふきいも | 全粥65g みそ汁(豆腐・だいこん) 鶏ひき肉と野菜のあんとし(キャベツ) 粉ふきいも | 10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(キャベツ・にんじん) |
| 23(火) | 軟飯 みそ汁(もやし・にんじん) ハンバーグ(さば) かぼちゃのマリネ りんご | 全粥90g みそ汁(もやし・にんじん) 白身魚とかぼちゃの和え物 ゆで野菜(きゅうり) 煮りんご | 全粥65g みそ汁(もやし・にんじん) 白身魚とかぼちゃの和え物 ゆで野菜(きゅうり) 煮りんご | 10倍粥 すり流し(白身魚) 野菜のペースト(かぼちゃ・たまねぎ) |