

# 1月幼児食予定献立表

平成30年

西原白百合保育園

日曜日	朝おやつ	昼食	夕おやつ	血や肉になるもの	熱や力になるもの	体調を整えるもの
4 木	はちや棒	カレーライス 大根サラダ 果物 ワカメスープ	南瓜サター アングラー 牛乳	合挽 卵 ワカメ 枝豆 牛乳 ツナ缶	白米 ジャが芋	玉ねぎ 人参 大根 グリーンピース コーン 果物 南瓜
5 金	かりんとう	ひじき入りミートスパゲティ 果物 コールスローサラダ 卵スープ	七草粥 ヨーグルト ドリンク	合挽 卵 ツナ缶	白米 スパゲティ 田芋	人参 玉ねぎ ビーマン トマト 胡瓜 春の七草 キャベツ かいわれ 果物
6 土	クラッカー	フーチバージュシー 胡瓜の和え物 果物 豚汁	ビスコ プルーン 牛乳	ツナ缶 ちくわ 豚肉 ひじき 牛乳	白米 こんにやく ビスコ	人参 よもぎ 胡瓜 大根 ねぎ 果物
9 火	小魚	芋ご飯 サバの味噌煮 果物 きんぴらごぼう ゆし豆腐	アップルケーキ 牛乳	サバ 鶏肉 ゆし豆腐 牛乳 卵	白米 さつま芋	しそ 人参 なら 大根 ごぼう ねぎ 果物
10 水	プリン	五目ラーメン 胡瓜のおかかあえ 果物 ポテトフライ	鮭おにぎり 牛乳	豚肉 牛乳 鮭	白米 ラーメン	もやし なら 人参 果物 キャベツ
11 木	ヤクルト	玄米ご飯 魚の和風焼き 果物 肉じゃが キャベツのみそ汁	ジャムパン 牛乳	白身魚 油揚げ 牛乳 豚肉 しそ昆布	白米 玄米 パン じゃが芋 しらたき	トマト 玉ねぎ 人参 グリーンピース キャベツ ねぎ 果物
12 金	ごまウエ ハース	麦ご飯 ユーリンチー 果物 ナムル 中華スープ	ちんびん 牛乳	鶏肉 ツナ缶 ワカメ 牛乳	白米 押し麦	長ネギ もやし ほうれん草 人参 玉ねぎ ねぎ 果物
13 土	せんべい	ポークチャーハン ツナサラダ 果物 アーサ汁	フルーツシリアル 牛乳	白米 アーサ 牛乳 大豆 ツナ缶 絹豆腐	白米 フルーツシリアル	玉ねぎ 人参 なら 胡瓜 かいわれ 果物
15 月	コーンフ レーク	ワカメご飯 松風焼き 果物 南瓜の煮物 ソーメン汁	ヨーグルト ケーキ 牛乳	鶏ミンチ 卵 ひじき ヨーグルト ワカメ 木綿豆腐 牛乳	白米 ソーメン	玉ねぎ 人参 ねぎ 南瓜 かいわれ 果物
16 火	果汁	ご飯 おでん もずく酢 果物 かき玉汁	くずもち 牛乳	ウイナー きなこ 昆布 もずく 牛乳	白米 芋くず こんにやく じゃが芋	人参 大根 いんげん 胡瓜 ねぎ 果物
17 水	シークア ーゼリー	あわご飯 鮭のチーズマヨ焼き 果物 ひじき炒め 冬瓜のみそ汁	ヒラヤーチー 牛乳	鮭 チーズ ひじき 豚肉 厚揚げ 牛乳 ツナ缶	白米 しらたき あわ	ブロッコリー 人参 なら 冬瓜 小松菜 果物 ねぎ
18 木	チョコウエ ハース	コーンご飯 ポテトミート焼き 果物 ワカメの和え物 白菜のみそ汁	ムーチー 牛乳	合挽 ワカメ しらす 牛乳 チーズ	白米 ジャが芋 もち粉	玉ねぎ セロリ 胡瓜 白菜 しめじ ねぎ 果物 コーン
19 金	オレンジゼ リー	グリーンピースご飯 きびなごのから揚げ 果物 麩ちゃんぶるー もずくのみそ汁	ちんすこう 牛乳	きびなご 卵 豚肉 もずく 油揚げ 牛乳	白米 車麩 ラード	キャベツ 玉ねぎ 人参 なら えのき ねぎ 果物
20 土	小魚	チキンライス スパサラダ 果物 オニオンスープ	かりんとう レーズン 牛乳	鶏肉 牛乳	白米 かりんとう サラスパ	玉ねぎ 人参 パセリ 胡瓜 グリンピース コーン 果物
22 月	果汁	パセリご飯 牛肉と大豆のハッシュドビーフ 果物 野菜サラダ ワカメスープ	フレンチトースト 牛乳	牛肉 大豆 ワカメ 牛乳	白米 さつま芋	玉ねぎ ねぎ 人参 果物 しめじ コーン トマト レタス ビーマン
23 火	グレープゼ リー	ゆかりご飯 サバの竜田揚げ 果物 卵の花 すまし汁	アガラサー 牛乳	サバ おから 豚肉 アーサ 牛乳	白米 こんにやく	トマト 人参 果物 椎茸 なら 冬瓜 ねぎ
24 水	タンナファ クルー	三枚肉そば ごまあえ 金時豆の甘煮 果物	いなり寿司 お茶	三枚肉 かまぼ こ ツナ缶 いなりあげ 金時豆	白米 沖縄そば	ねぎ 大根 胡瓜 果物 からし菜 椎茸 人参
25 木	ヤクルト	🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉 お弁当会 & お誕生会				
26 金	ヨーグルト	玄米ご飯 魚の天ぷら 果物 クービリチー ゆし豆腐	小倉蒸しパン 牛乳	メカジキ 卵 ベーコン 小倉あん 昆布 ゆし豆腐 牛乳	白米 玄米 こんにやく	ブロッコリー 人参 果物 切干大根 なら ねぎ
27 土	プルーン	生姜焼き丼 胡瓜の和え物 果物 みそ汁	黒棒 チーズ 牛乳	豚肉 ツナ缶 ワカメ チーズ 牛乳	白米 黒棒	玉ねぎ 人参 胡瓜 ビーマン コーン ねぎ 大根 果物
29 月	ごまウエ ハース	ご飯 ハンバーグ 果物 ポテトサラダ 豆腐のみそ汁	チョコチップ ケーキ 牛乳	豚ミンチ 卵 ワカメ 木綿豆腐 牛乳	白米 チョコ じゃが芋	玉ねぎ 人参 胡瓜 ねぎ ブロッコリー 果物
30 火	プリン	ご飯 魚フライのタルタルソースかけ 果物 ほうれん草の白和え なめこ汁	ホットココア クラッカー	白身魚 卵 木綿豆腐 牛乳 ツナ缶	白米 クラッカー	玉ねぎ ほうれん草 人参 えのき なめこ ねぎ 果物
31 水	はちや棒	パン クラムチャウダー ヨーグルトあえ トマトサラダ ナゲット	みそおにぎり 小魚	ベーコン アサリ 卵 ナゲット 小魚 ヨーグルト	白米 ジャが芋 パン	人参 玉ねぎ 果物 グリーンピース 胡瓜 トマト

※ 1月8日は成人の日でお休みです

※ 都合により献立を変更する事もあります



新年あけましておめでとうございます。今年もどうぞよろしく願い致します。



# 1月離乳食予定献立表

平成30年

西原白百合保育園

日	曜日	初期(ごっくん期) 5~6ヶ月	中期(もぐもぐ期) 7~8ヶ月	後期(かみかみ期) 9~11ヶ月	2回食 pm3:00 後期~	
調理形態		ヨーグルト状 ペースト	豆腐の固さ マッシュ	バナナの固さ 柔らかく刻み		
4	木	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 サラダマッシュ オニオンスープ	全粥 つぶしミルク煮 果物 つぶしサラダ オニオンスープ	軟飯 ミルク煮 果物 サラダ ワカメスープ	南瓜 おやき	
5	金	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 サラダマッシュ オニオンスープ	全粥 鶏肉のトマトつぶし煮 果物 つぶしコールスローサラダ オニオンスープ	軟飯 鶏肉のトマト煮 果物 コールスローサラダ オニオンスープ	おじや	
6	土	つぶし粥 人参ペースト 果汁 胡瓜のおろしあえ 大根スープ	全粥 ささみのつぶし煮物 果物 胡瓜のつぶし和え 大根のみそ汁	軟飯 ささみの煮物 果物 胡瓜の和え物 大根のみそ汁	プルーン ビスケット	
9	火	つぶし粥 白身魚とトマトのマッシュ 果汁 人参ペースト すましスープ	全粥 白身魚のトマトつぶし煮 果物 人参つぶし煮 ゆし豆腐	軟飯 白身魚のトマト煮 果物 人参きんぴら煮 ゆし豆腐	アップル パンケーキ	
10	水	うどんすり流し汁 胡瓜の和え物マッシュ 果汁 じゃが芋ペースト	煮込みつぶしうどん 胡瓜の和え物 果物 じゃが芋の煮物	煮込みうどん 胡瓜の和え物 果物 じゃが芋の煮物	鮭おにぎり	
11	木	つぶし粥 魚と野菜のすり流し 果汁 じゃが芋ペースト キャベツスープ	全粥 魚の野菜つぶし煮 果物 つぶし肉じゃが みそ汁	軟飯 魚の野菜煮 果物 肉じゃが みそ汁	ジャムパン	
12	金	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 もやし和え物マッシュ オニオンスープ	全粥 鶏肉のつぶし煮 果物 もやしのつぶし和え物 オニオンスープ	軟飯 鶏肉の煮物 果物 もやしの和え物 オニオンスープ	ちんびん	
13	土	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 ツナサラダマッシュ 豆腐のすり流し汁	全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 果物 つぶしツナサラダ 豆腐のすまし汁	軟飯 鶏肉と野菜の煮物 果物 ツナサラダ 豆腐のすまし汁	コーンフレーク ミルク	
15	月	つぶし粥 豆腐と野菜のマッシュ 果汁 南瓜ペースト すましスープ	全粥 豆腐のつぶし煮 果物 南瓜の煮物 ソーメン汁	軟飯 しい豆腐 果物 南瓜の煮物 ソーメン汁	ヨーグルト パンケーキ	
16	火	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 胡瓜のおろしあえ すましスープ	全粥 つぶしおでん 果物 胡瓜のつぶし和え物 みそ汁	軟飯 おでん 果物 胡瓜の和え物 みそ汁	きなこ パンケーキ	
17	水	つぶし粥 白身魚のすり流し 果汁 人参ペースト 冬瓜スープ	全粥 鮭の野菜つぶし煮 果物 人参つぶし煮 冬瓜のみそ汁	軟飯 鮭の野菜煮 果物 人参きんぴら 冬瓜のみそ汁	ヒラヤーチー	
18	木	つぶし粥 じゃが芋ペースト 果汁 胡瓜のおろしあえ 白菜スープ	コーン全粥 じゃが芋の煮物 果物 胡瓜のおろしあえ 白菜スープ	コーン軟飯 じゃが芋の煮物 果物 胡瓜の和え物 白菜スープ	チーズ スコーン	
19	金	つぶし粥 白身魚のすり流し 果汁 麩ちゃんぶるーマッシュ すましスープ	全粥 白身魚のつぶし煮 果物 麩ちゃんぶるーつぶし煮 みそ汁	豆軟飯 魚の煮物 果物 麩ちゃんぶるー煮 みそ汁	じゃが芋 おやき	
20	土	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 スパサラダマッシュ オニオンスープ	全粥 鶏肉の野菜つぶし煮 果物 つぶしスパサラダ オニオンスープ	軟飯 鶏肉の野菜煮 果物 スパサラダ オニオンスープ	ビスケット レーズン	
22	月	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 サラダマッシュ すましスープ	パセリ全粥 野菜とササミのミルクつぶし煮 果物 つぶし野菜サラダ すまし汁	パセリ軟飯 野菜とササミのミルク煮 果物 野菜サラダ すまし汁	ジャムパン	
23	火	つぶし粥 白身魚のすり流し 果汁 野菜ペースト 冬瓜スープ	全粥 白身魚のつぶし煮 果物 豆腐のいり煮 冬瓜のすまし汁	軟飯 白身魚の煮つけ 果物 豆腐のいり煮 冬瓜のすまし汁	蒸しパン	
24	水	うどんすり流し汁 大根の和え物マッシュ 果汁	煮込みつぶしうどん 大根のつぶし和え 果物 金時豆のつぶし甘煮	煮込みうどん 大根の和え物 果物 金時豆の甘煮	青菜 おにぎり	
25	木	 <b>お弁当会 &amp; お誕生会</b> 				
26	金	つぶし粥 白身魚と野菜のすり流し 果汁 切干大根煮物マッシュ すましスープ	全粥 魚と野菜のつぶし煮 果物 切干大根つぶし煮 すまし汁	軟飯 魚の野菜煮 果物 切干大根イリチー煮 すまし汁	小倉 蒸しパン	
27	土	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 和え物マッシュ 大根スープ	全粥 鶏肉の野菜つぶし煮 果物 つぶし和え物 大根のみそ汁	軟飯 鶏肉の野菜煮 果物 和え物 大根のみそ汁	ビスケット チーズ	
29	月	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 ポテトサラダマッシュ すましスープ	全粥 鶏肉のつぶしミルク煮 果物 ポテトサラダ 豆腐のみそ汁	軟飯 鶏肉のミルク煮 果物 ポテトサラダ 豆腐のみそ汁	ココア パンケーキ	
30	火	つぶし粥 白身魚のすり流し 果汁 ほうれん草の和え物マッシュ すましスープ	全粥 白身魚のつぶしミルク煮 果物 ほうれん草のつぶし白和え みそ汁	軟飯 白身魚のミルク煮 果物 ほうれん草の白和え みそ汁	ヨーグルト ビスケット	
31	水	つぶし粥 野菜スープ 果汁 ブロッコリーペースト	全粥 ミネストローネ ヨーグルトあえ 鶏肉のつぶし煮 つぶしブロッコリー煮	軟飯 ミネストローネ ヨーグルトあえ 鶏肉のミルク煮 ブロッコリー煮物	みそおにぎり	

※ 1月8日は成人の日でお休みです

※ 都合により献立を変更する事もあります

※ 離乳食は個々の発達・体調に合わせて調整しています。



新年あけましておめでとうございます。今年もどうぞよろしくお願い致します。

