

1月幼児食予定献立表

平成31年

西原白百合保育園

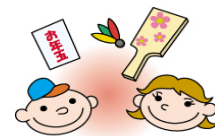
日	曜日	朝のおやつ	昼食	おやつ	赤(血や肉になるもの)	黄(熱や力になるもの)	緑(体調を整えるもの)	
4	金	はちや棒	野菜カレーライス サラダ 果物 卵スープ	サーター アンダギー 牛乳	ウインナー 卵 ツナ缶 牛乳	白米 じゃが芋	大根 人参 玉ねぎ グリーンピース キャベツ コーン 胡瓜 果物	
5	土	小魚	チャーハン サラダ 果物 ワカメスープ	コーンフレーク 牛乳	ポーク 卵 牛乳 ワカメ	白米 コーンフレーク	玉ねぎ 人参 胡瓜 ピーマン コーン トマト ねぎ 果物	
7	月	ブルー	ご飯 唐揚げチキン 果物 ひじき炒め キャベツのみそ汁	七草粥 ヤクルト	鶏肉 ひじき ツキアゲ 油揚げ ツナ缶	白米 しらたき さつま芋	トマト 人参 なら 果物 ねぎ 春の七草 キャベツ	
8	火	ヨーグル ト	あわご飯 魚フライのタルタルソースかけ 果物 もやし炒め もずくのみそ汁	チーズ蒸しパン 牛乳	白身魚 卵 牛乳 ツキアゲ もずく 粉チーズ	白米 あわ ラード	玉ねぎ ピクルス もやし 玉ねぎ 小松菜 ねぎ 果物 南瓜	
9	水	フルーツ グラノー ラ	ゆかりご飯 具だくさん汁 果物 きゅうりの和物 ポテトフライ	フレンチトースト 牛乳	豚肉 厚揚げ しらす 牛乳 卵	白米 パン じゃが芋	冬瓜 人参 小松菜 胡瓜 青しそ 果物	
10	木	果汁	ご飯 レンコンハンバーグ 果物 ナムル ワカメのみそ汁	ムーチー 牛乳	豚ミンチ 卵 かに棒 牛乳 ワカメ チーズ	白米 もち粉	玉ねぎ 人参 ピーマン もやし ほうれん草 果物 長ねぎ れんこん トマト	
11	金	プリン	ご飯 鮭の和風焼 果物 麸チャンプルー アーサ汁	くずもち 牛乳	鮭 卵 豚肉 しそ昆布 絹豆腐 アーサ 牛乳	白米 車麩	コーン キャベツ 玉ねぎ 人参 なら ねぎ 果物	
12	土	黒棒	ジュシー 和え物 果物 鶏汁	ビスコ レーズン 牛乳	ツナ缶 ひじき ワカメ ちくわ 鶏肉 牛乳	白米 こんにやく ビスコ	人参 なら 胡瓜 冬瓜 ねぎ 果物	
15	火	ごまウエ ハース	玄米ご飯 きびなごの唐揚げ 果物 筑前煮 かき玉汁	ぜんざい せんべい	きびなご 鶏肉 金時豆 卵	白米 こんにやく 押し麦 せんべい	大根 人参 ごぼう 椎茸 インゲン 玉ねぎ ねぎ 果物	
16	水	クラッカー	焼肉三色丼 梅昆布甘酢あえ ヨーグルトあえ ゆし豆腐	さつま芋ケーキ 牛乳	豚肉 卵 しそ昆布 ゆし豆腐 牛乳 ヨーグルト	白米 さつま芋	玉ねぎ 小松菜 胡瓜 白菜 ねぎ 果物	
17	木	ヤクルト	麦ご飯 鯖のみそ煮 果物 クーピーリチー ソーメン汁	おからきなこ ドーナツ 牛乳	サバ 昆布 豚肉 牛乳 卵 きなこ おから	白米 こんにやく 押麦 ソーメン	大根 ねぎ 切干大根 人参 なら 長ネギ 果物	
18	金	かりんとう	ひじき入りミートスパゲティ 果物 フレンチサラダ オニオンスープ	みそおにぎり 小魚	合挽き ツナ缶 ひじき 小魚	白米 スパゲティ	玉ねぎ コーン ピーマン 白菜 水菜 人参 果物	
19	土	はちや棒	焼きそば ブロッコリーサラダ 果物 豆腐のみそ汁	タンナファクルー チーズ 牛乳	豚肉 卵 木綿豆腐 アーサ 牛乳 チーズ	中華麺 タンナファクルー	もやし 玉ねぎ 人参 キャベツ なら 果物 ブロッコリー ねぎ	
21	月	小魚	オムライス ヨーグルトあえ 野菜サラダ コーンスープ	ちんすこう りんご 牛乳	鶏肉 卵 ヨーグルト 牛乳	白米 ちんすこう	人参 コーン ねぎ グリーンピース レタス 玉ねぎ ピーマン 果物	
22	火	オレンジ ゼリー	あわご飯 サンマの蒲焼 果物 もずく酢 キャベツの味噌汁	ツナサンド 牛乳	さんま もずく 油揚げ 牛乳 ツナ缶	白米 あわ パン	ピーマン 玉ねぎ 人参 胡瓜 キャベツ なら 果物	
23	水	チョコウエ ハース	ご飯 おでん 果物 卵サラダ みそ汁	芋くじアンダギー 牛乳	豚肉 厚揚げ ワカメ 牛乳 卵	白米 こんにやく 田芋 芋くず	大根 人参 いんげん 胡瓜 長ネギ 果物	
24	木	ヨーグル ト	沖縄そば 金時豆の甘煮 果物 大根の和物	ジュシー おにぎり 枝豆	豚肉 かまぼこ ツナ缶 昆布 枝豆 金時豆	白米 沖縄そば	ねぎ 大根 胡瓜 人参 果物	
25	金	ビスケット	人参ご飯 豚カツ 果物 ほうれん草の白和え なめこ汁	プリン クラッカー	豚肉 木綿豆腐 卵 ツナ缶 プリン	白米 クラッカー	キャベツ 人参 白菜 ほうれん草 なめこ ねぎ 果物	
26	土	ブルー	ドライカレー 胡瓜の和え物 果物 コンソメスープ	ビスコ チーズ 牛乳	豚ミンチ しらす ワカメ 牛乳 チーズ	白米 ビスコ	玉ねぎ 人参 ピーマン 胡瓜 ネギ 果物	
28	月	果汁	パセリご飯 クラムチャウダー チキンナゲット 果物 野菜サラダ	ちんびん 牛乳	ベーコン アサリ ナゲット 牛乳 きなこ	白米 芋くず じゃが芋	玉ねぎ 人参 トマト ブロッコリー 胡瓜 コーン 果物	
29	火	せんべい	麦ご飯 鮭のオーロラソース焼き 果物 人参しりしり 大根のみそ汁	ヨーグルト ケーキ 牛乳	白身魚 卵 ヨーグルト ベーコン 油揚げ 牛乳	白米 押し麦	ブロッコリー 人参 玉ねぎ 小松菜 大根 ねぎ 果物	
30	水	グレープ ゼリー	ご飯 鶏肉の酢豚風 果物 マカロニサラダ ゆし豆腐	もずくヒラヤーチー 牛乳	鶏肉 卵 ゆし豆腐 もずく 牛乳	白米 長芋 マカロニ	玉ねぎ 人参 胡瓜 コーン ブロッコリー ねぎ 果物	
31	木	ヤクルト	 お弁当会 & お誕生会 					

※ 1月14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お願ひ致します。



1月離乳食予定献立表

平成31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 金	つぶし粥 野菜のクリーム煮 果汁 サラダマッシュ オニオンスープ	全粥 ささみのつぶしミルク煮 果物 つぶしサラダ オニオンスープ	軟飯 ささみのミルク煮 果物 サラダ オニオンスープ	おじや
5 土	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	全粥 鶏肉の野菜つぶし煮 果物 つぶしサラダ スープ	軟飯 鶏肉の野菜煮 果物 サラダ スープ	コーンフレーク レーズン
7 月	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 人参ペースト キャベツスープ	全粥 鶏肉のトマトつぶし煮 果物 人参つぶし煮 キャベツのみそ汁	軟飯 鶏肉のトマト煮 果物 人参きんぴら煮 キャベツのみそ汁	七草粥
8 火	つぶし粥 魚のすり流し 果汁 小松菜マッシュ オニオンスープ	全粥 魚のミルクつぶし煮 果物 小松菜のつぶし煮 オニオンスープ	軟飯 魚のミルク煮 果物 小松菜炒め煮 オニオンスープ	蒸しパン
9 水	つぶし粥 野菜スープ 果汁 きゅうりのおろし和え じゃが芋ペースト	全粥 鶏汁 果物 きゅうりのおろし和え じゃが芋の煮物	軟飯 鶏汁 果物 きゅうりの和え物 じゃが芋の煮物	ジャムパン
10 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 鶏肉のトマトつぶし煮 果物 つぶしサラダ オニオンスープ	軟飯 鶏肉のトマト煮 果物 サラダ オニオンスープ	ワカメ おにぎり
11 金	つぶし粥 魚のすり流し 果汁 野菜ペースト 豆腐のすましスープ	全粥 魚のつぶし煮 果物 麩チャンプルーつぶし煮 豆腐のすまし汁	軟飯 魚の煮物 果物 麩チャンプルー 豆腐すまし汁	くずもち
12 土	つぶし粥 人参ペースト 果汁 和え物マッシュ 野菜スープ	全粥 人参つぶし煮 果物 つぶし和え物 鶏汁	軟飯 人参しりしり煮 果物 和え物 鶏汁	レーズン ビスケット
15 火	つぶし粥 魚のすり流し 果汁 野菜ペースト オニオンスープ	全粥 つぶし煮魚 果物 つぶし筑前煮 みそ汁	軟飯 煮魚 果物 筑前煮 みそ汁	オートミール パンケーキ
16 水	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 和え物マッシュ すましスープ	全粥 鶏肉のつぶし煮 果物 つぶし和え物 ゆし豆腐	軟飯 鶏肉の煮物 果物 和え物 ゆし豆腐	ふかし芋
17 木	つぶし青菜粥 魚のすり流し 果汁 切干大根煮マッシュ すましスープ	青菜全粥 魚のみぞれつぶし煮 果物 切干大根つぶし煮 ソーメン汁	青菜軟飯 魚のみぞれ煮 果物 切干大根イリチー煮 ソーメン汁	おから ケーキ
18 金	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 ナムルマッシュ オニオンスープ	全粥 鶏肉のトマトつぶし煮 果物 つぶしナムル みそ汁	軟飯 鶏肉のトマト煮 果物 ナムル みそ汁	ジャムパン
19 土	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 ブロッコリーマッシュ すましスープ	全粥 鶏肉のつぶし野菜煮 果物 ブロッコリーつぶしサラダ 豆腐のすまし汁	軟飯 鶏肉の野菜煮 果物 ブロッコリーサラダ 豆腐のすまし汁	ビスケット チーズ
21 月	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 鶏肉のつぶし煮 ヨーグルト つぶしサラダ オニオンスープ	軟飯 鶏肉の煮物 ヨーグルト サラダ コンスープ	ジャムパン
22 火	つぶし粥 魚のすり流し 果汁 きゅうりのおろしあえ キャベツスープ	あわ全粥 魚の野菜つぶし煮 果物 きゅうりのおろし和え キャベツのみそ汁	あわ軟飯 魚の野菜煮 果物 きゅうりの和え物 キャベツのみそ汁	じゃが芋の おやき
23 水	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	全粥 つぶしおでん 果物 つぶしサラダ みそ汁	軟飯 おでん 果物 サラダ ワカメのみそ汁	さつまい芋 おやき
24 木	🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉 お弁当会 & お誕生会 🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉			
25 金	つぶし人参粥 野菜ペースト 果汁 和え物マッシュ 白菜スープ	人参全粥 鶏肉と野菜つぶし煮 果物 つぶし白和え 白菜のみそ汁	人参軟飯 鶏肉の野菜煮 果物 白和え 白菜のみそ汁	ヨーグルト ビスケット
26 土	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 おろし胡瓜 オニオンスープ	全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 果物 胡瓜のおろしあえ オニオンスープ	軟飯 鶏肉のミルク煮 果物 胡瓜の和え物 オニオンスープ	ビスケット チーズ
28 月	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 野菜サラダ オニオンスープ	全粥 ミルクつぶし煮 果物 つぶし野菜サラダ オニオンスープ	軟飯 ミルク煮 果物 野菜サラダ オニオンスープ	じゃが芋 おやき
29 火	つぶし粥 白身魚のすり流し 果汁 人参ペースト 大根スープ	全粥 鮭のつぶし煮 果物 人参つぶし煮 大根のみそ汁	軟飯 鮭の煮つけ 果物 人参しりしり煮 大根のみそ汁	ヨーグルト パンケーキ
30 水	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 マカロニサラダマッシュ すましスープ	全粥 鶏肉の野菜つぶし煮 果物 つぶしマカロニサラダ ゆし豆腐	軟飯 鶏肉の野菜煮 果物 マカロニサラダ ゆし豆腐	もずく ヒラヤーチー
31 木	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 大根和え物マッシュ すましスープ	煮込みつぶしうどん 煮奴 果物 つぶし大根の和え物	煮込みうどん 煮奴 果物 大根の和え物	ジュシー おにぎり

※ 1月14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。

