

令和2年



幼児食献立表



西原白百合保育園

日	曜日	朝のおやつ	昼食	食材	フルーツ	おやつ	日	曜日	朝のおやつ	昼食	食材	フルーツ	おやつ
1	水	クラッカー	三色丼 胡瓜の浅漬け みそ汁	白米 豚ミンチ 玉ねぎ 卵 小松菜 胡瓜 白菜 椎茸 ねぎ みそ	りんご	バナナケーキ 牛乳 バター 砂糖 卵 牛乳 パナナ ホットケーキミックス	16	木	小魚	ドライカレー 胡瓜とわかめの和え物 豆腐のずまし汁	白米 豚ミンチ 玉ねぎ 人参 ピーマン コーン カレールー 胡瓜 ワカメ しらす 絹豆腐 ねぎ	バナナ	ハムチーズサンド 牛乳 食パン バター ハム チーズ マヨネーズ
2	木	果汁	あわご飯 カラフルマーボー豆腐 マカロニサラダ ずまし汁	白米 あわ 木綿豆腐 玉ねぎ 人参 ピーマン 赤ピーマン みそ マカロニ 胡瓜 卵 みかん缶 マヨネーズ ワカメ 大根 ねぎ	オレンジ	南瓜サターアランダギー 牛乳 南瓜 卵 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー 油	17	金	プリン	沖縄そば かみかみあえ 金時豆の甘煮	沖縄そば かまぼこ ねぎ サキイカ 人参 胡瓜 キャベツ ごま 金時豆	りんご	ジュシーおにぎり いりこ 白米 ひじき 人参 ツナ缶 にら いりこ
3	金	タンナフ クルー	ひき肉カレーライス 野菜サラダ オニオンスープ	白米 豚肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 Gピース 牛乳 カレールー レタス 胡瓜 トマト 玉ねぎ 人参 パセリ	バナナ	ヨーグルト 鉄分ウエハース	18	土	コーンフ レーク	生姜焼き丼 スパサラダ ワカメのみそ汁	白米 豚肉 玉ねぎ 人参 ピーマン スパゲティ ハム 胡瓜 コーン マヨネーズ ワカメ じゃが芋 ねぎ みそ	オレンジ	黒棒 チーズ 牛乳 バター 砂糖 卵 牛乳 りんご ホットケーキミックス
4	土	小魚	炊き込みご飯 和え物 五目汁	白米 ツナ缶 人参 ひじき にら もやし ちくわ コーン 厚揚げ 大根 人参 ごぼう ねぎ みそ	りんご	コーンフレーク 牛乳 コーンフレーク レーズン	20	月	ブルー	ご飯 から揚げチキン 冬瓜の煮物 豆腐のみそ汁	白米 鶏肉 片栗粉 油 トマト 冬瓜 人参 ちくわ 枝豆 絹豆腐 えのき ねぎ みそ	バナナ	きなこ棒 牛乳 きなこ オリゴ糖
6	月	チョコウ エハース	ご飯 ミートボール 南瓜サラダ 味噌汁	白米 豚ミンチ 玉ねぎ 人参 卵 パン粉 ブロッコリー 南瓜 卵 チーズ レーズン マヨネーズ 冬瓜 油揚げ ねぎ みそ	パイ	芋かりんとう 牛乳 さつま芋 油 砂糖 シナモン	21	火	チョコウ エハース	ご飯 サバのみそ煮 野菜炒め もずくスープ	白米 サバ 大根 青しそ みそ キャベツ もやし 人参 豚肉 にら もずく 長ネギ	りんご	もちもちドーナツ 牛乳 じゃが芋 砂糖 片栗粉 油 ホットケーキミックス 豆乳
7	火	せんべい	麦ご飯 サバの竜田揚げ 人参しりしり アーサ汁	白米 押し麦 サバ トマト 人参 玉ねぎ しめじ ベーコン 卵 アーサ 絹豆腐 ねぎ	オレンジ	くずもち 牛乳 芋くず タピオカ 黒糖 砂糖 きなこ	22	水	かりんとう	パン 春きゃべつのクリームスープ 魚フライタルタルソース トマト	ロールパン じゃが芋 玉ねぎ キャベツ 人参 Gピース 鶏肉 牛乳 シチュール 白身魚 卵 小麦粉 パン粉 卵 玉ねぎ パセリ マヨネーズ トマト	オレンジ	ワカメおにぎり 枝豆 白米 ワカメ しらす 枝豆
8	水	黒棒	スパゲティミートソース 野菜サラダ ワカメスープ	スパゲティ 合挽 ひじき 玉ねぎ 人参 ピーマン キャベツ 胡瓜 人参 レーズン マヨネーズ ワカメ 玉ねぎ ねぎ	りんご	鮭おにぎり 牛乳 白米 鮭	23	木	ヤクルト	納豆ご飯 秋刀魚のかば焼き もずく酢 大根のみそ汁	納豆 白米 秋刀魚 ブロッコリー もずく 胡瓜 大根 小松菜 しめじ	パイ	蒸しパン 牛乳 食パン 卵 砂糖 牛乳 バター
9	木	ヤクルト	ご飯 魚のオーロラソース焼き ひじき炒め 白菜のみそ汁	白米 白身魚 マヨネーズ ブロッコリー ひじき 人参 豚肉 しらす たらこ 白菜 しめじ ねぎ みそ	バナナ	ホットケーキ 牛乳 卵 砂糖 牛乳 ホットケーキミックス バター メープルシロップ	24	金	シー カー サーゼ リー	ご飯 ごぼうすき煮 ポテトサラダ うどん汁	白米 豚肉 ごぼう 人参 こんにゃく 厚揚げ 小松菜 じゃが芋 卵 胡瓜 チーズ マヨネーズ うどん ワカメ ねぎ	オレンジ	ちんすこう りんご 牛乳
10	金	オレンジ ゼリー	ご飯 カレーコロッケ 添え ブロッコリーあえ コーンスープ	白米 じゃが芋 玉ねぎ 豚ミンチ グリンピース パン粉 卵 ブロッコリー 赤ピーマン シーズードレ コーン 玉ねぎ 人参	ヨーグルトあえ	ジャムパン 牛乳 食パン バター ジャム	25	土	ビスケット	豆腐そぼろ丼 小松菜の和え物 じゃが芋のみそ汁	白米 豚ミンチ 玉ねぎ 人参 木綿豆腐 にら 小松菜 ちくわ コーン じゃが芋 玉ねぎ ねぎ みそ	バナナ	はちやくみ レーズン 牛乳
11	土	かりんとう	チャーハン 春雨サラダ ワカメスープ	白米 キャベツ 卵 ウインナー 小松菜 春雨 胡瓜 ハム ワカメ 玉ねぎ ねぎ	オレンジ	ビスコ 牛乳 ブルー	27	月	ヨーグル ト	あわご飯 豚肉のみそ漬け焼き ワカメと胡瓜の甘酢和え かき玉汁	白米 あわ 豚肉 玉ねぎ 人参 ピーマン みそ 胡瓜 ワカメ 油揚げ 卵 小松菜	オレンジ	チョコケーキ 牛乳 バター チョコ 牛乳 ホットケーキミックス
13	月	ビスコ	親子丼 ほうれん草の和え物 なめこ汁	白米 鶏肉 玉ねぎ 卵 かいわれ ほうれん草 ツナ缶 人参 糸かつお なめこ 絹豆腐 ねぎ みそ	りんご	芋天ぷら 牛乳 さつま芋 卵 小麦粉 油	28	火	黒棒	玄米ご飯 きびなごのから揚げ クープイリチー ゆし豆腐	白米 玄米 きびなご 片栗粉 カレー粉 油 刻み昆布 人参 豚肉 こんにゃく 枝豆 ゆし豆腐 ねぎ	りんご	プリン クラッカー
14	火	グレー ゼリー	タコライス 南瓜の煮物 大根スープ	白米 合挽 玉ねぎ 人参 ピーマン レタス トマト チーズ 南瓜 大根 コーン かいわれ	バナナ	アガサ 牛乳 小麦粉 黒糖 砂糖 牛乳	30	木	飲むヨー グルト	ご飯 ハンバーグ ブロッコリーサラダ 豆乳スープ	白米 合挽 玉ねぎ 人参 卵 パン粉 ブロッコリー 卵 人参 コーン マヨネーズ 白菜 コーン 豆乳	バナナ	バースディケーキ 野菜ジュース
15	水	はちやく	ご飯 チキンのチーズマヨ焼き きんぴらごぼう ソーメン汁	白米 鶏肉 チーズ マヨネーズ ほうれん草 コーン ごぼう 人参 ツキアゲ こんにゃく にら ごま ソーメン ねぎ	パイ	アメリカンドック 牛乳 ウインナー 卵 牛乳 油 ホットケーキミックス	 <p>※ 4月29日は 昭和の日でお休みです。 ※ 食材の都合により献立を変更することがあります。 ※ アレルギー食のメニューは除去または代替え食で対応いたします。</p>						



離乳食献立表



令和2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)7~9ヶ月 後期(かみかみ期)10ヶ月~12ヶ月	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(柔らかく刻む)	おやつ (3回食より開始)	日曜日	初期(ごっくん期)5~6ヶ月 中期(もぐもぐ期)7~9ヶ月 後期(かみかみ期)10ヶ月~12ヶ月	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(柔らかく刻む)	おやつ (3回食より開始)
1 水	初期	つぶし粥 野菜ペースト おろし胡瓜 白菜スープ 果汁		16 木	初期	つぶし粥 野菜煮マッシュ さつま芋ペースト 豆腐のすり流し汁 果汁	
	中期	全粥 鶏肉のつぶし煮 おろし胡瓜 白菜のみそ汁	バナナ		中期	全粥 鶏肉のつぶし野菜煮 さつま芋の煮物 豆腐のすまし汁 果物	パン粥
	後期	軟飯 鶏肉の煮物 胡瓜の和え物 白菜のみそ汁 果物	バナナ		後期	軟飯 鶏肉の野菜煮 さつま芋の煮物 豆腐のすまし汁 果物	ジャムパン
2 木	初期	つぶし粥 野菜ペースト おろし胡瓜 大根スープ		17 金	初期	つぶし粥 南瓜ペースト 和え物マッシュ ほうれん草スープ 果汁	
	中期	全粥 つぶしマーボー豆腐 つぶしマカロニサラダ すまし汁	南瓜ペースト		中期	全粥 鶏肉のつぶし野菜煮 つぶし和え物 つぶしうどん汁 果物	じゅーしー
	後期	軟飯 マーボー豆腐 マカロニサラダ すまし汁	南瓜おやき		後期	軟飯 鶏肉の野菜煮 和え物 うどん汁 果物	じゅーしー
3 金	初期	つぶし粥 ミルク煮ペースト 野菜サラダマッシュ オニオンスープ 果汁		18 土	初期	つぶし粥 野菜ペースト 胡瓜のおろしあえ じゃが芋スープ 果汁	
	中期	全粥 つぶしミルク煮 つぶし野菜サラダ オニオンスープ 果物	ヨーグルト		中期	全粥 鶏肉の野菜つぶし煮 スパサラダマッシュ じゃが芋のみそ汁 果物	ビスケット
	後期	軟飯 ミルク煮 野菜サラダ オニオンスープ 果物	ヨーグルト		後期	軟飯 鶏肉の野菜煮 スパサラダ じゃが芋のみそ汁 果物	ビスケット チーズ
4 土	初期	つぶし人参粥 トマトペースト 大根スープ 果汁		20 月	初期	つぶし粥 野菜ペースト 冬瓜煮物マッシュ 豆腐のすり流し汁 果汁	
	中期	ジュシー 鶏肉のトマトつぶしあえ 大根のみそ汁 果物	パン粥		中期	全粥 鶏肉のつぶしトマト煮 冬瓜のつぶし煮 豆腐のみそ汁 果物	ヨーグルトきなこ
	後期	ジュシー 鶏肉のトマトあえ 大根のみそ汁 果物	ジャムパン		後期	軟飯 鶏肉の野菜煮 冬瓜の煮物 豆腐のみそ汁 果物	ヨーグルトきなこ
6 月	初期	つぶし粥 野菜のミルク煮ペースト 南瓜ペースト 冬瓜スープ 果汁		21 火	初期	つぶし粥 魚のすり流し 野菜ペースト すましスープ 果汁	
	中期	全粥 鶏肉のつぶしミルク煮 つぶし南瓜サラダ 冬瓜のみそ汁 果物	ふかし芋		中期	全粥 魚のつぶし煮 野菜つぶし煮 すまし汁 果物	マッシュポテト
	後期	軟飯 鶏肉のミルク煮 南瓜サラダ 冬瓜のみそ汁 果物	ふかし芋		後期	軟飯 魚の煮物 野菜いり煮 すまし汁 果物	じゃが芋おやき
7 火	初期	つぶし粥 魚のトマト煮マッシュ 野菜ペースト 豆腐のすり流し汁 果汁		22 水	初期	つぶし粥 野菜のミルク煮ペースト 魚のトマト煮マッシュ キャベツスープ 果汁	
	中期	全粥 魚のつぶしトマト煮 人参つぶし煮 豆腐のすまし汁 果物	じゃが芋マッシュ		中期	全粥 野菜のつぶしミルク煮 魚のつぶしトマト煮 キャベツスープ 果物	おじや
	後期	軟飯 魚のトマト煮 人参しりしり煮 豆腐のすまし汁 果物	じゃが芋おやき		後期	軟飯 野菜のミルク煮 魚のトマト煮 キャベツスープ 果物	おじや
8 水	初期	つぶし粥 野菜ペースト サラダマッシュ オニオンスープ 果汁		23 木	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し おろし胡瓜 大根スープ 果汁	
	中期	全粥 鶏肉のつぶしトマト煮 つぶし和風サラダ オニオンスープ 果物	鮭おじや		中期	納豆全粥 魚の野菜つぶし煮 胡瓜のつぶしあえ 大根のみそ汁 果物	パン粥
	後期	軟飯 鶏肉のトマト煮 和風サラダ ワカメスープ 果物	鮭おにぎり		後期	納豆軟飯 魚と野菜の煮物 胡瓜の和え物 大根のみそ汁 果物	ジャムパン
9 木	初期	つぶし粥 魚のすりおろし 野菜ペースト 白菜スープ 果汁		24 金	初期	つぶし粥 魚の野菜煮マッシュ じゃが芋ペースト すましスープ 果汁	
	中期	全粥 魚の野菜つぶし煮 人参とじゃが芋のつぶし煮 白菜のみそ汁 果物	マッシュ南瓜		中期	全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 ポテつぶしサラダ うどん汁 果物	南瓜マッシュ
	後期	軟飯 魚の野菜煮 人参とじゃが芋の煮物 白菜のみそ汁 果物	南瓜おやき		後期	軟飯 鶏肉の野菜煮 ポテサラダ うどん汁 果物	南瓜おやき
10 金	初期	つぶし粥 野菜ペースト サラダマッシュ オニオンスープ 果汁		25 土	初期	つぶし粥 南瓜ペースト 小松菜あえマッシュ じゃが芋スープ 果汁	
	中期	全粥 じゃが芋と鶏肉のつぶし煮 つぶしサラダ オニオンスープ ヨーグルトあえ	パン粥		中期	全粥 ささみと豆腐のつぶし煮 小松菜つぶしあえ じゃが芋のみそ汁 果物	ビスケット
	後期	軟飯 じゃが芋と鶏肉の煮物 サラダ コーンスープ ヨーグルトあえ	ジャムパン		後期	軟飯 ささみと豆腐の煮物 小松菜の和え物 じゃが芋のみそ汁 果物	ビスケット レーズン
11 土	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し おろし胡瓜 小松菜スープ 果汁		27 月	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し 胡瓜和えマッシュ 小松菜スープ 果汁	
	中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 おろし胡瓜 小松菜スープ 果物	ビスケット		中期	全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 胡瓜のつぶしあえ 小松菜のすまし汁 果物	バナナ
	後期	軟飯 魚と野菜の煮物 春雨サラダ 小松菜スープ 果物	ビスケット ブルー		後期	軟飯 鶏肉と野菜の煮物 胡瓜のあえ物 小松菜のすまし汁 果物	バナナパンケーキ
13 月	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し ほうれん草あえペースト 豆腐のすり流し汁 果汁		28 火	初期	つぶし粥 魚のつぶしトマト煮 南瓜ペースト すましスープ 果汁	
	中期	全粥 鶏肉のつぶし野菜あんかけ ほうれん草つぶしあえ 豆腐のみそ汁 果物	ふかし芋		中期	全粥 魚のトマトつぶし煮 南瓜煮物 ゆし豆腐 果物	ヨーグルト
	後期	軟飯 鶏肉の野菜あんかけ ほうれん草の和え物 豆腐のみそ汁 果物	ふかし芋		後期	軟飯 魚のトマト煮 南瓜の煮物 ゆし豆腐 果物	ヨーグルト ビスケット
14 火	初期	つぶし粥 野菜ペースト 南瓜マッシュ 大根スープ 果汁		30 木	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し ブロッコリーサラダマッシュ 豆乳スープ 果汁	
	中期	全粥 ささみの野菜つぶし煮 南瓜の煮物 大根スープ 果物	じゃが芋マッシュ		中期	全粥 つぶしそぼろ煮 ブロッコリーつぶしあえ 豆乳スープ 果物	パン粥
	後期	軟飯 ささみの野菜煮 南瓜の煮物 大根スープ 果物	じゃが芋おやき		後期	軟飯 そぼろ煮 ブロッコリーあえ 豆乳スープ 果物	フルーツパンケーキ
15 水	初期	つぶし粥 野菜ペースト じゃが芋のマッシュ オニオンスープ 果汁		29 水	※ 4月29日は 昭和の日でお休みです。		
	中期	全粥 ささみのつぶしチーズ煮 じゃが芋のつぶし煮 ソーメン汁 果物	ヨーグルトあえ		※ 食材の都合により献立を変更することがあります。		
	後期	軟飯 ささみのチーズ煮 じゃが芋の煮物 ソーメン汁 果物	ヨーグルトあえ		※ 離乳食は個々の発達・体調に合わせて調整していま		

