

令和3年



離乳食献立表



ゆいまーる保育園松戸・中和倉

	後期食	午後おやつ(後期食1歳～)
4(月)	鶏肉と野菜のそばろ丼 スティックサラダ コーンスープ ヨーグルト (米・鶏ひき肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・いんげん・クリームコーン缶・コーン缶・ヨーグルト)	赤ちゃん用お菓子
5(火)	軟飯 ごま入りつくね焼き 煮物 みそ汁 みかん (米・鶏ひき肉・大豆・蓮根・ほうれん草・人参・玉ねぎ・みかん)	さつまいもスティック (さつまいも)
6(水)	軟飯 あんかけ肉団子 しらすの和え物 野菜スープ りんご (米・豚ひき肉・しらす・人参・チンゲン菜・玉ねぎ・もやし・白菜・えのき・りんご)	チーズサンド (食パン・チーズ)
7(木)	軟飯 鮭と大根煮 さつまいもと人参の胡麻和え みそ汁 いちご (米・鮭・大根・さつまいも・人参・かぶ・小松菜・ごま・いちご)	野菜うどん (うどん・きゃべつ・玉ねぎ・人参)
8(金)	ロールパン ほうれん草オムレツ きゃべつの和え物 野菜スープ バナナ (ロールパン・卵・チーズ・玉ねぎ・人参・キャベツ・きゅうり・白菜・椎茸・しめじ・バナナ)	混ぜ御飯 (米・小松菜・人参)
12(火)	軟飯 豚ひきと野菜煮 ひじき煮 野菜スープ りんご (米・豚ひき・チンゲン菜・人参・ねぎ・ひじき・白菜・コーン缶・椎茸・しめじ・りんご)	きなこパン (食パン・きなこ)
13(水)	ロールパン 鶏肉ハンバーグ 野菜スティック かぼちゃスープ バナナ (米・鶏ひき肉・牛乳・じゃが芋・玉ねぎ・人参・ブロッコリー・かぼちゃ・バナナ)	鮭とごま御飯 (米・鮭・ごま・青のり)
14(木)	軟飯 しいたけ肉団子 大根の煮物 みそ汁 みかん (米・鶏ひき肉・人参・絹さや・かぶ・かぶの葉・大根・椎茸・みかん)	豆乳蒸しパン (ホットケーキ粉・豆乳)
15(金)	軟飯 煮魚 野菜スティック みそ汁 ヨーグルト (米・たら・人参・大根・かぶ・里芋・ねぎ・かぶの葉・ヨーグルト)	かぼちゃ団子 (かぼちゃ)
18(月)	親子煮丼 ひじきの煮物 みそ汁 りんご (米・鶏ひき肉・卵・玉ねぎ・人参・いんげん・きゃべつ・わかめ・ひじき・りんご)	大根もち (小麦粉・片栗粉・大根・葱)
19(火)	ミートマカロニ 温野菜 豆乳スープ バナナ (マカロニ・鶏ひき肉・豆乳・さつまいも・ピーマン・人参・玉ねぎ・ブロッコリー・バナナ)	枝豆としらす御飯 (米・しらす・枝豆・人参)



離乳食献立表



令和3年1月

	後期食	午後おやつ(後期食 1歳～)
20(水)	軟飯 鮭のみそ煮 小松菜とえのきの和え物 すまし汁 ヨーグルトきなこ (米・鮭・キャベツ・人参・しめじ・小松菜・えのき・わかめ・鰹節・ヨーグルト・きなこ)	赤ちゃん用お菓子とチーズ (チーズ)
21(木)	ロールパン クリームシチュー 野菜スティック りんご (ロールパン・鶏ひき肉・牛乳・じゃが芋・玉ねぎ・人参・ブロッコリー・かぼちゃ・さつまいも・りんご)	納豆ごはん (米・納豆・ひじき・人参)
22(金)	軟飯 肉団子 野菜の煮物 みそ汁 みかん (米・鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・大根・いんげん・小松菜・みかん)	ごまスティックパン (食パン・すりごま)
25(月)	ロールパン かじきのトマト煮 じゃがいもとコーン煮 野菜スープ ヨーグルト (ロールパン・かじき・玉ねぎ・トマト・ほうれん草・コーン缶・じゃが芋・しめじ・キャベツ・ヨーグルト)	人参ごはん (米・人参・ごま)
26(火)	軟飯 豆腐の卵とじ煮 スティック野菜 みそ汁 りんご (米・木綿豆腐・卵・ひじき・しいたけ・人参・いんげん・大根・小松菜・里芋・りんご)	さつまいも団子 (さつまいも)
27(水)	軟飯 肉団子 胡麻和え 野菜スープ みかん (米・鶏ひき肉・人参・きゅうり・ごま・キャベツ・コーン缶・みかん)	きなこマカロニ (マカロニ・きなこ)
28(木)	軟飯 ポテトのそぼろ煮 納豆和え みそ汁 (米・鶏ひき肉・納豆・じゃが芋・人参・玉ねぎ・小松菜・大根・なめこ)	バナナホットケーキ (ホットケーキ粉・卵・大豆・牛乳・バナナ)
29(金)	野菜のあんかけ丼 チーズ 豆腐スープ バナナ (米・鶏ひき肉・豆腐・チーズ・白菜・チンゲン菜・人参・しいたけ・わかめ・バナナ)	赤ちゃん用お菓子

仕入れなどの状況により、献立に変更が生じることがありますので、ご了承下さい。

今月の食育は、『冬の野菜に触れてみよう』です

野菜は 《大根、かぶ、にんじん、ごぼう、れんこん》を使用する予定です。

中和倉は14日、松戸は15日に行い、お昼の給食やおやつに触れた野菜たちが登場します。

ご家庭でもお買い物するときなどに「どのにんじんにする？」

など声をかけ、野菜や果物を選んでもらってみてください。自分で選んだ食材が食卓に並ぶのを楽しみにしたいと思います。