

2018年 1月

予定献立表～後期～

月		火	水	木	金	土
1				まぜご飯 イナムドッチ ほぐしみかん 全粥 白身魚のミール 大根サラダ わかめスープ	全粥 鮭のクリーム煮 白菜サラダ 鮭のお粥 島人参のスープ さつまいもスティック	全粥 ポークソテー ほうれん草のみそ汁 切干大根サラダ 全粥 豆腐のツナ野菜あんかけ わかめの味噌汁 胡瓜スティック
8	成人の日	全粥 麻婆豆腐 胡瓜とわかめの酢の物 麩のすまし汁 全粥 白身魚のトマト煮 えのきの味噌汁	全粥 鶏の味噌漬焼き 冬瓜スープ 鶏ぞうすい ほうれん草と玉葱のスープ バナナ	全粥 魚の照焼 じゃが芋とホウレン草の味噌汁 ほぐしみかん 全粥 レンコンと豚肉の炒め煮 わかめスープ	12 スパゲティミートソース キャベツサラダ 豆乳スープ 全粥 豆腐とツナのトマト煮 かぼちゃの味噌汁	13 さかなそぼろ粥 肉じゃが 青菜のごま和え 全粥 鮭の味噌煮 じゃがいもと青菜のスープ 角切りバナナ
15	ひじきぞうすい 根菜のみそ汁 ほぐしみかん 全粥 ささ身の野菜スープ煮 ポテトサラダ	16 全粥 すきやき風煮つけ 大根の味噌汁 全粥 野菜のツナ和え 豆腐の澄まし汁 リンゴスティック	17 全粥 鯖の味噌煮 人参ともやしのスープ 全粥 魚の野菜煮 豆腐と青菜の味噌汁 ほぐしオレンジ	18 おべんとう 全粥 じゃがいもオムレツ わかめと豆腐のスープ	19 沖縄そば 白和えサラダ 固形ヨーグルト 全粥 鮭の野菜スープ煮 スティックサラダ	20 鶏ぞうすい ごま和え(小松菜) 角切りバナナ 全粥 豆腐の野菜煮 すまし汁
22	トマトチーズ粥 鶏肉の野菜スープ煮 ほぐしオレンジ 全粥 鶏肉のトマト煮 南瓜の味噌汁	23 全粥 お魚ハンバーグ ピーマンの細切炒め 玉葱スープ きなこ粥 豚肉と玉葱の炒め煮 かき卵汁 ポテトスティック	24 全粥 鯖のピカタ 根菜汁 全粥 豆腐のピカタ わかめときゅうりの和え物 大根の味噌汁	25 全粥 豆腐と鶏肉のお焼き からし菜炒め こらとこらのスープ 鶏ぞうすい キャベツサラダ ほぐしオレンジ	26 ロールパン(40g) 鮭のほぐし煮 シチュー 胡瓜スティック 全粥 野菜と鶏肉煮 胡瓜とトマトの酢の物	27 全粥 鶏のレバー風味焼 豆腐ちゃんぷるー 全粥 とり肉と野菜煮 ナムル風 リンゴスティック
29	納豆粥 レバーマッシュ 人参と玉葱の味噌汁 全粥 豆腐の野菜煮 ほぐしたんかん	30 全粥 白身魚のみそ焼き 野菜スープ 全粥 大根と鶏の炒め煮 玉葱とじゃがいもの味噌汁 紅イモスティック	31 全粥 鶏の塩こうじ焼 ニラとかぼちゃの味噌汁 人参スティック 全粥 豆腐の野菜煮 大根とほうれん草の澄まし汁		9～11か月ごろの離乳食 この時期は、バナナくらいの柔らかさの食べ物を、歯茎と歯茎で噛んで食べることを練習します。かたくて小さい食べ物は待つだけの習慣がついてしまいますので、注意が必要です。 離乳食の回数が1日2回から3回に移ってきます。必要な栄養の半分以上を離乳食でとることになるので、主食・主菜・副菜を組み合わせるようにしましょう。	

※児童の月齢、保育園行事、給食材料等の都合で献立を変更することもあります。