

2021年1月 離乳後期食 予定献立表

どんぐりこども園

	献立名	材料名		
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
19 (火)	軟飯	米		
	鮭の煮付け		鮭	
	ささみといんげんのひじき煮	コーン	ひじき、鶏ささみ	いんげん、白菜
	わかめと豆腐のみそ汁	じゃが芋	わかめ、木綿豆腐、かつお・昆布・いりこだし、みそ	長ねぎ
20 (水)	軟飯	米		
	豚肉の大根おろし煮		豚もも肉	大根(おろし)
	トマトとキャベツのしらす煮		しらす干し	トマト、キャベツ
	小ねぎと人参のすまし汁		昆布だし	小ねぎ、人参
21 (木)	鶏肉の煮込みうどん	うどん	鶏もも肉	玉ねぎ
	マッシュカボチャのチーズそぼろ煮		豚ひき肉、粉チーズ	かぼちゃ(マッシュ)
	ほうれん草と人参のスープ		かつお・昆布・いりこだし	ほうれん草、人参
22 (金)	枝豆と大豆のケチャップライス(軟飯)	米	大豆水煮	玉ねぎ、枝豆
	じゃが芋とブロッコリーのそぼろ煮	じゃが芋	豚ひき肉	ブロッコリー
	さつま芋と人参のスープ	さつま芋	かつお・昆布・いりこだし	人参、大根、かぶ、かぶ菜
23 (土)	鶏肉の豆乳クリームパスタ	スパゲッティ	鶏もも肉、豆乳	白菜、玉ねぎ
	チンゲン菜と人参の煮物		昆布だし	チンゲン菜、人参
25 (月)	豚肉ごはん(軟飯)	米	豚もも肉	玉ねぎ
	しいたけと小松菜の煮物			しいたけ、小松菜、白菜、人参
	コーンと長ねぎのスープ	コーン	昆布だし	長ねぎ
26 (火)	食パン	食パン		
	鶏肉としめじのヨーグルト煮		鶏もも肉、ヨーグルト	しめじ、ブロッコリー、かぼちゃ
	じゃが芋と人参のスープ	じゃが芋	昆布だし	人参
27 (水)	軟飯	米		
	グリーンピース入り肉団子のケチャップ煮		豚ひき肉	玉ねぎ、グリーンピース
	コーンときゅうりのとろとろ煮	コーン		きゅうり、大根
	大豆とキャベツのトマトスープ		大豆水煮、昆布だし	キャベツ、トマト缶
28 (木)	軟飯	米		
	カジキのおろし玉ねぎ煮		かじき	玉ねぎ(おろし)
	大豆といんげんのひじき煮		ひじき、大豆水煮	人参、いんげん
	きのこのみそ汁		木綿豆腐、かつお・昆布・いりこだし、みそ	なめこ、えのき、かぼちゃ、長ねぎ
29 (金)	人参ケチャップライス(軟飯)	米		人参、玉ねぎ
	鶏肉のてり煮		鶏もも肉	
	きゅうりと白菜の煮物	コーン		きゅうり、白菜
	里芋としめじのすまし汁	里芋	かつお・昆布・いりこだし	しめじ、えのき、長ねぎ
30 (土)	肉みそ煮込みうどん	うどん	豚ひき肉、かつお・昆布だし、みそ	玉ねぎ
	さつま芋と人参の煮物	さつま芋		人参

※食材の入荷状況により、献立を変更する場合があります。ご承知おきください。