

1月の予定献立表 (完了離乳食：12ヶ月～)



日 ／ 曜	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)			10時おやつ 3時おやつ	日 ／ 曜	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)			10時おやつ 3時おやつ
		熟と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの				熟と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1 (月)	年始休業					19 (金)	ごはん すまし汁 たらの煮つけ 納豆和え	米、さつまいも 牛乳、たら、 納豆	ほうれんそう、 もやし、はくさい、 にんじん	牛乳 お子様せんべい 牛乳 さつまいも甘煮	
2 (火)	年始休業					20 (土)	ごはん 野菜スープ 豚肉とキャベツの炒め物 ブロッコリーとにんじんの和えもの	米 牛乳、豚肉、 鮭	にんじん、キャベツ、 コーン、ブロッコリー	牛乳 やさいビスケット ほうじ茶 鮭のおにぎり	
3 (水)	年始休業					22 (月)	ごはん みそ汁 鶏肉とにんじんのソテー チンゲンサイの煮浸し	米 牛乳、鶏肉、 豆腐	りんご、こまつな、 チンゲンサイ、 にんじん	牛乳 ウエハース 牛乳 煮りんご	
4 (木)	ごはん 野菜スープ 豆腐ときのこのソテー ブロッコリーの煮物	米	牛乳、豆腐	しめじ、かぼちゃ、 にんじん、たまねぎ、 ブロッコリー、 チンゲンサイ	牛乳 マナビスケット 牛乳 かぼちゃ甘煮	23 (火)	ごはん 野菜スープ 野菜のそぼろあんかけ 白菜の煮物	米 牛乳、豚肉、 ヨーグルト	にんじん、しめじ、 たまねぎ、はくさい、 チンゲンサイ	牛乳 お子様せんべい ほうじ茶 ヨーグルト	
5 (金)	ごはん みそ汁 鶏つくね 白菜の煮浸し	米	牛乳、鶏肉	しめじ、はくさい、 ほうれんそう、 こんぶ、にんじん	牛乳 お子様せんべい ほうじ茶 塩昆布のおにぎり	24 (水)	ごはん みそ汁 かじきの照り焼き いんげんとにんじんの煮浸し	米 牛乳、かじき	かぼちゃ、こまつな、 えのき、にんじん、 いんげん	牛乳 やさいビスケット 牛乳 かぼちゃ甘煮	
6 (土)	ごはん 野菜スープ 豚肉と野菜のそぼろあんかけ チンゲンサイのソテー	米、さつまいも	牛乳、豚肉	にんじん、たまねぎ、 チンゲンサイ、 ブロッコリー	牛乳 やさいビスケット 牛乳 さつまいも甘煮	25 (木)	ごはん コンソメスープ 鶏肉ときのこの炒め物 きゃべつとコーンの和え物	米 牛乳、鶏肉	キャベツ、 ブロッコリー、 にんじん、しめじ、 コーン	牛乳 マナビスケット ほうじ茶 おかかおにぎり	
9 (火)	ごはん みそ汁 かれの照り焼き いんげんの和え物	米	牛乳、かれい	りんご、いんげん、 たまねぎ、にんじん	牛乳 お子様せんべい 牛乳 煮りんご	26 (金)	ごはん 里芋のみそ汁 チャンプル もやしと人参の和え物	米、さといも 牛乳、豚肉、 豆腐	りんご、もやし、 たまねぎ、にんじん、 ほうれんそう	牛乳 お子様せんべい 牛乳 煮りんご	
10 (水)	ごはん すまし汁 豚肉と大根の煮物 ほうれんそうともやしのお浸し	米	牛乳、豚肉	だいこん、バナナ、 にんじん、ねぎ、 えのき、ほうれんそう、 もやし	牛乳 やさいビスケット 牛乳 バナナ	27 (土)	ごはん みそ汁 鶏肉とキャベツのみそ煮 じゃがいもの煮物	米、マカロニ 牛乳、鶏肉、 きな粉	たまねぎ、にんじん、 キャベツ	牛乳 やさいビスケット 牛乳 マカロニきな粉	
11 (木)	ごはん コンソメスープ ハンバーグ 野菜炒め	米	牛乳、豚肉	キャベツ、にんじん、 もやし、たまねぎ	牛乳 マナビスケット ほうじ茶 おかかおにぎり	29 (月)	ごはん 野菜スープ 豆腐と野菜のソテー 人参の煮物	米 牛乳、豆腐	にんじん、もやし、 バナナ、たまねぎ、 ほうれんそう、 チンゲンサイ	牛乳 ウエハース 牛乳 バナナ	
12 (金)	ごはん すまし汁 鶏肉のケチャップ煮 もやしの和え物	米	牛乳、鶏肉、 ヨーグルト	えのき、もやし、 ほうれんそう、 にんじん、たまねぎ、 チンゲンサイ	牛乳 お子様せんべい ほうじ茶 ヨーグルト	30 (火)	ごはん みそ汁 鮭のみそ煮 大根の煮物	米 牛乳、さけ、 ヨーグルト	にんじん、だいこん、 しめじ、ほうれんそう	牛乳 お子様せんべい ほうじ茶 ヨーグルト	
13 (土)	ごはん みそ汁 豚肉と玉ねぎの炒め物 チンゲンサイともやしのナムル	米、さつまいも	牛乳、豚肉	たまねぎ、にんじん、 キャベツ、もやし、 チンゲンサイ	牛乳 やさいビスケット 牛乳 さつまいも甘煮	31 (水)	ごはん きのこのスープ 豚肉と玉ねぎのケチャップ煮 ほうれんそうの煮浸し	米 牛乳、豚肉、鮭	たまねぎ、キャベツ、 ほうれんそう、 もやし、にんじん、 えのき	牛乳 やさいビスケット ほうじ茶 鮭のおにぎり	
15 (月)	ごはん すまし汁 たらの照り焼き 白菜の和え物	米	牛乳、たら	にんじん、はくさい、 いんげん、こんぶ	牛乳 ウエハース ほうじ茶 塩昆布のおにぎり						
16 (火)	ごはん 中華スープ マーボー豆腐 もやしの炒り煮	米	牛乳、豚肉、豆腐	りんご、にんじん、 キャベツ、もやし、 ねぎ、チンゲンサイ	牛乳 お子様せんべい 牛乳 煮りんご						
17 (水)	ごはん みそ汁 豚肉とたまねぎの炒め物 スパゲティサラダ	米、マカロニ	牛乳、豚肉、 ヨーグルト	だいこん、えのき、 にんじん、たまねぎ、 きゅうり	牛乳 やさいビスケット ほうじ茶 ヨーグルト						
18 (木)	ごはん 野菜スープ 肉団子のあんかけ もやしとチンゲンサイの和え物	米	牛乳、豚肉、豆腐	バナナ、えのき、 もやし、 チンゲンサイ	牛乳 マナビスケット 牛乳 バナナ						

☆食材の都合により献立に変更が生じる場合があります。
変更の際は追って連絡致します。

☆食材の形態はお子様の食事の進み具合にあわせて進めていきます。
新たに口にした食材がありましたら職員までお声掛けください。



1月の予定献立表（後期離乳食：9～11ヶ月）



日 ／ 曜	献立名	材料名（昼食・3時おやつ）			10時おやつ 3時おやつ	日 ／ 曜	献立名	材料名（昼食・3時おやつ）			10時おやつ 3時おやつ
		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				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	
1 （月）	年始休業					19 （金）	軟飯 野菜スープ たらの野菜あんかけ ほうれんそうの煮物	米、さといも、さつまいも	ミルク、たら	ほうれんそう、にんじん	ミルク ベビーせんべい ミルク さつまいもマッシュ
2 （火）	年始休業					20 （土）	軟飯 野菜スープ 鶏肉の野菜あんかけ ブロッコリーの煮物	米	ミルク、鶏肉、さけ キャベツ、にんじん、ブロッコリー	ほうれんそう、にんじん	ミルク やさいビスケット ミルク 鮭がゆ
3 （水）	年始休業					22 （月）	軟飯 野菜スープ 豆腐の野菜あんかけ にんじんの炒り煮	米	ミルク、豆腐	りんご、ほうれんそう、にんじん、たまねぎ	ミルク ウエハース ミルク 煮りんご
4 （木）	軟飯 野菜スープ 豆腐の野菜あんかけ ブロッコリーの煮物	米	ミルク、豆腐	かぼちゃ、にんじん、たまねぎ、ブロッコリー	ミルク マンナビスケット ミルク かぼちゃマッシュ	23 （火）	軟飯 野菜スープ しらすの野菜あんかけ 里芋の煮物	米、さといも	ミルク、しらす、ヨーグルト	ほうれんそう、にんじん	ミルク 小魚せんべい ミルク ヨーグルト
5 （金）	軟飯 野菜スープ 鶏肉の野菜あんかけ にんじんの甘煮	米	ミルク、鶏肉	ほうれんそう、にんじん、たまねぎ、のり	ミルク ベビーせんべい ミルク おじや	24 （水）	軟飯 野菜スープ かれの野菜あんかけ ほうれんそうの炒り煮	米	ミルク、かれい	かぼちゃ、にんじん、たまねぎ、ほうれんそう	ミルク やさいビスケット ミルク かぼちゃマッシュ
6 （土）	軟飯 野菜スープ しらすの野菜あんかけ にんじんとたまねぎの炒り煮	米、さつまいも	ミルク、しらす	にんじん、たまねぎ、ブロッコリー	ミルク やさいビスケット ミルク さつまいもマッシュ	25 （木）	軟飯 野菜スープ 鶏肉の野菜あんかけ キャベツの炒り煮	米	ミルク、鶏肉	ブロッコリー、キャベツ、にんじん、たまねぎ、コーン	ミルク マンナビスケット ミルク コーン粥
9 （火）	軟飯 野菜スープ カレイの野菜あんかけ 里芋の煮物	米、さといも	ミルク、かれい	りんご、にんじん、たまねぎ	ミルク 小魚せんべい ミルク 煮りんご	26 （金）	軟飯 野菜スープ 豆腐の野菜あんかけ 里芋とにんじんの炒り煮	米、さといも	ミルク、豆腐	りんご、ほうれんそう、にんじん、たまねぎ	ミルク ベビーせんべい ミルク 煮りんご
10 （水）	軟飯 野菜スープ 豆腐の野菜あんかけ 大根の煮物	米	ミルク、豆腐	にんじん、だいこん、ほうれんそう、バナナ	ミルク やさいビスケット ミルク バナナ	27 （土）	軟飯 野菜スープ しらすの野菜あんかけ じゃがいもの煮物	米、マカロニ、じゃがいも	ミルク、きな粉、しらす	にんじん、たまねぎ、キャベツ	ミルク やさいビスケット ミルク マカロニきな粉
11 （木）	軟飯 野菜スープ 鶏肉の野菜あんかけ きゃべつとたまねぎの炒り煮	米、さといも	ミルク、鶏肉	にんじん、キャベツ、たまねぎ、かぼちゃ	ミルク マンナビスケット ミルク かぼちゃ粥	29 （月）	軟飯 野菜スープ 豆腐の野菜あんかけ かぼちゃの甘煮	米	ミルク、豆腐	にんじん、バナナ、たまねぎ、かぼちゃ	ミルク ウエハース ミルク バナナ
12 （金）	軟飯 野菜スープ しらすの野菜あんかけ ほうれんそうの煮物	米	ミルク、しらす、ヨーグルト	ほうれんそう、にんじん、たまねぎ	ミルク ベビーせんべい ミルク ヨーグルト	30 （火）	軟飯 野菜スープ かれの野菜あんかけ 大根の煮物	米	ミルク、かれい、ヨーグルト	ほうれんそう、にんじん、だいこん	ミルク 小魚せんべい ミルク ヨーグルト
13 （土）	軟飯 野菜スープ 豆腐の野菜あんかけ にんじんの炒り煮	米、さつまいも	ミルク、豆腐	にんじん、たまねぎ、キャベツ	ミルク やさいビスケット ミルク さつまいもマッシュ	31 （水）	軟飯 野菜スープ 鶏肉の野菜あんかけ ほうれん草とたまねぎの煮物	米	ミルク、鶏肉	ほうれんそう、キャベツ、にんじん、たまねぎ	ミルク やさいビスケット ミルク にんじん粥
15 （月）	軟飯 野菜スープ たらの野菜あんかけ かぼちゃの煮物	米	ミルク、たら	にんじん、ほうれんそう、コーン、かぼちゃ	ミルク ウエハース ミルク コーン粥						
16 （火）	軟飯 野菜スープ 鶏肉の野菜あんかけ キャベツの炒り煮	米	ミルク、鶏肉	りんご、ブロッコリー、キャベツ、にんじん	ミルク 小魚せんべい ミルク 煮りんご						
17 （水）	軟飯 野菜スープ しらすの野菜あんかけ 大根の煮物	米	ミルク、しらす、ヨーグルト	たまねぎ、だいこん、にんじん	ミルク やさいビスケット ミルク ヨーグルト						
18 （木）	軟飯 野菜スープ 豆腐の野菜あんかけ にんじんの炒り煮	米	ミルク、豆腐	ブロッコリー、バナナ、にんじん、たまねぎ	ミルク マンナビスケット ミルク バナナ						

☆食材の都合により献立に変更が生じる場合があります。
変更の際は追って連絡致します。

☆食材の形態はお子様の食事の進み具合にあわせて進めていきます。
新たに口にした食材がありましたら職員までお声掛けください。

