

1月の予定献立表（完了期離乳食：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
		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 （木）	正月					19 （月）	ごはん チキンボール ブロッコリーのおかか和え 豆乳スープ	米、じゃがいも	牛乳、豆乳、鶏肉	たまねぎ、 ブロッコリー、 にんじん	牛乳 にんじんとさつまいものビスケット 牛乳 小魚せんべい
2 （金）	休園日					20 （火）	ごはん 鶏の治部煮 春雨のソテー 野菜スープ	米、はるさめ	牛乳、鶏肉、豆腐	キャベツ、かぼちゃ、 もやし、たまねぎ、 ほうれんそう、にら、 にんじん	牛乳 小魚せんべい 牛乳 かぼちゃの豆腐パン
3 （土）	休園日					21 （水）	中華丼 さつまいもマヨサラダ チンゲン菜のみそ汁	米、さつまいも	牛乳、豚肉	はくさい、たまねぎ、 にんじん、えのきだけ、 しいたけ、チンゲン菜	牛乳 せんべい 牛乳 バナナ
5 （月）	ごはん さわらのあんかけ さつま芋の煮物 豆腐のみそ汁	米、さつまいも	牛乳、さわか、豆腐	もやし、にんじん、 だいこん、ねぎ	牛乳 マナウエハース 牛乳 せんべい	22 （木）	ごはん さばの野菜の煮物 こまつな煮びだし もやしのみそ汁	米、さつまいも	牛乳、さば、 凍り豆腐	こまつな、もやし、 たまねぎ、だいこん、 えのきだけ、にんじん	牛乳 マナビスケット 牛乳 きんとん
6 （火）	ごはん 鶏肉松風焼き 切干し大根の旨煮 キャベツのみそ汁	米、マカロニ	牛乳、鶏肉、豆腐、 豚肉	たまねぎ、キャベツ、 にんじん、トマト、 えのきだけ、だいこん、 いんげん、わかめ	牛乳 せんべい 牛乳 マカロニのトマト煮	23 （金）	ごはん 鶏肉のケチャップ煮 野菜サラダ わかめスープ	米、じゃがいも	牛乳、鶏肉、 ヨーグルト	トマト、たまねぎ、 きゅうり、わかめ、 えのきだけ、ねぎ、 あおのり	牛乳 マナウエハース 牛乳 芋もち
7 （水）	食パン 豚肉のケチャップ煮 バイクドじゃが 野菜スープ	食パン、 じゃがいも	牛乳、豚肉、豆乳	たまねぎ、にんじん、 ぶどう、ピーマン、 あおのり	牛乳 小魚せんべい 牛乳 黒糖蒸しパン	24 （土）	ごはん 豚肉の中華風炒め 野菜スープ バナナ	米	牛乳、豚肉	バナナ、キャベツ、 もやし、にんじん、 たまねぎ	牛乳 小魚せんべい 牛乳 マナウエハース
8 （木）	ごはん 豆腐のあんかけ 小松菜のツナ酢あえ さつまいものみそ汁	米、さつまいも	牛乳、豆腐、ツナ	たまねぎ、こまつな、 キャベツ、にんじん、 ねぎ、ピーマン、わかめ	牛乳 せんべい 牛乳 にんじんとさつまいものビスケット	26 （月）	ごはん 揚げだし豆腐 にんじんのきんぴら 切干しだいこんのみそ汁	米、さといも	牛乳、豆腐、鶏肉、 おから	にんじん、たまねぎ、 こまつな、ピーマン、 だいこん	牛乳 にんじんとさつまいものビスケット 牛乳 おからチキンナゲット
9 （金）	納豆ごはん チキンボール煮 もやしの中華風和え物 雑煮風汁	米	牛乳、鶏肉、納豆	かぼちゃ、もやし、 だいこん、にんじん、 チンゲンサイ、かぼちゃ	牛乳 ビスケット 牛乳 かぼちゃマッシュ	27 （火）	ごはん 豚肉のすき焼き風煮物 かぼちゃの天ぷら じゃがいものみそ汁	米、じゃがいも	牛乳、豚肉、豆腐	たまねぎ、かぼちゃ、 はくさい、ねぎ、 にんじん、バナナ	牛乳 せんべい 牛乳 バナナ
10 （土）	ごはん 肉じゃが ブロッコリーのマヨあえ オレンジ・ほうじ茶	米、じゃがいも	牛乳、豚肉	オレンジ、たまねぎ、 にんじん、コーン、 ブロッコリー	牛乳 小魚せんべい 牛乳 マナウエハース	28 （水）	食パン さけのムニエル コールスローサラダ 野菜スープ	食パン、うどん	牛乳、さけ、豚肉	キャベツ、にんじん、 コーン、ピーマン、 ブロッコリー、 バナナ、たまねぎ	牛乳 マナウエハース 牛乳 煮込みうどん
12 （月）	成人の日					29 （木）	ごはん 鶏肉の煮物 白菜とほうれん草の塩もみあえ 大根のみそ汁	米、食パン	牛乳、鶏肉	たまねぎ、だいこん、 はくさい、にんじん、 ほうれんそう、ねぎ、 えのきだけ、焼きのり	牛乳 マナビスケット 牛乳 ジャムサンドパン
13 （火）	ごはん 炒り豆腐 ゆでスティック野菜 おくらスープ	米	牛乳、豆腐	にんじん、きゅうり、 ほうれんそう、オクラ、 コーン、わかめ	牛乳 マナウエハース 牛乳 にんじんとさつまいものビスケット	30 （金）	ごはん たらの照り焼き にんじんとインゲンの煮物 根菜汁	米、さつまいも	牛乳、たら、 鶏肉、きな粉	だいこん、にんじん、 ねぎ、いんげん、 しいたけ	牛乳 せんべい 牛乳 きな粉ポテト
14 （水）	ごはん 鮭フレーク 野菜炒め煮 じゃがいものみそ汁	米、じゃがいも、 スパゲティ	牛乳、鮭	キャベツ、たまねぎ、 もやし、ほうれんそう、 しめじ、ねぎ、 にんじん、ピーマン	牛乳 マナビスケット 牛乳 煮込みスパゲティ	31 （土）	ごはん マーボー春雨 バイクド里芋 野菜スープ	米、さといも、 はるさめ	牛乳、豚肉	キャベツ、ねぎ、 にんじん、コーン、 わかめ、オレンジ	牛乳 小魚せんべい 牛乳 オレンジ ビスケット
15 （木）	ごはん 鶏肉と野菜の煮物 こまつな煮びだし なめこみそ汁	米、食パン	牛乳、鶏肉、豆腐	こまつな、にんじん、 なめこ、もやし、 ねぎ、いんげん	牛乳 マナウエハース 牛乳 フレンチトースト風	<p>☆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。</p> <p>☆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。</p>					
16 （金）	ごはん ぶりの照り焼き ほうれん草とコーンのソテー しめじのすまし汁	米、焼ふ	豆乳、ぶり、牛乳	たまねぎ、しめじ、 ほうれんそう、コーン、 キャベツ、にんじん、 わかめ	牛乳 せんべい 豆乳 ビスケット						
17 （土）	ごはん 鶏肉野菜炒め煮 南瓜マッシュ わかめのみそ汁	米	牛乳、鶏肉	かぼちゃ、もやし、 チンゲンサイ、わかめ、 キャベツ、たまねぎ、 ピーマン、にんじん	牛乳 小魚せんべい 牛乳 マナウエハース						



KAEDE HOIKUEN
MY DREAM ARE GROWING UP HERE.
CRESCENDREAMS

