

1月の予定献立（後期食 9～11ヶ月）



日付	曜日	献立名	午前おやつ	午後おやつ	
4	水	軟飯 みそ汁 かれのいの照り焼き カリフラワーの和え物	ビスケット	おやさいぼーる	きゃべつ、小松菜、豆腐、かれいのカリフラワー、パプリカ
5	木	軟飯 みそ汁 鶏肉のやわらか煮 マカロニサラダ	ベビーせんべい	煮りんご	大根、しめじ、豆腐、鶏肉、マカロニ きゅうり、人参
5	金	煮込みうどん かぼちゃの甘煮	野菜スナック	青菜おじや	うどん、玉葱、鶏肉、人参、しいたけ ほうれん草、かぼちゃ
6	土	軟飯 スープ ジャが芋のそぼろ煮 いんげんの煮びたし	クッキー	ベビーせんべい	きゃべつ、玉葱、トマト、豚肉、人参 ジャが芋、きゅうり
9	月	成人の日			
10	火	軟飯 すまし汁 松風焼き 春雨サラダ	おやさいぼーる	さつま芋の甘煮	えのき、麩、のり、鶏肉、玉葱、春雨 人参、きゅうり、さつま芋
11	水	軟飯 みそ汁 かれのいの照り焼き きんぴらごぼう	ビスケット	ヨーグルト	白菜、ほうれん草、豆腐、かれい ごぼう、人参、ヨーグルト
12	木	軟飯 スープ 豚肉のトマト煮 大根サラダ	ベビーせんべい	パンがゆ	コーン、カリフラワー、玉葱、豚肉 トマト、じゃが芋、大根、人参 きゅうり、食パン
13	金	軟飯 みそ汁 かれのいの照り焼き 豆もやしの煮物	野菜スナック	バナナ	なめこ、豆腐、かれい、もやし、人参 しいたけ、大根、バナナ
14	土	ほうれん草おじや スープ ジャがいものそぼろ煮 バナナ	クッキー	ベビーせんべい	ほうれん草、コーン、鶏肉、じゃが芋 人参、いんげん、バナナ
16	月	煮込みうどん ポテトサラダ 煮りんご	おやさいぼーる	コーンおじや	うどん、鶏肉、白菜、人参、しいたけ ほうれん草、じゃが芋、コーン
17	火	軟飯 みそ汁 まぐろのあんかけ煮 野菜炒め	ビスケット	ヨーグルト	わかめ、豆腐、まぐろ、豚肉、きゃべつ 人参、ヨーグルト
18	水	軟飯 スープ マーボー豆腐 ほうれん草の煮びたし	クッキー	野菜スナック	えのき、しめじ、しいたけ、豚肉、豆腐 ねぎ、人参、ほうれん草、白菜
19	木	軟飯 コーンスープ ジャが芋のトマト煮 きゃべつの和え物	ベビーせんべい	パンがゆ	コーン、玉葱、じゃが芋、鶏肉、トマト きゃべつ、きゅうり、パプリカ、食パン
20	金	軟飯 みそ汁 鮭のホイル蒸し ひじきの炒り煮	野菜スナック	バナナ	白菜、豆腐、鮭、ひじき、人参 しいたけ、いんげん、バナナ
21	土	軟飯 スープ 鶏肉のやわらか煮 ブロッコリーのサラダ	クッキー	ベビーせんべい	きゃべつ、玉葱、豚肉、ブロッコリー パプリカ、鶏ささみ
23	月	軟飯 みそ汁 春雨の炒め物 白菜の塩こんぶ和え	おやさいぼーる	マカロニきな粉煮	大根、豆腐、春雨、豚肉、ねぎ、人参 白菜、昆布、マカロニ、きな粉
24	火	軟飯 みそ汁 たら照り焼き れんこんのきんぴら	野菜スナック	煮りんご	大根、人参、豆腐、ごぼう、たら れんこん、豚肉、ピーマン、りんご
25	水	軟飯 みそ汁 鶏肉のやわらか煮 切り干し大根の煮物	クッキー	ヨーグルト	しめじ、きゃべつ、豆腐、鶏肉、大根 人参、しいたけ、いんげん、ヨーグルト
26	木	軟飯 スープ 豚肉のトマト煮 カリフラワーサラダ	ベビーせんべい	バナナ	わかめ、ねぎ、豚肉、トマト、玉葱 ジャが芋、カリフラワー、きゃべつ バナナ
27	金	軟飯 みそ汁 まぐろのあんかけ煮 炒り豆腐	野菜スナック	ビスケット	ほうれん草、麩、まぐろ、豆腐、もやし 人参、豚肉
28	土	煮込みうどん かぼちゃの甘煮	クッキー	ベビーせんべい	うどん、玉葱、鶏肉、人参、しいたけ ほうれん草、かぼちゃ
30	月	軟飯 みそ汁 豚肉のりんごソース焼き 大根と昆布の煮物	おやさいぼーる	さつま芋の甘煮	小松菜、豆腐、豚肉、りんご、大根 昆布、ツナ缶、さつま芋
31	火	軟飯 スープ ハンバーグ きんぴらごぼう	ヨーグルト	パンがゆ	きゃべつ、ブロッコリー、かぶ、豚肉 ジャが芋、ごぼう、人参、食パン

※おやつ時はほうじ茶がつかます。

※食材の都合により献立内容が変更になる場合があります。