



# 1月の離乳食献立表（後期～完了期）



令和3年1月1日

池田市立保育所・認定こども園

実施日	間食 (午前)	献立名		間食(午後)	献立名	
		後期(9~11ヶ月)				完了期(12~18ヶ月)
		昼食	食品名			
4月	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 肉じゃが 煮びたし 砂糖 ミニゼリー	米、牛肉 ジャガイモ 玉ねぎ 人参 グリンピース 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。大根 きゅうり しらす干し 砂糖 醤油 だし汁。/りんご。	調乳 りんご せんべい	軟飯→ごはん 肉じゃが 煮びたし ミニゼリー	
5火	調乳 ビスケット	かゆ→軟飯 鶏肉と野菜煮 みそ汁・焼きのり	米、鶏肉 白菜 人参 干しいたけ 三度豆 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。かぼちゃ 大根 玉ねぎ わかめ みそ 出し汁。 焼きのり。/ パナナ。	調乳 せんべい バナナ	軟飯→ごはん 鶏肉と野菜煮 みそ汁 焼きのり	
6水	調乳 ポーロ	かゆ→軟飯 みそ煮魚 すまし汁 デ) みかん	米、白身魚 白みそ みそ だし汁 【油(完了)】 代替) 豚肉。 小松菜 人参 干しいたけ 木綿豆腐 醤油 だし汁。 みかん。 / もち米 きな粉。	調乳 ☆きな粉がゆ	軟飯→ごはん みそ焼き魚 すまし汁 デ) みかん	
7木	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 大根の煮物 みそ汁	米、牛肉 大根 かぶ 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。 豆腐 人参 玉ねぎ チンゲンサイ みそ だし汁 代替) 豚肉。 / 米 すずな すずしろ。	調乳 ☆七草がゆ せんべい	軟飯→ごはん 大根の煮物 みそ汁	
8金	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 豚肉と野菜煮 卵スープ	米、豚肉 玉ねぎ 人参 ピーマン 砂糖 醤油 片栗粉 だし汁。卵 わかめ 人参 しめじ 醤油 片栗粉 だし汁 代替) 豚肉。 / キウイ。	調乳 キウイ せんべい	軟飯→ごはん 豚肉と野菜煮 卵スープ	
9土	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 牛肉と野菜煮 スープ	米、牛肉 人参 玉ねぎ キャベツ みそ 砂糖 醤油 片栗粉 だし汁 代替) 豚肉。チンゲンサイ しめじ 人参 玉ねぎ 醤油 出し汁。	調乳 ゼリー せんべい	軟飯→ごはん 牛肉と野菜煮 スープ	
12火	調乳 ビスケット	かゆ→軟飯 豚肉とひじきの煮物 みそ汁	米、豚肉 芽ひじき 人参 三度豆 砂糖 醤油 だし汁。 白菜 人参 たまねぎ みそ だし汁。 / うどん 白菜 人参 豚肉 だし汁 醤油。	調乳 ☆煮込みうどん	軟飯→ごはん 豚肉とひじきの煮物 みそ汁	
13水	調乳 ポーロ	かゆ→軟飯 白身魚と野菜煮 みそ汁	米、白身魚 キャベツ 砂糖 醤油 だし汁 【油(完了)】 代替) 豚肉。さつまいも 大根 玉ねぎ 人参 みそ 出し汁。 / ホットケーキミックス パナナ 育児用ミルク。	調乳 ☆バナナ入りやわらか ホットケーキ	軟飯→ごはん 照り焼き魚 みそ汁	
14木	調乳 ウエハース	かゆ→軟飯 鶏肉と野菜煮 みそ汁 デ) みかん	米、鶏肉 ブロッコリー 砂糖 醤油 だし汁。木綿豆腐 人参 わかめ みそ だし汁。みかん。/ ホットケーキミックス 育児用ミルク。	調乳 ☆やわらか ホットケーキ	軟飯→ごはん 鶏肉と野菜煮 みそ汁 デ) みかん	
15金	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 煮魚 みそ汁	米、白身魚 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。じゃがいも 玉ねぎ 人参 わかめ みそ だし汁。 / ロールパン。	調乳 パンがゆ→ロールパン	軟飯→ごはん 煮魚 みそ汁	
16土	調乳 せんべい	煮込みうどん キウイ	うどん 豚肉 キャベツ 人参 玉ねぎ 生しいたけ わかめ 醤油 だし汁。キウイ。/じゃがいも。	調乳 ふかしおじゃが せんべい	煮込みうどん キウイ	
18月	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 鶏肉と野菜煮 そうめんのすまし汁 デ) みかん	米、鶏肉 大根 人参 里芋 三度豆 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。 そうめん 人参 しめじ 小松菜 醤油 だし汁。みかん。	調乳 ミニゼリー せんべい	軟飯→ごはん 鶏肉と野菜煮 そうめんのすまし汁 デ) みかん	
19火	調乳 ビスケット	パンがゆ→トースト 卵とじ スープ	食パン 育児用ミルク。卵 ジャガイモ 人参 玉ねぎ 油 醤油 代替) 豚肉・コーン。豚肉 木綿豆腐 人参 小松菜 キャベツ 醤油 だし汁。 / 米 さつまいも だし汁。	調乳 ☆さつまいもがゆ	トースト 卵とじ スープ	
20水	調乳 ポーロ	かゆ→軟飯 肉じゃが 煮びたし ヨーグルト	米、牛肉 ジャガイモ 玉ねぎ 人参 グリンピース 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。大根 きゅうり しらす干し 砂糖 醤油 だし汁。ヨーグルト。/りんご。	調乳 りんご せんべい	軟飯→ごはん 肉じゃが 煮びたし ヨーグルト	
21木	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 煮魚 みそ汁	米、白身魚 砂糖 醤油 だし汁 【油(完了)】 代替) 豚肉。 豚肉 しめじ 人参 玉ねぎ 大根 みそ だし汁。 / ホットケーキミックス 育児用ミルク。	調乳 ☆やわらか ホットケーキ	軟飯→ごはん 照り焼き魚 みそ汁	
22金	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 里芋のそぼろ煮 みそ汁	米、里芋 鶏挽き肉 ほうれん草 砂糖 醤油 片栗粉 だし汁【幼児食と同じ(完了)】代替) 豚挽き肉。白菜 人参 大根 みそ だし汁。	調乳 ミニゼリー せんべい	軟飯→ごはん 里芋まんじゅう みそ汁	
23土	調乳 せんべい	煮込みうどん みかん	うどん 白菜 しめじ わかめ 人参 醤油 だし汁。 みかん。 / さつまいも。	調乳 ふかしいも せんべい	煮込みうどん みかん	
25月	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 すき焼き風煮 みそ汁	米、牛肉 焼き豆腐 おつゆ麩 玉ねぎ 人参 白菜 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。大根 人参 玉ねぎ みそ だし汁。 / ホットケーキミックス かぼちゃペースト 育児用ミルク。	調乳 ☆かぼちゃ入り やわらか ホットケーキ	軟飯→ごはん すき焼き風煮 みそ汁	
26火	調乳 ビスケット	パンがゆ→ロールパン 白身魚と野菜のミルク煮 煮びたし	食パン 野菜スープ。白身魚 ジャガイモ 人参 玉ねぎ 育児用ミルク 代替) 豚肉。キャベツ 人参 きゅうり ツナ水煮缶 コーン 砂糖 醤油 だし汁。 / にら 人参 玉ねぎ 小麦粉 豚肉 醤油 だし汁。	調乳 ☆やわらか ちぢみ焼き	ロールパン 白身魚と野菜のミルク煮 煮びたし	
27水	調乳 ポーロ	かゆ→軟飯 肉団子あんかけ 春雨スープ	米、牛挽き肉 豚挽き肉 玉ねぎ パン粉 育児用ミルク ひじき缶 醤油 砂糖 片栗粉 出し汁 代替) 豚挽き肉 【幼児食と同じ、ソースなし(完了)】。はるさめ ブロッコリー 人参 玉ねぎ チンゲン菜 しめじ 醤油 だし汁。	調乳 ミニゼリー せんべい	軟飯→ごはん ハンバーグ 春雨スープ	
28木	調乳 ウエハース	パンがゆ→ロールパン 卵とじ スープ	ロールパン 育児用ミルク。卵 ツナ水煮缶 ジャガイモ 玉ねぎ 人参 しめじ グリンピース 醤油 だし汁 代替) 豚肉・コーン。豚肉 豆腐 人参 キャベツ 醤油 だし汁。 / さつまいも。	調乳 ふかしいも	ロールパン 卵とじ スープ	
29金	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 豆腐と牛挽き肉の煮物 みそ汁 デ) みかん	米、牛挽き肉 木綿豆腐 人参 チンゲンサイ 干しいたけ 醤油 出し汁。 大根 人参 玉ねぎ しめじ みそ 出し汁 みかん / 型抜きチーズ。	調乳 型抜きチーズ せんべい	軟飯→ごはん 豆腐と牛挽き肉の煮物 みそ汁 デ) みかん	
30土	調乳 せんべい	わかめがゆ みそ汁	米 出し汁 わかめ。豚肉 さつまいも 人参 たまねぎ 大根 みそ だし汁。	調乳 ゼリー せんべい	わかめがゆ みそ汁	

☆印は手作りおやつです。