



1月の離乳食献立表（後期～完了期）



令和4年1月1日

池田市立認定こども園

| 実施日 | 間食 (午前) | 献立名 | | 間食(午後) | 献立名 | |
|-----|------------|-------------|--------------------------------------|---|---------------------------------|-------------------------------------|
| | | 昼食 | 後期(9~11ヶ月) | | | 完了期(12~18ヶ月) |
| | | | 食品名 | | | |
| 4 | 火 | 調乳 ビスケット | かゆ→軟飯 肉じゃが 煮びたし ミニゼリー | 米。牛肉 ジャがいも 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。ミニゼリー / 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 | 水 | 調乳 ポーロ | かゆ→軟飯 鶏肉と野菜煮 すまし汁 | 米。鶏肉 大根 人参 里芋 三度豆 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。小松菜 人参 木綿豆腐 玉ねぎ 醤油 だし汁。 / マカロニ きな粉 砂糖。 | 調乳 ☆やわらか かわりあべかわ | 軟飯→ごはん 鶏肉と野菜煮 すまし汁 |
| 6 | 木 | 調乳 せんべい | かゆ→軟飯 豚肉と野菜煮 春雨スープ デ) みかん | 米。豚肉 玉ねぎ 人参 ピーマン 砂糖 醤油 片栗粉 だし汁。はるさめ 人参 玉ねぎ チンゲン菜 しめじ 醤油 だし汁。みかん。 / 棒チーズ。 | 調乳 棒チーズ せんべい | 軟飯→ごはん 豚肉と野菜煮 春雨スープ デ) みかん |
| 7 | 金 | 調乳 せんべい | かゆ→軟飯 みそ煮魚 そうめんのすまし汁 | 米。白身魚 白みそ みそ だし汁 【油(完了)】 代替) 豚肉。そうめん 人参 しめじ 小松菜 醤油 だし汁。 / 米 かぶ。 | 調乳 ☆かぶのお粥 せんべい | 軟飯→ごはん みそ煮魚 そうめんのすまし汁 |
| 8 | 土 | 調乳 せんべい | しょうゆスープパグッティ りんご | スパグッティ 豚肉 たまねぎ 生しいたけ 人参 ピーマン しめじ 醤油 だし汁。 りんご。 | 調乳 ゼリー せんべい | しょうゆスープパグッティ りんご |
| 11 | 火 | 調乳 ビスケット | パンがゆ→トースト 鶏肉と野菜煮 煮浸し | 食パン 野菜スープ。鶏肉 人参 ジャがいも かぶ ブロッコリー 育児用ミルク。キャベツ 人参 きゅうり ツナ水煮缶 醤油 だし汁。 / りんご。 | 調乳 りんご せんべい | トースト 鶏肉と野菜煮 煮浸し |
| 12 | 水 | 調乳 ポーロ | かゆ→軟飯 大根の煮物 すまし汁 デ) みかん | 米。牛肉 大根 三度豆 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚 肉。豆腐 人参 玉ねぎ わかめ 醤油 だし汁 代替) 豚肉。みかん。 / うどん はくさい 人参 えのきだけ 豚肉 醤油 出し汁 片栗粉。 | 調乳 ☆煮込みうどん | 軟飯→ごはん 大根の煮物 すまし汁 デ) みかん |
| 13 | 木 | 調乳 ウエハース | かゆ→軟飯 肉団子あんかけ 卵スープ | 米。牛挽き肉 豚挽き肉 玉ねぎ パン粉 育児用ミルク 醤油 砂糖 片栗粉 出し汁 代替) 豚挽き肉 【幼児食と同じ、トマトケチャップ付き(完了)】。卵 わかめ 人参 しめじ 醤油 片栗粉 だし汁 代替) 豚肉。 | 調乳 ミニゼリー せんべい | 軟飯→ごはん ハンバーグ 茹でブロッコリー 卵スープ |
| 14 | 金 | 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。 / 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 牛肉と野菜煮 スープ |
| 15 | 土 | 調乳 せんべい | ひじきがゆ→ひじき軟飯 みそ汁 みかん | 米 ひじき缶 人参 三度豆 醤油 出し汁。白菜 人参 玉ねぎ みそ 出し汁。みかん。 / ジャがいも。 | 調乳 ふかしおじゃが せんべい | ひじき軟飯→ひじきごはん みそ汁 みかん |
| 17 | 月 | 調乳 せんべい | かゆ→軟飯 肉じゃが 煮びたし ヨーグルト | 米。牛肉 ジャがいも 玉ねぎ 人参 グリンピース 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。キャベツ きゅうり しらす干し 醤油 だし汁。ヨーグルト。 / ホットケーキミックス かぼちゃ 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 肉じゃが 煮びたし ヨーグルト |
| 18 | 火 | 調乳 ビスケット | パンがゆ→トースト 卵とし スープ | 食パン 育児用ミルク。卵 ジャがいも 人参 玉ねぎ 醤油 出し汁 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 卵とし スープ |
| 19 | 水 | 調乳 ポーロ | かゆ→軟飯 煮魚 みそ汁 | 米。白身魚 人参 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。 / 食パン 育児用ミルク ちりめんじゃこ あおのり 白すりごま。 | 調乳 ☆やわらか じゃこパフ | 軟飯→ごはん 照り焼き魚 みそ汁 |
| 20 | 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 代替) 豚肉。ジャがいも 玉ねぎ 人参 わかめ みそ だし汁。 / みかん。 | 調乳 みかん せんべい | 軟飯→ごはん 煮魚 みそ汁 |
| 21 | 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。豆腐 チンゲンサイ 人参 玉ねぎ 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 |
| 22 | 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 ふかししいも せんべい | 煮込みうどん みかん |
| 24 | 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 えのきだけ みそ だし汁。 / にら 人参 玉ねぎ 小麦粉 豚肉 醤油 ごま油。 | 調乳 ☆やわらか ちちみ焼き | 軟飯→ごはん すき焼き風煮 みそ汁 |
| 25 | 火 | 調乳 ビスケット | パンがゆ→トースト 鮭とマカロニのミルク煮 ほうれん草スープ | 食パン 野菜スープ。鮭 マカロニ 玉ねぎ コーン缶 育児用ミルク。豆腐 ほうれん草 人参 醤油 出し汁。 / 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 | トースト 鮭とマカロニのミルク煮 ほうれん草スープ |
| 26 | 水 | 調乳 ポーロ | 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 玉ねぎ ほうれん草 みそ だし汁。みかん。 / さつまいも。 | 調乳 ふかししいも | 軟飯→ごはん 鶏肉と野菜煮 みそ汁 デ) みかん |
| 27 | 木 | 調乳 ウエハース | パンがゆ→ロールパン 卵とし スープ | ロールパン 育児用ミルク。卵 ツナ水煮缶 ジャがいも 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 もやし キャベツ 醤油 だし汁。 / 米 きな粉。 | 調乳 ☆きなこがゆ | ロールパン 卵とし スープ |
| 28 | 金 | 調乳 せんべい | かゆ→軟飯 白身魚と野菜煮 野菜スープ | 米。白身魚 キャベツ 砂糖 醤油 だし汁 【油(完了)】代替) 豚肉。かぶ ジャがいも 人参 玉ねぎ ブロッコリー 醤油 出し汁。 / パナナ。 | 調乳 バナナ せんべい | 軟飯→ごはん 照り焼き魚 野菜スープ |
| 29 | 土 | 調乳 せんべい | わかめがゆ みそ汁 みかん | 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。みかん。 | 調乳 ゼリー せんべい | わかめがゆ みそ汁 みかん |
| 31 | 月 | 調乳 せんべい | かゆ→軟飯 鶏ひき肉と野菜煮 みそ汁・焼きのり | 米。鶏ひき肉 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 玉ねぎ 人参 小松菜 みそ 出し汁。焼きのり。 / りんご。 | 調乳 せんべい りんご | 軟飯→ごはん 鶏ひき肉と野菜煮 みそ汁 焼きのり |

☆印は手作りおやつです。