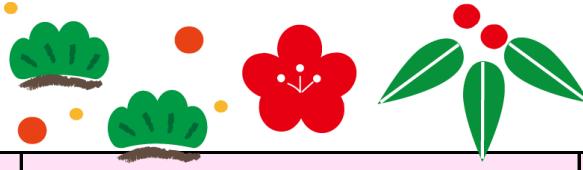


# 離乳食献立

2026/1/1



淀白鳥保育園

| 日付    | 曜日 | 献立名   | 材料   | おやつ                    |
|-------|----|---|--|------------------------|
| 5 19  | 月  | 1おかゆ<br>2鶏ミンチの野菜煮<br>3じゃが芋和え<br>4すまし汁   | 米<br>鶏ミンチ、人参、玉ねぎ、昆布だし汁、しょうゆ（うすくち）<br>じゃが芋、人参、しょうゆ（うすくち）<br>人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁     | 5きな粉マカロニ<br>マカロニ、きな粉   |
| 6 20  | 火  | 1おかゆ<br>2白身魚の煮つけ<br>3胡瓜の和え物<br>4すまし汁  | 米<br>タラ、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁<br>きゅうり、人参、しょうゆ（うすくち）<br>人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁              | 5ひじきのおやき<br>豆腐、ひじき、小麦粉 |
| 7 21  | 水  | 1おかゆ<br>2鶏ささみのじゃが芋煮<br>3キャベツの和え物<br>4すまし汁   | 米<br>鶏ささみ、じゃが芋、しょうゆ（うすくち）<br>キャベツ、人参、しょうゆ（うすくち）<br>人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁             | 5人参ヨーグルト<br>人参、ヨーグルト   |
| 8 22  | 木  | 1おかゆ<br>2シーチキンと大根和え<br>3南瓜煮<br>4すまし汁  | 米<br>シーチキン、大根、人参、しょうゆ（うすくち）<br>南瓜、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁<br>人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁          | 5じゃがもち<br>じゃが芋         |
| 9 23  | 金  | 1おかゆ<br>2豚ミンチ煮<br>3ひじきの和え物<br>4すまし汁   | 米<br>豚ミンチ、人参、しめじ、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁<br>ひじき、人参、小松菜、しょうゆ（うすくち）<br>人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁  | 5きな粉パン<br>きな粉、食パン      |
| 10 24 | 土  | 1鶏ささみのおじや<br>2白菜の和え物<br>3すまし汁   | 米、鶏ささみ、人参、玉ねぎ、しめじ<br>しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁<br>白菜、人参、しょうゆ（うすくち）<br>人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁   | 4バナナ                   |
| 26    | 月  | 1おかゆ<br>2鶏ミンチと玉ねぎ煮<br>3千切り大根の和え物<br>4すまし汁   | 米<br>鶏ミンチ、玉ねぎ、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁<br>千切り大根、人参、しょうゆ（うすくち）<br>人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁       | 5さつま芋スティック<br>さつまいも    |
| 13 27 | 火  | 1おかゆ<br>2ツナと小松菜煮<br>3さつま芋のサラダ<br>4すまし汁  | 米<br>ツナ、小松菜、人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁<br>さつま芋、人参、しょうゆ（うすくち）<br>人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁       | 5わかめおじや<br>米、わかめ       |
| 14 28 | 水  | 1おかゆ<br>2鮭の煮つけ<br>3大根煮<br>4すまし汁   | 米<br>鮭、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁<br>大根、人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁<br>人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁           | 5芋チーズ<br>じゃが芋、粉チーズ     |
| 15 29 | 木  | 1おかゆ<br>2鶏ささみのトマト煮<br>3マカロニサラダ<br>4すまし汁   | 米<br>鶏ささみ、トマト、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁<br>マカロニ、人参、胡瓜、しょうゆ（うすくち）<br>人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁     | 5青のりヨーグルト<br>青のり、ヨーグルト |
| 16 30 | 金  | 1おかゆ<br>2豚ミンチと豆腐煮<br>3小松菜和え<br>4すまし汁  | 米<br>豚ミンチ、豆腐、人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁<br>小松菜、人参、しめじ、しょうゆ（うすくち）<br>人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁   | 5お麸ラスク<br>お麸           |
| 17 31 | 土  | 1シーチキンのおじや<br>2高野豆腐の煮物<br>3すまし汁   | 米、シーチキン、人参、<br>しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁<br>高野豆腐、人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁<br>人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁 | 4南瓜スティック<br>南瓜         |
|       |    | 主食は月齢により、すりつぶし・あらすり・軟飯等 ※月曜日から土曜日まで上記に6野菜スティック煮が付きます。<br>※献立、材料は都合により変更する事がありますのでご了承ください。 |  |                        |

