

献立表

2025年01月

完全給食

日付	離乳食12~18	離乳食9~11	離乳食7~8	離乳食開始期
04(土)	ごはん みそ炒め丼・具 煮りんご	硬粥 鶏肉とキャベツの とろみ煮(納豆) 煮りんご	全粥 鶏肉とキャベツの とろみ煮(納豆) 煮りんご	10倍粥 ペースト(納豆・キャベツ・にんじん)
06(月)	ごはん 鶏肉と小松菜の クリームライス・具 わかめスープ(もやし) かぶのあちら漬	硬粥 豆乳汁(こまつな・たまねぎ・にんじん) かぶのそぼろあんかけ	全粥 豆乳汁(こまつな・たまねぎ・にんじん) かぶのそぼろあんかけ	10倍粥 豆乳汁(こまつな・たまねぎ・にんじん)
07(火)	ごはん みそ風味のだし煮(じゃがいも・えのき) 豆腐とほうれん草の煮物	硬粥 みそ風味のだし煮(じゃがいも・えのき) 豆腐とほうれん草の煮物	全粥 みそ風味のだし煮(じゃがいも・えのき) 豆腐とほうれん草の煮物	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(ほうれん草・にんじん)
08(水)	ごはん みそ汁(たまねぎ・切干だいこん) 豆腐の五目焼き チンゲン菜の とろみ炒め(えのき) みかん	硬粥 みそ風味のだし煮(たまねぎ・チンゲン菜) 豆腐とさつまいもの とろみ煮(鶏)	全粥 みそ風味のだし煮(たまねぎ・チンゲン菜) 豆腐とさつまいもの とろみ煮(鶏)	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(さつまいも・にんじん)
09(木)	ごはん みそ汁(キャベツ・あげ) ぶりの照り焼き かぼちゃとブロッコリーの 和風あん 煮りんご	硬粥 みそ風味のだし煮(キャベツ・にんじん) 白身魚と野菜の和風あん(かぼちゃ・ブロッコリー)	全粥 みそ風味のだし煮(キャベツ・にんじん) 白身魚と野菜の和風あん(かぼちゃ・ブロッコリー)	10倍粥 すり流し(白身魚) 野菜のペースト(かぼちゃ・ブロッコリー)
10(金)	ごはん だし煮(こまつな・はくさい) 鶏ひき肉と納豆の煮物(さといも)	硬粥 だし煮(こまつな・はくさい) 鶏ひき肉と納豆の煮物(さといも)	全粥 だし煮(こまつな・はくさい) 鶏ひき肉と納豆の煮物(さといも)	10倍粥 ペースト(納豆・こまつな・はくさい)
11(土)	ごはん 豚丼・具 みかん	硬粥 鶏肉と豆腐の煮物 みかん	全粥 鶏肉と豆腐の煮物 みかん	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(たまねぎ・こまつな)
14(火)	ごはん だし煮(こまつな・えのき) たらと野菜の とろみ煮(ブロッコリー・にんじん)	硬粥 だし煮(こまつな・えのき) たらと野菜の とろみ煮(ブロッコリー・にんじん)	全粥 だし煮(こまつな・えのき) たらと野菜の とろみ煮(ブロッコリー・にんじん)	10倍粥 すり流し(白身魚) 野菜のペースト(ブロッコリー・にんじん)
15(水)	ごはん だし煮(豆腐・キャベツ) 鶏肉のトマト煮	硬粥 だし煮(豆腐・キャベツ) 鶏肉のトマト煮	全粥 だし煮(豆腐・キャベツ) 鶏肉のトマト煮	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(じゃがいも・にんじん)
16(木)	ごはん みそ汁(だいこん・ねぎ) さわらの五目と ろみ煮(冬) ペイクド里芋(青のり) 煮りんご	硬粥 みそ風味のだし煮(だいこん・かぼちゃ) 白身魚の野菜あん とじ	全粥 みそ風味のだし煮(だいこん・かぼちゃ) 白身魚の野菜あん とじ	10倍粥 すり流し(白身魚) 野菜のペースト(だいこん・かぼちゃ)
17(金)	ごはん だし煮(豆腐・ほうれん草) 鶏肉と根菜の煮物(だいこん・にんじん)	硬粥 だし煮(豆腐・ほうれん草) 鶏肉と根菜の煮物(だいこん・にんじん)	全粥 だし煮(豆腐・ほうれん草) 鶏肉と根菜の煮物(だいこん・にんじん)	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(だいこん・にんじん)
18(土)	ごはん 鶏納豆とじゃがいもの煮物 みかん	硬粥 鶏納豆とじゃがいもの煮物 みかん	全粥 鶏納豆とじゃがいもの煮物 みかん	10倍粥 ペースト(納豆・じゃがいも・にんじん)
20(月)	ごはん だし煮(じゃがいも・もやし) 豆腐と白菜の煮物(鶏)	硬粥 だし煮(じゃがいも・もやし) 豆腐と白菜の煮物(鶏)	全粥 だし煮(じゃがいも・もやし) 豆腐と白菜の煮物(鶏)	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(はくさい・にんじん)
21(火)	ごはん みそ汁(こまつな・えのき) たらの磯辺焼き 里芋と切干大根の旨煮	硬粥 みそ風味のだし煮(こまつな・えのき) たらと里芋の煮物	全粥 みそ風味のだし煮(こまつな・えのき) たらと里芋の煮物	10倍粥 すり流し(白身魚) 野菜のペースト(たまねぎ・こまつな)
22(水)	ごはん すまし汁(だいこん・わかめ) 厚揚げのそぼろあん キャベツのしらす和え みかん	硬粥 だし煮(だいこん・キャベツ) 豆腐のそぼろあん	全粥 だし煮(だいこん・キャベツ) 豆腐のそぼろあん	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(たまねぎ・にんじん)
23(木)	ごはん みそ風味のだし煮(チンゲン菜・にんじん) 白身魚とかぼちゃの煮物	硬粥 みそ風味のだし煮(チンゲン菜・にんじん) 白身魚とかぼちゃの煮物	全粥 みそ風味のだし煮(チンゲン菜・にんじん) 白身魚とかぼちゃの煮物	10倍粥 すり流し(白身魚) 野菜のペースト(かぼちゃ・チンゲン菜)
24(金)	ごはん みそ汁(豆腐・わかめ) 豚肉の香味焼き(もやし) ゆでブロッコリー にんじんとみかんのサラダ	硬粥 みそ風味のだし煮(豆腐・もやし) 鶏肉とブロッコリーの煮物	全粥 みそ風味のだし煮(豆腐・もやし) 鶏肉とブロッコリーの煮物	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(ブロッコリー・にんじん)
25(土)	ごはん カレー風味のトマトライス・具 煮りんご	硬粥 鶏ひき肉と豆腐のトマト煮 煮りんご	全粥 鶏ひき肉と豆腐のトマト煮 煮りんご	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(じゃがいも・にんじん)
27(月)	ごはん だいこんのそぼろ丼・具 豆腐すまし汁(こまつな・あげ) さつまいものレモン煮 みかん	硬粥 だし煮(豆腐・こまつな) 大根のそぼろ煮	全粥 だし煮(豆腐・こまつな) 大根のそぼろ煮	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(こまつな・さつまいも)
28(火)	ごはん みそ風味のだし煮(はくさい・だいこん) 白身魚とじゃが芋の煮物	硬粥 みそ風味のだし煮(はくさい・だいこん) 白身魚とじゃが芋の煮物	全粥 みそ風味のだし煮(はくさい・だいこん) 白身魚とじゃが芋の煮物	10倍粥 すり流し(白身魚) 野菜のペースト(じゃがいも・にんじん)
29(水)	ごはん 豆腐のシチュー 鶏レバーの甘辛煮 ゆでブロッコリー 煮りんご	硬粥 豆乳汁(豆腐・キャベツ・たまねぎ・にんじん) 鶏肉とブロッコリーとろみ煮	全粥 豆乳汁(豆腐・キャベツ・たまねぎ・にんじん) 鶏肉とブロッコリーとろみ煮	10倍粥 豆乳汁(豆腐・キャベツ・たまねぎ・にんじん)
30(木)	ごはん みそ風味のだし煮(さつまいも・もやし) 白身魚のほうれん草あんかけ	硬粥 みそ風味のだし煮(さつまいも・もやし) 白身魚のほうれん草あんかけ	全粥 みそ風味のだし煮(さつまいも・もやし) 白身魚のほうれん草あんかけ	10倍粥 すり流し(白身魚) 野菜のペースト(ほうれん草・にんじん)
31(金)	ごはん みそ汁(かぼちゃ・ねぎ) れんこんバーグ キャベツのコーン煮	硬粥 みそ風味のだし煮(かぼちゃ・キャベツ) 豚肉と豆腐の煮物	全粥 みそ風味のだし煮(かぼちゃ・キャベツ) 豚肉と豆腐の煮物	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(かぼちゃ・キャベツ)