

1月 離乳食献立



南通りすこやか保育園 令和4年12月27日発行

日	曜日	初期	中期・後期
4	水	おかゆ、スープ（さつまいも、豆腐） しらすと野菜のだし煮、みかん	おかゆ、スープ（さつまいも、豆腐） 鮭と野菜のみそ煮、みかん
5	木	おかゆ、みそ汁（小松菜、玉ねぎ） 豆腐と野菜のだし煮、みかん	おかゆ、みそ汁（小松菜、玉ねぎ） 鶏肉と野菜のうま煮、みかん
6	金	しらすがゆ、みそ汁（ほうれん草、人参） かれいと野菜のだし煮、バナナ	しらすがゆ、みそ汁（ほうれん草、人参） かれいの野菜あんかけ、バナナ
7	土	おかゆ、スープ（キャベツ、人参、玉ねぎ） 豆腐と野菜のだし煮、みかん	鶏肉と野菜の煮込みうどん さつまいもとブロッコリーのうま煮、みかん
10	火	おかゆ、みそ汁（じゃがいも、人参、玉ねぎ） しらすと野菜のだし煮、みかん	おかゆ、みそ汁（じゃがいも、人参、玉ねぎ） たらと野菜の煮付け、みかん
11	水	おかゆ、みそ汁（大根、人参） 豆腐と野菜のだし煮、みかん	おかゆ、みそ汁（大根、人参） 鶏肉の野菜あんかけ、みかん
12	木	おかゆ、スープ（ほうれん草、玉ねぎ、豆腐） かれいと野菜のトマト煮、りんご	おかゆ、スープ（ほうれん草、玉ねぎ、豆腐） かれいと野菜のトマト煮、りんご
13	金	しらすがゆ、スープ（小松菜、人参） 豆腐とやさいのだし煮、バナナ	しらすがゆ、スープ（小松菜、人参） 鶏肉と野菜のみそ煮、バナナ
14	土	おかゆ、スープ（玉ねぎ、小松菜、豆腐） かれいと野菜のだし煮、みかん	鶏肉と野菜の煮込みうどん かぼちゃとブロッコリーのうま煮、みかん
16	月	おかゆ、スープ（ほうれん草、人参、豆腐） しらすと野菜のだし煮、バナナ	おかゆ、スープ（ほうれん草、人参、豆腐） 鶏肉と野菜のみそ煮、バナナ
17	火	納豆がゆ、みそ汁（玉ねぎ、人参、豆腐） かれいと野菜のだし煮、みかん	納豆がゆ、みそ汁（玉ねぎ、人参、豆腐） 鮭と野菜の煮付け、みかん
18	水	ごはん、トマトスープ（トマト、人参、じゃがいも、玉ねぎ） 豆腐と野菜のだし煮、りんご	ごはん、トマトスープ（トマト、人参、じゃがいも、玉ねぎ） 鶏肉の野菜あんかけ、りんご
19	木	おかゆ、スープ（キャベツ、人参、玉ねぎ） しらすと野菜のだし煮、みかん	食パン、スープ（キャベツ、人参、玉ねぎ） 鶏肉と野菜のみそ煮、みかん
20	金	ごはん、みそ汁（大根、小松菜、豆腐） かれいと野菜のだし煮、みかん	ごはん、みそ汁（大根、小松菜、豆腐） たらと野菜あんかけ、みかん
21	土	☆・🎵・★・🎵・🎵・🎵・🎵・発表会・🎵・🎵・🎵・🎵・🎵・🎵・🎵	
23	月	ごはん、スープ（玉ねぎ、人参、豆腐） しらすと野菜のだし煮、みかん	ごはん、スープ（玉ねぎ、人参、豆腐） 鶏肉と野菜のみそ煮、みかん
24	火	ごはん、みそ汁（さつまいも、小松菜、豆腐） かれいと野菜のだし煮、みかん	ごはん、みそ汁（さつまいも、小松菜、豆腐） かれいの野菜あんかけ、みかん
25	水	ごはん、スープ（玉ねぎ、人参、じゃがいも） 豆腐と野菜のだし煮、みかん	ごはん、スープ（玉ねぎ、人参、じゃがいも） 鶏肉の野菜のうま煮、みかん
26	木	ごはん、みそ汁（キャベツ、切干大根、豆腐） しらすと野菜のだし煮、バナナ	ごはん、みそ汁（キャベツ、切干大根、豆腐） たらと野菜の煮付け、バナナ
27	金	おかゆ、みそ汁（キャベツ、人参、豆腐） かれいと野菜のだし煮、りんご	鶏肉と野菜の煮込みうどん かぼちゃとブロッコリーのうま煮、りんご
28	土	おかゆ、スープ（人参、玉ねぎ、豆腐） かれいと野菜のだし煮、みかん	鶏肉と野菜の煮込みうどん さつまいもとブロッコリーのうま煮、みかん
30	月	さつまいもがゆ、スープ（白菜、人参、玉ねぎ） 豆腐と野菜のだし煮、バナナ	さつまいもがゆ、スープ（白菜、人参、玉ねぎ） 鶏肉と野菜のみそ煮、バナナ
31	火	おかゆ、みそ汁（ほうれん草、玉ねぎ、じゃがいも） しらすと野菜のだし煮、みかん	おかゆ、みそ汁（ほうれん草、玉ねぎ、じゃがいも） 鮭の野菜あんかけ、みかん

☆様々な事情により献立内容を変更する場合がありますので、ご了承ください。
☆離乳食を提供できる時間は 11:30（食べ終わりの時間）まで となります。

