



1月 離乳こんだて



マ・メール保育園

日	曜日	離乳後期（9～11ヶ月）		離乳中期（7～8ヶ月）
		おやつ	昼食	昼食
4	月	後期 白桃入りゼリー 中期 お粥	全粥～軟飯 白身魚の照り煮 ライスバスタソテー 玉ねぎのみそ汁	五分粥～全粥 白身魚と人参のつぶし煮 玉ねぎのみそ汁
5	火	後期 豆腐パンケーキ 中期 マッシュポテト	全粥～軟飯 豚もやし炒め 粉ふき芋 わかめと大根のおすまし	五分粥～全粥 豆腐と玉ねぎのくたくた煮 わかめと大根のおすまし
6	水	後期 豆乳きなこもち 中期 さつまいもマッシュ	全粥～軟飯 鶏のマーマレード焼き ひじき煮 高野豆腐と白菜のみそ汁	五分粥～全粥 ささみと白菜のとりみ煮 人参のとりみ煮
7	木	後期 七草粥 中期 お粥	全粥～軟飯 肉じゃが じゃことキャベツのおかか和え えのきとねぎのみそ汁	五分粥～全粥 しらすとキャベツのやわらか煮 玉ねぎと人参のつぶし煮
8	金	後期 マッシュポテト 中期 マッシュポテト	コーンクリームスバグティ オレンジ 青菜と豆腐のおすまし	五分粥～全粥 青菜と豆腐のおすまし 人参のだし煮
9	土		豆腐と野菜のとりみ丼（全粥～軟飯） 胡瓜のごまじょうゆ和え えのきとなすのみそ汁	五分粥～全粥 豆腐とほうれん草のとりみ煮 なすのみそ汁
12	火	後期 みたらし団子風 中期 マッシュポテト	全粥～軟飯 鮭のムニエル 切干大根とツナの和え物 もやしとわかめのみそ汁	五分粥～全粥 鮭のほぐし煮 胡瓜と人参のだし煮
13	水	後期 スイートポテト 中期 さつまいもマッシュ	全粥～軟飯 マーボー豆腐 チンゲン菜のナムル 春雨としめじのおすまし	五分粥～全粥 豆腐と人参のとりみ煮 チンゲン菜のくたくた煮
14	木	後期 じゃこ入りおかかおにぎり 中期 お粥	全粥～軟飯 鶏の照り焼き かぼちゃ煮 青菜と玉ねぎのみそ汁	五分粥～全粥 青菜としらすのくたくた煮 かぼちゃと玉ねぎのとりみ煮
15	金	後期 菜めしおにぎり 中期 すりおろしりんご	全粥～軟飯 野菜とそばろのトマト煮 りんご キャベツとわかめのおすまし	五分粥～全粥 ささ身と玉ねぎのトマト煮 キャベツとわかめのおすまし
16	土		鶏すき丼（全粥～軟飯） 高野豆腐のうま煮 じゃが芋とえのきのみそ汁	五分粥～全粥 白菜と豆腐のとりみ煮 じゃが芋と人参のやわらか煮

日	曜日	離乳後期（9～11ヶ月）		離乳中期（7～8ヶ月）
		おやつ	昼食	昼食
18	月	後期 パンケーキ 中期 マッシュポテト	全粥～軟飯 豚肉と野菜の炒め物 大豆の五目煮 大根とほうれん草のみそ汁	五分粥～全粥 大豆と人参のつぶし煮 大根とほうれん草のみそ汁
19	火	後期 五平もち 中期 お粥	全粥～軟飯 チキンケチャップ ブロッコリーソテー わかめと豆腐のおすまし	五分粥～全粥 わかめと豆腐のおすまし ブロッコリーとキャベツのくたくた煮
20	水	後期 焼き芋 中期 さつまいもマッシュ	全粥～軟飯 ブルコギ オレンジ 青菜とコーンのおすまし	五分粥～全粥 ささ身と人参のほぐし煮 青菜のくたくた煮
21	木	後期 菜めしおにぎり 中期 お粥	全粥～軟飯 白身魚のあけぼの焼き じゃが芋のそぼろ煮 なすとしめじのみそ汁	五分粥～全粥 白身魚と人参のつぶし煮 なすのとりみ煮
22	金	後期 ポテトもち 中期 マッシュポテト	全粥～軟飯 鶏肉のケチャップ煮 じゃこの和風サラダ もやしとチンゲン菜のみそ汁	五分粥～全粥 しらすとキャベツのやわらか煮 チンゲン菜のくたくた煮
23	土		ねぎ塩豚丼（全粥～軟飯） 人参のきんぴら かぶのみそ汁	五分粥～全粥 豆腐と玉ねぎのやわらか煮 かぶのみそ汁
25	月	後期 ぶどうゼリー 中期 さつまいもマッシュ	全粥～軟飯 白身魚の西京焼き ライスバスタサラダ えのきとほうれん草のみそ汁	五分粥～全粥 白身魚と人参のつぶし煮 ほうれん草のくたくた煮
26	火	後期 高野豆腐のきなこ和え 中期 きなこ粥	全粥～軟飯 チキンソテーねぎソース 春雨の中華和え わかめと玉ねぎのおすまし	五分粥～全粥 しらすと胡瓜のつぶし煮 わかめと玉ねぎのおすまし
27	水	後期 いちごジャム入りケーキ （豆乳ホイップなし） 中期 お粥	全粥～軟飯 ハンバーグ 青菜のソテー 大根と人参のみそ汁	五分粥～全粥 青菜と豆腐のくたくた煮 大根と人参のみそ汁
28	木	後期 ゆかりおにぎり 中期 りんご	みそうどん じゃが芋のやわらか煮 りんご	ささみ入りうどん じゃが芋のやわらか煮 りんご
29	金	後期 かぼちゃプリン （豆乳ホイップなし） 中期 かぼちゃマッシュ	全粥～軟飯 白身魚の塩こうじ焼き ブロッコリーのごま和え しめじとキャベツのみそ汁	五分粥～全粥 白身魚と胡瓜のだし煮 ブロッコリーのとりみ煮
30	土		全粥～軟飯 肉野菜炒め 白身魚の磯辺焼き	五分粥～全粥 白身魚のほぐし煮 人参のとりみ煮

※ 材料の都合により献立を変更する場合があります。