

2019年5月 離乳後期食予定献立表

どんぐりこども園

	献立名	材料名		
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
7 (火)	スパゲティーミートソース	スパゲティー	豚ひき肉	玉ねぎ、トマト缶
	キャベツの煮物			キャベツ、人参
	新たまねぎの豆乳スープ		豆乳、かつお・昆布だし	玉ねぎ、ほうれん草
8 (水) 20(月)	軟飯	米		
	豚肉のすき焼き風		豚もも肉、木綿豆腐	白菜
	おから入りじゃが芋の煮物	じゃが芋	おから	きゅうり
	人参のスープ		かつお・昆布だし	人参、小松菜
9 (木) 23(木)	軟飯	米		
	キャベツ入り肉団子		鶏ひき肉	玉ねぎ、キャベツ
	人参と大根の煮物			人参、大根
	じゃが芋とえのきのみそ汁	じゃが芋	みそ、かつお・昆布だし	えのき
10 (金) 22 (水)	ひき肉と納豆の混ぜごはん(軟飯)	米	鶏ひき肉、ひきわり納豆	玉ねぎ
	小松菜のおひたし			小松菜、人参
	野菜スープ	さつま芋	かつお・昆布だし	キャベツ
11 (土) 25 (土)	煮込みうどん	うどん	鶏ひき肉、かつお・昆布だし	人参、玉ねぎ
	キャベツの煮物			キャベツ、長ねぎ
13 (月) 27 (月)	軟飯	米		
	さわらの煮つけ		さわら	
	じゃが芋と人参の煮物	じゃが芋		人参、ピーマン
	新玉ねぎときのこのみそ汁		みそ、かつお・昆布だし	玉ねぎ、えのき
14 (火) 24 (金)	軟飯	米		
	照り焼きチキン風		鶏もも肉	
	ひじきとレタスの煮物		ひじき	大根、レタス
	長ねぎのスープ		かつお・昆布だし	長ねぎ、キャベツ
15 (水) 29 (水)	肉うどん	うどん	豚もも肉、昆布だし	白菜、長ねぎ
	人参と玉ねぎの煮物			人参、玉ねぎ
16 (木) 30 (木)	食パン	食パン		
	ささみのトマト煮		鶏ささみ、大豆水煮	トマト缶
	キャベツとピーマンの煮物			キャベツ、ピーマン、人参
	オニオンスープ	じゃが芋	かつお・昆布だし	玉ねぎ
17 (金) 28 (火)	鶏そぼろ混ぜごはん(軟飯)	米	鶏ひき肉	玉ねぎ、いんげん
	きゅうりのしらす和え		しらす干し	きゅうり、人参
	さつま芋のスープ	さつま芋	木綿豆腐、かつお・昆布だし	
18 (土)	野菜うどん	うどん	かつお・昆布だし	白菜、長ねぎ、人参
	豆腐ときゅうりの煮物		木綿豆腐	キャベツ、きゅうり
21 (火)	軟飯	米		
	白身魚の煮つけ		メルルーサ	
	かぼちゃとピーマンの煮物			かぼちゃ、きゅうり、ピーマン
	キャベツのスープ		かつお・昆布だし	キャベツ、玉ねぎ
31 (金)	ツナとほうれん草の混ぜごはん(軟飯)	米	ツナ缶	ほうれん草
	ひき肉とじゃが芋の煮物	じゃが芋	豚ひき肉	玉ねぎ
	レタスの煮物			レタス、きゅうり
	豆乳スープ		豆乳、昆布だし	あさつき、いんげん、キャベツ

※食材の仕入れにより、材料を変更する場合があります。

2019年5月 離乳中期食献立

どんぐりこども園

	献立名	材料名		
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
7 (火)	ひき肉入りうどんのトマト煮	うどん	豚ひき肉	玉ねぎ、トマト缶
	キャベツの煮物			キャベツ、人参
	新たまねぎの豆乳スープ		豆乳、かつお・昆布だし	玉ねぎ、ほうれん草
8 (水) 20(月)	おかゆ	米		
	豚肉のすき焼き風		豚ひき肉、木綿豆腐	白菜
	おから入りじゃが芋の煮物	じゃが芋	おから	きゅうり
	人参のスープ		かつお・昆布だし	人参、小松菜
9 (木) 23(木)	おかゆ	米		
	キャベツ入り肉団子		鶏ひき肉	玉ねぎ、キャベツ
	人参と大根の煮物			人参、大根
	じゃが芋のみそ汁	じゃが芋	みそ、かつお・昆布だし	
10 (金) 22 (水)	ひき肉と納豆の混ぜごはん (おかゆ)	米	鶏ひき肉、ひきわり納豆	玉ねぎ
	小松菜のおひたし			小松菜、人参
	野菜スープ	さつま芋	かつお・昆布だし	キャベツ
11 (土) 25 (土)	煮込みうどん	うどん	鶏ひき肉、かつお・昆布だし	人参、玉ねぎ
	キャベツの煮物			キャベツ、長ねぎ
13 (月) 27 (月)	おかゆ	米		
	さわらの煮つけ		さわら	
	じゃが芋と人参の煮物	じゃが芋		人参、ピーマン
	新玉ねぎのみそ汁		みそ、かつお・昆布だし	玉ねぎ
14 (火) 24 (金)	おかゆ	米		
	照り焼きチキン風		鶏もも肉	
	大根とレタスの煮物			大根、レタス
	長ねぎのスープ		かつお・昆布だし	長ねぎ、キャベツ
15 (水) 29 (水)	肉うどん	うどん	豚ひき肉、昆布だし	白菜、長ねぎ
	人参と玉ねぎの煮物			人参、玉ねぎ
16 (木) 30 (木)	パンがゆ	食パン	粉ミルク	
	ささみのトマト煮		鶏ささみ、大豆水煮	トマト缶
	キャベツとピーマンの煮物			キャベツ、ピーマン、人参
	オニオンスープ	じゃが芋	かつお・昆布だし	玉ねぎ
17 (金) 28 (火)	鶏そぼろ混ぜごはん (おかゆ)	米	鶏ひき肉	玉ねぎ、いんげん
	きゅうりのしらす和え		しらす干し	きゅうり、人参
	さつま芋のスープ	さつま芋	木綿豆腐、かつお・昆布だし	
18 (土)	野菜うどん	うどん	かつお・昆布だし	白菜、長ねぎ、人参
	豆腐ときゅうりの煮物		木綿豆腐	キャベツ、きゅうり
21 (火)	おかゆ	米		
	白身魚の煮つけ		メルルーサ	
	かぼちゃとピーマンの煮物			かぼちゃ、きゅうり、ピーマン
	キャベツのスープ		かつお・昆布だし	キャベツ、玉ねぎ
31 (金)	ツナとほうれん草の混ぜごはん (おかゆ)	米	ツナ缶	ほうれん草
	ひき肉とじゃが芋の煮物	じゃが芋	豚ひき肉	玉ねぎ
	レタスの煮物			レタス、きゅうり
	豆乳スープ		豆乳、昆布だし	あさつき、いんげん、キャベツ

※食材の仕入れにより、材料を変更する場合があります。