

2024年度 6がつ

こ ん だ て

末吉にこにこ保育園

| 日 (曜) | ごっくん期 (初期ごろ 5~6ヶ月ごろ) | | もぐもぐ期 (中期ごろ 7~8ヶ月ごろ) | | かみかみ期 (後期ごろ 9~11ヶ月ごろ) | |
|--------------------------------|---|-------------------------|--|------------------------------|--|--------------------------------------|
| | メニュー | 使用している食材 | メニュー | 使用している食材 | メニュー | 使用している食材 |
| 10 ・ 24 (月) | つぶしがゆ ・ 野菜スープ しらすと大根のつぶし煮 | 精白米・人参・玉葱 しらす・大根 | おかゆ しらすとほうれん草の煮物 大根の煮物 コーンスープ | 精白米・しらす・ほうれん草 大根・コーン缶 | おかゆ しらすとほうれん草の煮物 大根の煮物 コーンスープ | 精白米・しらす・ほうれん草 大根・コーン缶 |
| 11 ・ 25 (火) | つぶしがゆ ・ 野菜スープ 麩とブロッコリーのトロトロ煮 | 精白米・人参・玉葱 麩・ブロッコリー | パンがゆ 鮭と玉葱の煮物 ブロッコリーの煮物 もやしスープ | 食パン・粉ミルク・鮭・玉葱 ブロッコリー・もやし | 食パン 鮭と玉葱の煮物 ブロッコリーの煮物 もやしスープ | 食パン・鮭・玉葱 ブロッコリー・もやし |
| 12 ・ 26 (水) | つぶしがゆ ・ 野菜スープ かれいとさつま芋のマッシュ | 精白米・人参・玉葱 かれい・さつま芋 | おかゆ ささみと茄子のあんかけ さつま芋の煮物 いんげんスープ | 精白米・ささみ・茄子・さつま芋 いんげん | おかゆ 茄子のそぼろあんかけ さつま芋の煮物 いんげんスープ | 精白米・豚ひき肉(赤身)・茄子 さつま芋・いんげん |
| 13 ・ 27 (木) | つぶしがゆ ・ 野菜スープ すずきと人参のつぶし煮 | 精白米・人参・玉葱 すずき | うどん(チンゲン菜) 大豆とじゃが芋の煮物 人参の煮物 | うどん・チンゲン菜・大豆・じゃが芋 人参 | うどん(チンゲン菜) じゃが芋納豆お焼き 人参の煮物 | うどん・チンゲン菜・納豆・じゃが芋 人参・青海苔 |
| 14 ・ 28 (金) | つぶしがゆ ・ 野菜スープ 豆腐と小松菜のトロトロ煮 | 精白米・人参・玉葱 豆腐・小松菜 | きな粉がゆ すずきと小松菜のあんかけ きゅうりの煮物 トマトスープ | 精白米・きな粉・すずき・小松菜 きゅうり・トマト | きな粉がゆ すずきと小松菜のカレー風あんかけ きゅうりの煮物 トマトスープ | 精白米・きな粉・すずき・小松菜 きゅうり・トマト |
| 1 ・ 15 ・ 29 (土) | つぶしがゆ ・ 野菜スープ 麩とキャベツのトロトロ煮 | 精白米・人参・玉葱 麩・キャベツ | おかゆ 麩とキャベツの煮物 さつま芋の煮物 葱スープ | 精白米・麩・キャベツ・さつま芋 万能葱 | おかゆ 麩とキャベツの煮物 さつま芋の煮物 葱スープ | 精白米・麩・キャベツ・さつま芋 万能葱 |
| 3 ・ 17 (月) | つぶしがゆ ・ 野菜スープ しらすとブロッコリーのトロトロ煮 | 精白米・人参・玉葱 しらす・ブロッコリー | おかゆ しらすと南瓜の煮物 ブロッコリーの煮物 えのきスープ | 精白米・しらす・南瓜 ブロッコリー・えのき | おかゆ しらすと南瓜の煮物 ブロッコリーの煮物 えのきスープ | 精白米・しらす・南瓜 ブロッコリー・えのき |
| 4 ・ 18 (火) | つぶしがゆ ・ 野菜スープ 豆腐ときゅうりのくず煮 | 精白米・人参・玉葱 豆腐・きゅうり | おかゆ 鮭と大根の味噌煮 きゅうりの煮物 ほうれん草スープ | 精白米・鮭・大根・きゅうり ほうれん草 | おかゆ 鮭と大根の味噌煮 きゅうりの煮物 ほうれん草スープ | 精白米・鮭・大根・きゅうり ほうれん草 |
| 5 ・ 19 (水) | つぶしがゆ ・ 野菜スープ すずきとかぶのトロトロ煮 | 精白米・人参・玉葱 すずき・かぶ | パンがゆ ささみのトマト煮 かぶの煮物 チンゲン菜スープ | 食パン・粉ミルク・ささみ・トマト かぶ・チンゲン菜 | 食パン ささみのトマト煮 かぶの煮物 チンゲン菜スープ | 食パン・ささみ・トマト かぶ・チンゲン菜 |
| 6 ・ 20 (木) | つぶしがゆ ・ 野菜スープ かれいと南瓜のマッシュ | 精白米・人参・玉葱 かれい・南瓜 | ひじきがゆ かれいとキャベツの煮物 南瓜の煮物 葱スープ | 精白米・かれい・キャベツ 南瓜・万能葱・ひじき | ひじきがゆ かれいとキャベツの煮物 南瓜の煮物 葱スープ | 精白米・かれい・キャベツ 南瓜・万能葱・ひじき |
| 7 ・ 21 (金) | つぶしがゆ ・ 野菜スープ 豆腐とほうれん草のトロトロ煮 | 精白米・人参・玉葱 豆腐・ほうれん草 | スープスパゲティ(しめじ) 豆腐と人参のあんかけ ほうれん草の煮物 | スパゲティ・しめじ・豆腐・人参 ほうれん草 | スープスパゲティ(しめじ) さつま芋コロッケ ほうれん草の煮物 | スパゲティ・しめじ・ほうれん草 豚ひき肉(赤身)・さつま芋・パン粉 |
| 8 ・ 22 (土) | つぶしがゆ ・ 野菜スープ 麩と白菜のトロトロ煮 | 精白米・人参・玉葱 麩・白菜 | おかゆ ツナと白菜の煮物 じゃが芋の煮物 トマトスープ | 精白米・ツナ缶・白菜・じゃが芋 トマト | おかゆ ツナと白菜の煮物 じゃが芋の煮物 トマトスープ | 精白米・ツナ缶・白菜・じゃが芋 トマト |

* 後期食の後半は、主食のおかゆが軟飯になり、主菜のあんかけが無くなります。

* 材料の都合により、メニューに変更があることをご了承ください。 <献立作成者>久保田