

2024年度 9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 |
| 2 ・ 30 (月) | 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 | うどん(ほうれん草) 大豆と人参の煮物 じゃが芋の煮物 | うどん・ほうれん草・大豆・人参 じゃが芋 かつおだし・醤油・片栗粉 | うどん(ほうれん草) 人参のそぼろあんかけ じゃが芋の煮物 | うどん・ほうれん草・人参 じゃが芋・豚ひき肉(赤身) かつおだし・醤油・片栗粉 |
| 3 ・ 17 (火) | つぶしがゆ ・ 野菜スープ しらすと大根のトロトロ煮 | 精白米・人参・玉葱 しらす・大根 | おかゆ しらすとかぶの煮物 ブロッコリーの煮物 しめじスープ | 精白米・しらす・かぶ・ブロッコリー しめじ かつおだし・醤油・片栗粉 | おかゆ しらすとかぶの煮物 ブロッコリーの煮物 しめじスープ | 精白米・しらす・かぶ・ブロッコリー しめじ かつおだし・醤油・片栗粉 |
| 4 ・ 18 (水) | 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 | ひじきがゆ ささ身とキャベツのあんかけ 人参の煮物 葱スープ | 精白米・ひじき・ささ身・キャベツ 人参・万能葱 かつおだし・醤油・片栗粉 | ひじきがゆ ささ身とキャベツのあんかけ 人参の煮物 葱スープ | 精白米・ひじき・ささ身・キャベツ 人参・万能葱 かつおだし・醤油・片栗粉 |
| 5 ・ 19 (木) | つぶしがゆ ・ 野菜スープ かれいと茄子のトロトロ煮 | 精白米・人参・玉葱 かれい・茄子 | おかゆ かれいと玉葱の煮物 きゅうりの煮物 トマトスープ | 精白米・かれい・玉葱・きゅうり トマト かつおだし・醤油・片栗粉 | おかゆ かれいと玉葱のカレー風煮 きゅうりの煮物 トマトスープ | 精白米・かれい・玉葱・きゅうり トマト かつおだし・醤油・片栗粉・カレー粉 |
| 6 ・ 20 (金) | 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 | パンがゆ 豆腐とチンゲン菜の煮物 さつま芋の煮物 人参スープ | 食パン・粉ミルク・豆腐・チンゲン菜 さつま芋・人参 かつおだし・醤油・片栗粉 | 食パン 豆腐ハンバーグ さつま芋の煮物 人参スープ | 食パン・豆腐・豚ひき肉(赤身) さつま芋・人参 かつおだし・醤油・片栗粉・サラダ油 |
| 7 ・ 21 (土) | つぶしがゆ ・ 野菜スープ 麩とじゃが芋のマッシュ | 精白米・人参・玉葱 麩・じゃがいも | おかゆ ツナと茄子の煮物 かぶの煮物 玉葱スープ | 精白米・ツナ缶・茄子・かぶ・玉葱 かつおだし・醤油・片栗粉 | おかゆ ツナと茄子の煮物 かぶの煮物 玉葱スープ | 精白米・ツナ缶・茄子・かぶ・玉葱 かつおだし・醤油・片栗粉 |
| 9 (月) | つぶしがゆ ・ 野菜スープ かれいとほうれん草のトロトロ煮 | 精白米・人参・玉葱 かれい・ほうれん草 | きな粉がゆ 鮭とほうれん草の煮物 南瓜の煮物 大根スープ | 精白米・きな粉・鮭・ほうれん草 南瓜・大根 かつおだし・醤油・片栗粉 | きな粉がゆ 鮭とほうれん草の煮物 南瓜の煮物 大根スープ | 精白米・きな粉・鮭・ほうれん草 南瓜・大根 かつおだし・醤油・片栗粉 |
| 10 ・ 24 (火) | つぶしがゆ ・ 野菜スープ しらすとかぶのトロトロ煮 | 精白米・人参・玉葱 しらす・かぶ | おかゆ しらすと白菜の煮物 ブロッコリーの煮物 コーンスープ | 精白米・しらす・白菜・ブロッコリー コーン缶 かつおだし・醤油・片栗粉 | おかゆ コロケ ブロッコリーの煮物 コーンスープ | 精白米・じゃが芋・豚ひき肉(赤身) ブロッコリー・コーン缶 サラダ油 かつおだし・醤油・片栗粉・パン粉 |
| 11 ・ 25 (水) | つぶしがゆ ・ 野菜スープ 豆腐とブロッコリーのトロトロ煮 | 精白米・人参・玉葱 豆腐・ブロッコリー | スープスパゲティ(トマト) 豆腐と小松菜のあんかけ さつま芋の煮物 | スパゲティ・トマト・豆腐・小松菜 さつま芋 かつおだし・醤油・片栗粉 | スープスパゲティ(トマト) 豆腐と小松菜のあんかけ さつま芋の煮物 | スパゲティ・トマト・豆腐・小松菜 さつま芋 かつおだし・醤油・片栗粉 |
| 12 ・ 26 (木) | 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 ささ身とえのきの煮物 じゃが芋の煮物 キャベツスープ | 精白米・ささ身・えのき・じゃが芋 キャベツ かつおだし・醤油・片栗粉 | おかゆ ささ身とえのきの煮物 じゃが芋の煮物 キャベツスープ | 精白米・ささ身・えのき・じゃが芋 キャベツ かつおだし・醤油・片栗粉 |
| 13 ・ 27 (金) | 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 | パンがゆ かれいとチンゲン菜の味噌煮 人参の煮物 いんげんスープ | 食パン・粉ミルク・かれい・チンゲン菜 人参・いんげん かつおだし・醤油・片栗粉・味噌 | 食パン かれいとチンゲン菜の味噌煮 人参の煮物 いんげんスープ | 食パン・かれい・チンゲン菜 人参・いんげん かつおだし・醤油・片栗粉・味噌 |
| 14 ・ 28 (土) | つぶしがゆ ・ 野菜スープ 麩と人参のつぶし煮 | 精白米・人参・玉葱 麩 | おかゆ ツナとキャベツの煮物 大根の煮物 ほうれん草のスープ | 精白米・ツナ缶・キャベツ・大根 ほうれん草 かつおだし・醤油・片栗粉 | おかゆ ツナとキャベツの煮物 大根の煮物 ほうれん草のスープ | 精白米・ツナ缶・キャベツ・大根 ほうれん草 かつおだし・醤油・片栗粉 |

* 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> 鶴野