

中村学園大学付属 おひさま保育園

給食だより★1月号★

(離乳食 版)

月日	献立	初期	中期	後期	完了期
1月4日(水) 1月18日(水)	金芽米 ぶり大根 里芋のゆず味噌煮 かまぼこのすまし汁	つぶしがゆペースト 白身魚ペースト かぼちゃペースト 大根ペースト	7分がゆ 煮魚 大根の味噌煮 玉ねぎとろろスープ (玉ねぎ・人参)	全分がゆ 煮魚 大根と里芋の味噌煮 玉ねぎとろろスープ (玉ねぎ・人参)	金芽米 白身魚と大根の煮物 里芋の味噌煮 すまし汁
朝おやつ 3時おやつ	牛乳 パイ缶 スキムミルク カリカリいりこ かぼちゃ洋風栗きんとん	ペースト状	舌でつぶせる・豆腐状	歯ぐきでつぶす・バナナ状	歯ぐきで噛む・肉団子状
1月5日(木)	減塩パン 鶏肉のプロバンス風 かぼちゃサラダ コーンスープ	つぶしがゆペースト 豆腐ペースト かぼちゃペースト トマトペースト	7分がゆ ささみのトマト煮 かぼちゃの煮物 コーンスープ 玉ねぎと人参のスープ	全がゆ 鶏肉のトマト煮 かぼちゃの煮物 コーンスープ (コーン・玉ねぎ・人参)	金芽米 鶏肉のプロバンス風 かぼちゃサラダ コーンスープ
朝おやつ 3時おやつ	コンク 黄桃缶 スキムミルク カリカリいりこ きな粉蒸しパン	ペースト状	舌でつぶせる・豆腐状	歯ぐきでつぶす・バナナ状	歯ぐきで噛む・肉団子状
1月6日(金)	金芽米 麻婆豆腐 かにかまと春雨のごま酢和え 卵とハムのスープ みかん	つぶしがゆペースト 豆腐ペースト 人参ペースト 白菜ペースト	7分がゆ 豆腐のそぼろあんかけ (鶏ミンチ・豆腐・人参・玉ねぎ) ほうれん草のスープ (ほうれん草・人参・玉ねぎ) みかん	全がゆ 豆腐のそぼろあんかけ (鶏ミンチ・豆腐・人参・玉ねぎ) ほうれん草のスープ (ほうれん草・人参・玉ねぎ) みかん	金芽米 麻婆豆腐(レバーなし) 春雨の和え物 ハムのスープ(あさりなし) みかん
朝おやつ 3時おやつ	豆乳 バナナ 麦茶 カリカリいりこ 七草がゆ	ペースト状	舌でつぶせる・豆腐状	歯ぐきでつぶす・バナナ状	歯ぐきで噛む・肉団子状
1月7日(土) 1月21日(土)	きのこクリームパスタ 白菜のコンソメスープ りんご	おじや (ほうれん草・人参)	おじや (ささみ・玉ねぎ・人参・白菜・ほうれん草) りんご	おじや (ささみ・玉ねぎ・人参・白菜・ほうれん草) りんご	おじや (ささみ・玉ねぎ・人参・白菜・ほうれん草) りんご
朝おやつ 3時おやつ	コンク ポーロ 牛乳 カスタードパン	ペースト状	舌でつぶせる・豆腐状	歯ぐきでつぶす・バナナ状	歯ぐきで噛む・肉団子状
1月10日(火) 1月24日(火)	豚丼 小松菜としらすの和え物 豆腐の味噌汁	つぶしがゆペースト 豆腐ペースト じゃがいもペースト 人参ペースト	7分がゆ 鶏ミンチと野菜の煮物 (鶏ミンチ・玉ねぎ・じゃがいも) 豆腐の味噌汁 (豆腐・玉ねぎ・人参)	全がゆ 豚ミンチと野菜の煮物 (鶏ミンチ・玉ねぎ・じゃがいも) 小松菜ともやし和え物 豆腐の味噌汁(豆腐・玉ねぎ・人参)	豚丼 小松菜としらすの和え物 豆腐の味噌汁
朝おやつ 3時おやつ	コンク パイ缶 スキムミルク カリカリいりこ ブルーベリージャムサンド	ペースト状	舌でつぶせる・豆腐状	歯ぐきでつぶす・バナナ状	歯ぐきで噛む・肉団子状
1月11日(水)	焼き豚チャーハン 油淋鶏 カリフラワーとブロッコリーのサラダ 卵と春雨のスープ 青りんごゼリー	つぶしがゆペースト 豆腐ペースト 人参ペースト ブロッコリーペースト	7分がゆ ささみとブロッコリーのやわらか煮 カリフラワーのスープ (カリフラワー・玉ねぎ・人参)	全がゆ 鶏肉とブロッコリーの煮物 カリフラワーのスープ (カリフラワー・玉ねぎ・人参)	チャーハン 油淋鶏 カリフラワーとブロッコリーのサラダ 春雨のスープ 青りんごゼリー
朝おやつ 3時おやつ	牛乳 ウエハース オレンジジュース 誕生ケーキ	ペースト状	舌でつぶせる・豆腐状	歯ぐきでつぶす・バナナ状	歯ぐきで噛む・肉団子状
1月12日(木) 1月26日(木)	減塩パン 人参みそつくね かにかまとほうれん草のサラダ 具だくさんトマトスープ りんご	つぶしがゆペースト 豆腐ペースト ほうれん草ペースト キャベツペースト	7分がゆ 鶏ミンチと野菜の煮物 (鶏ミンチ・人参・玉ねぎ・ほうれん草) トマトスープ(トマト・玉ねぎ・人参・キャベツ) りんご	全がゆ 肉団子と野菜の煮物 (豚ミンチ・人参・玉ねぎ・ほうれん草) トマトスープ(トマト・玉ねぎ・人参・キャベツ) りんご	金芽米 人参みそつくね(レバーなし) ほうれん草のサラダ 具だくさんトマトスープ(あさりなし) りんご
朝おやつ 3時おやつ	コンク 黄桃缶 麦茶 カリカリいりこ じゃこ飯おにぎり・チーズ	ペースト状	舌でつぶせる・豆腐状	歯ぐきでつぶす・バナナ状	歯ぐきで噛む・肉団子状

		初期	中期	後期	完了期
1月13日(金)	金芽米 大豆の七日煮 キャベツのおかか和え もずくの味噌汁 みかん	つぶしがゆペースト 豆腐ペースト じゃがいもペースト 人参ペースト	7分がゆ ささみとじゃがいもの煮物 キャベツのスープ (キャベツ・玉ねぎ・人参) みかん	全がゆ 大豆と野菜の煮物 (大豆・鶏肉・人参・じゃがいも・いんげん) キャベツの和え物 もずくの味噌汁 (もずく・玉ねぎ・人参) みかん	金芽米 大豆の七日煮(ごぼうなし) キャベツのおかか和え もずくの味噌汁 みかん
1月27日(金)					
朝おやつ	豆乳 バナナ			歯ぐきでつぶす・バナナ状	歯ぐきで噛む・肉団子状
3時おやつ	スキムミルク カリカリいりこ 大学芋		舌でつぶせる・豆腐状	豆乳 バナナ 麦茶 さつまいもの甘煮	豆乳 バナナ 麦茶 さつまいもの甘煮
1月14日(土)	野菜たっぷりちゃんぽん 白菜ときゅうりの中華和え バナナ	おじや (人参・キャベツ)	おじや (ささみ・人参・玉ねぎ・キャベツ・白菜) バナナ	おじや (ささみ・人参・玉ねぎ・キャベツ・白菜) バナナ	おじや (ささみ・人参・玉ねぎ・キャベツ・白菜) バナナ
1月28日(土)				わかめスープ(わかめ・玉ねぎ)	
朝おやつ	コンク ボーロ			歯ぐきでつぶす・バナナ状	歯ぐきで噛む・肉団子状
3時おやつ	牛乳 メロンパン		舌でつぶせる・豆腐状	麦茶 ボーロ 麦茶 りす用お菓子	麦茶 ボーロ 麦茶 りす用お菓子
1月16日(月)	金芽米 ポークソテー カリフラワーのレモン酢和え ウイナーと野菜のポトフ	つぶしがゆペースト 豆腐ペースト キャベツペースト 大根ペースト	7分がゆ ささみとカリフラワーの煮物 野菜スープ (大根・キャベツ・人参・じゃがいも・玉ねぎ)	全がゆ 豚ミンチとカリフラワーの煮物 野菜スープ (大根・キャベツ・人参・じゃがいも・玉ねぎ)	金芽米 ポークソテー カリフラワーのレモン酢和え ウイナーと野菜のポトフ
1月30日(月)					
朝おやつ	牛乳 みかん			歯ぐきでつぶす・バナナ状	歯ぐきで噛む・肉団子状
3時おやつ	スキムミルク カリカリいりこ チーズトースト		舌でつぶせる・豆腐状	麦茶 みかん 麦茶 蒸しパン	麦茶 みかん 麦茶 チーズ蒸しパン
1月17日(火)	金芽米 豆腐とツナの揚げ団子 もやしと桜えびの中華和え きのこと春菊のスープ	つぶしがゆペースト 豆腐ペースト さつまいもペースト 人参ペースト	7分がゆ 鶏ミンチと豆腐の煮物 さつまいもの甘煮 玉ねぎと人参のスープ	全がゆ 鶏ミンチと豆腐の煮物 さつまいもの甘煮 玉ねぎと人参ともやしのスープ	金芽米 豆腐とツナの団子(たまごなし) もやしの中華和え きのこと春菊のスープ
1月31日(火)					
朝おやつ	コンク 黄桃缶			歯ぐきでつぶす・バナナ状	歯ぐきで噛む・肉団子状
3時おやつ	スキムミルク カリカリいりこ おふのラスク みかん		舌でつぶせる・豆腐状	麦茶 黄桃缶 麦茶 蒸しパン みかん	麦茶 黄桃缶 麦茶 蒸しパン みかん
1月19日(木)	減塩パン 鶏肉のプロバンス風 かぼちゃサラダ コーンスープ	つぶしがゆペースト 豆腐ペースト かぼちゃペースト トマトペースト	7分がゆ ささみのトマト煮 かぼちゃの煮物 玉ねぎと人参のスープ	全がゆ 鶏肉のトマト煮 かぼちゃの煮物 コーンスープ(コーン・玉ねぎ・人参)	金芽米 鶏肉のプロバンス風 かぼちゃサラダ コーンスープ
1月20日(金)					
朝おやつ	コンク バナナ			歯ぐきでつぶす・バナナ状	歯ぐきで噛む・肉団子状
3時おやつ	麦茶 カリカリいりこ 鮭おにぎり		舌でつぶせる・豆腐状	麦茶 バナナ 麦茶 おじや	麦茶 バナナ 麦茶 鮭おにぎり
1月20日(金)	金芽米 スペイン風オムレツ ほうれん草とコーンのソテー オニオンキャベツスープ	つぶしがゆペースト 豆腐ペースト ほうれん草ペースト じゃがいもペースト	7分がゆ じゃがいものそぼろ煮 (鶏ミンチ・じゃがいも・人参) ほうれん草のくたくた煮 オニオンキャベツスープ(玉ねぎ・キャベツ)	全がゆ じゃがいものそぼろ煮 (鶏ミンチ・じゃがいも・人参・ピーマン) ほうれん草とコーンの和え物 オニオンキャベツスープ(玉ねぎ・キャベツ)	金芽米 スペイン風オムレツ(卵なし) ほうれん草とコーンのソテー オニオンキャベツスープ
1月23日(月)					
朝おやつ	豆乳 みかん			歯ぐきでつぶす・バナナ状	歯ぐきで噛む・肉団子状
3時おやつ	スキムミルク カリカリいりこ きな粉クッキー		舌でつぶせる・豆腐状	豆乳 みかん 麦茶 きな粉クッキー	豆乳 みかん 麦茶 きな粉クッキー
1月23日(月)	金芽米 鮭のパン粉焼き ブロッコリーとベーコンのソテー 冬野菜のあったかスープ	つぶしがゆペースト 白身魚ペースト ブロッコリーペースト 大根ペースト	7分がゆ 煮魚 ブロッコリーのやわらか煮 冬野菜のスープ (白菜・人参・大根・玉ねぎ)	全がゆ 煮魚 ブロッコリーのやわらか煮 冬野菜のスープ (白菜・人参・大根・玉ねぎ)	金芽米 鮭のパン粉焼き ブロッコリーとベーコンのソテー 冬野菜のあったかスープ
1月25日(水)					
朝おやつ	牛乳 バナナ			歯ぐきでつぶす・バナナ状	歯ぐきで噛む・肉団子状
3時おやつ	スキムミルク カリカリいりこ ほうれん草ケーキ		舌でつぶせる・豆腐状	麦茶 バナナ 麦茶 ほうれん草ケーキ	麦茶 バナナ 麦茶 ほうれん草ケーキ
1月25日(水)	金芽米 卵とほうれん草の炒め物 切り干し大根の味噌マヨネーズ和え ワントンスープ	つぶしがゆペースト 豆腐ペースト ほうれん草ペースト 人参ペースト	7分がゆ ささみとほうれん草の煮物 きゅうりと人参の和え物 野菜スープ(玉ねぎ・人参)	全がゆ ささみとほうれん草の煮物 きゅうりと人参の和え物 野菜スープ(玉ねぎ・人参)	金芽米 ほうれん草の炒め物 切り干し大根の味噌マヨネーズ和え 野菜スープ
1月25日(水)					
朝おやつ	豆乳 みかん			歯ぐきでつぶす・バナナ状	歯ぐきで噛む・肉団子状
3時おやつ	麦茶 カリカリいりこ カレー肉まんじゅう		舌でつぶせる・豆腐状	豆乳 みかん 麦茶 肉まんじゅう	豆乳 みかん 麦茶 肉まんじゅう