



# 2020年2月 離乳食(中期)予定献立表



瑞江わんぱく保育園

日	曜日	午前	材料	午後	材料
1	土	七倍粥 スープ 白身魚の照り煮 大根の煮物	米 鮭 かかれい・キャベツ・玉葱・片栗粉 大根・人参	七倍粥 スープ ささみの煮物 キャベツのやわらか煮	米 人参 鶏ささみ・大根・玉葱・片栗粉 キャベツ
2	日	七倍粥 スープ ささみのくず煮 二色煮	米 鮭 鶏ささみ・ほうれん草・玉葱・片栗粉 胡瓜・人参	七倍粥 スープ 白身魚と野菜の煮物 ほうれん草の煮浸し	米 玉葱 たら・人参・胡瓜・片栗粉 ほうれん草・片栗粉
3	月	七倍粥 スープ ツナの照り煮 ブロッコリーのやわらか煮	米 鮭 ツナ・白菜・玉葱・片栗粉 ブロッコリー・人参	七倍粥 スープ ささみのくず煮 白菜の煮浸し	米 玉葱 鶏ささみ・人参・ブロッコリー・片栗粉 白菜・片栗粉
4	火	七倍粥 スープ ささみの煮物 胡瓜のやわらか煮	米 鮭 鶏ささみ・キャベツ・玉葱・片栗粉 胡瓜・人参	七倍粥 スープ しらすのくず煮 キャベツのやわらか煮	米 玉葱 しらす・胡瓜・人参・片栗粉 キャベツ・片栗粉
5	水	七倍粥 スープ 白身魚と野菜の煮物 二色煮	米 玉葱 たら・キャベツ・人参・片栗粉 胡瓜・大根	煮込みうどん 人参の煮物 じゃが芋のやわらか煮	うどん・鶏ささみ・大根・玉葱 人参・玉葱・片栗粉 じゃが芋
6	木	七倍粥 スープ さけの煮物 ブロッコリーのやわらか煮	米 鮭 さけ・じゃが芋・玉葱・片栗粉 人参・ブロッコリー	七倍粥 スープ 豆腐と野菜の煮物 じゃが芋の煮物	米 人参 豆腐・ブロッコリー・玉葱・片栗粉 じゃが芋
7	金	七倍粥 スープ 豆腐と野菜の煮物 大根の煮物	米 胡瓜 豆腐・ほうれん草・玉葱・片栗粉 胡瓜・大根	七倍粥 スープ 白身魚のあんかけ 胡瓜のやわらか煮	米 ほうれん草 かかれい・玉葱・人参・片栗粉 胡瓜
8	土	七倍粥 スープ ささみの照り煮 胡瓜のやわらか煮	米 鮭 鶏ささみ・キャベツ・ブロッコリー・片栗粉 胡瓜・人参	七倍粥 スープ 豆腐の味噌煮 さつま芋の煮物	米 玉葱 豆腐・人参・小松菜・片栗粉 さつま芋
9	日	七倍粥 スープ 豆腐のくず煮 大根の煮物	米 キャベツ 豆腐・人参・玉葱・片栗粉 人参・大根	七倍粥 スープ 白身魚と野菜の煮物 キャベツのやわらか煮	米 鮭 たら・大根・人参・片栗粉 キャベツ・玉葱・片栗粉
10	月	七倍粥 スープ 白身魚の煮物 二色煮	米 人参 たら・いんげん・玉葱・片栗粉 胡瓜・人参	七倍粥 スープ 豆腐のあんかけ じゃが芋のやわらか煮	米 鮭 豆腐・玉葱・人参・片栗粉 じゃが芋
11	火	七倍粥 スープ 豆腐のくず煮 人参のやわらか煮	米 鮭 豆腐・玉葱・小松菜・片栗粉 ブロッコリー・人参	七倍粥 スープ ささみの照り煮 小松菜の煮浸し	米 玉葱 鶏ささみ・人参・ブロッコリー・片栗粉 小松菜
12	水	七倍粥 スープ 白身魚と野菜の味噌煮 ブロッコリーのやわらか煮	米 鮭 たら・ほうれん草・玉葱・片栗粉 ブロッコリー・大根	煮込みうどん ほうれん草のやわらか煮 人参の煮物	うどん・大根・鶏ささみ・玉葱 ほうれん草・玉葱・片栗粉 人参・片栗粉
13	木	七倍粥 スープ 白身魚の照り煮 二色煮	米 鮭 さつま芋 かかれい・キャベツ・玉葱・片栗粉 胡瓜・人参	七倍粥 スープ 豆腐と野菜の煮物 さつま芋のやわらか煮	米 キャベツ 豆腐・玉葱・人参・片栗粉 さつま芋
14	金	七倍粥 スープ 豆腐のくず煮 ブロッコリーのやわらか煮	米 かぶ 豆腐・キャベツ・玉葱・片栗粉 ブロッコリー・人参	七倍粥 スープ 白身魚の煮物 じゃが芋の煮物	米 キャベツ たら・玉葱・人参・片栗粉 じゃが芋
15	土	七倍粥 スープ 白身魚の照り煮 大根の煮物	米 白菜 かかれい・胡瓜・玉葱・片栗粉 大根・人参	煮込みうどん 白菜の煮浸し 胡瓜のやわらか煮	うどん・しらす・人参・玉葱 白菜・胡瓜・片栗粉 胡瓜

\*材料の入荷状況や、配達、天候等の都合により、献立を変更させて頂く場合がございます。  
\*だし汁には、かつお節・昆布・煮干しを使用しています。  
\*調味料として、醤油・三温糖・塩・味噌・サラダ油を使用しています。

日	曜日	午前	材料	午後	材料
16	日	七倍粥 スープ さけのくず煮 二色煮	米 小松菜 さけ・玉葱・胡瓜・片栗粉 大根・胡瓜	七倍粥 スープ ささみと野菜の煮物 胡瓜の煮物	米 鮭 鶏ささみ・人参・小松菜・片栗粉 胡瓜
17	月	七倍粥 スープ たらの味噌煮 人参の煮物	米 鮭 たら・玉葱・キャベツ・片栗粉 ブロッコリー・人参	七倍粥 スープ ささみの煮物 キャベツの煮浸し	米 人参 鶏ささみ・ブロッコリー・玉葱・片栗粉 キャベツ・片栗粉
18	火	七倍粥 スープ ささみの照り煮 ブロッコリーのやわらか煮	米 玉葱 鶏ささみ・胡瓜・人参・片栗粉 ブロッコリー・人参	七倍粥 スープ しらすのくず煮 胡瓜のやわらか煮	米 鮭 しらす・ブロッコリー・人参・片栗粉 胡瓜
19	水	七倍粥 スープ 白身魚のくず煮 大根の煮物	米 玉葱 たら・白菜・人参・片栗粉 大根・ブロッコリー	味噌煮込みうどん 白菜の煮浸し 人参のやわらか煮	うどん・鶏ささみ・玉葱・大根 白菜・片栗粉 人参・片栗粉
20	木	七倍粥 スープ 白身魚と野菜の煮物 二色煮	米 鮭 かかれい・小松菜・玉葱・片栗粉 胡瓜・人参	七倍粥 スープ 豆腐の煮物 青菜のやわらか煮	米 胡瓜 豆腐・人参・玉葱・片栗粉 小松菜・片栗粉
21	金	七倍粥 スープ 豆腐と野菜の煮物 大根のやわらか煮	米 鮭 豆腐・玉葱・キャベツ・片栗粉 大根・人参	七倍粥 スープ 白身魚のあんかけ 小松菜の煮浸し	米 玉葱 たら・大根・人参・片栗粉 小松菜・片栗粉
22	土	七倍粥 スープ ささみの照り煮 二色煮	米 白菜 鶏ささみ・小松菜・玉葱・片栗粉 大根・胡瓜	煮込みうどん 小松菜の煮浸し 白菜のやわらか煮	うどん・ツナ・大根・人参 小松菜・片栗粉 白菜・玉葱・片栗粉
23	日	七倍粥 スープ 豆腐のくず煮 胡瓜のやわらか煮	米 じゃが芋 豆腐・玉葱・キャベツ・片栗粉 胡瓜・人参	七倍粥 スープ 白身魚と野菜の煮物 じゃが芋のやわらか煮	米 鮭 かかれい・キャベツ・人参・片栗粉 じゃが芋
24	月	七倍粥 スープ 白身魚の煮物 ブロッコリーの煮浸し	米 ほうれん草 たら・玉葱・白菜・片栗粉 ブロッコリー・人参	七倍粥 スープ 豆腐のあんかけ 白菜のやわらか煮	米 鮭 豆腐・ほうれん草・玉葱・片栗粉 白菜・人参・片栗粉
25	火	七倍粥 スープ 豆腐のくず煮 カリフラワーのやわらか煮	米 人参 豆腐・人参・玉葱・片栗粉 カリフラワー・胡瓜	七倍粥 スープ ささみの照り煮 キャベツの煮浸し	米 鮭 鶏ささみ・カリフラワー・人参・片栗粉 キャベツ・片栗粉
26	水	七倍粥 スープ ささみと野菜の煮物 大根の煮物	米 キャベツ 鶏ささみ・人参・玉葱・片栗粉 大根・胡瓜	煮込みうどん 人参のやわらか煮 キャベツの煮浸し	うどん・ツナ・胡瓜・大根 人参・片栗粉 キャベツ・片栗粉
27	木	七倍粥 スープ さけの煮物 ブロッコリーのやわらか煮	米 キャベツ さけ・玉葱・小松菜・片栗粉 ブロッコリー・人参	七倍粥 スープ ささみの煮物 さつま芋のやわらか煮	米 玉葱 鶏ささみ・小松菜・人参・片栗粉 さつま芋
28	金	七倍粥 スープ 豆腐のくず煮 二色煮	米 鮭 鶏ささみ・ほうれん草・玉葱・片栗粉 大根・胡瓜	七倍粥 スープ 豆腐と野菜の煮物 小松菜のやわらか煮	米 ほうれん草 豆腐・玉葱・人参・片栗粉 小松菜・片栗粉
29	土	七倍粥 スープ 白身魚の照り煮 人参のやわらか煮	米 鮭 たら・かぶ・玉葱・片栗粉 大根・人参	味噌煮込みうどん かぶのやわらか煮 じゃが芋の煮物	うどん・鶏ささみ・人参・玉葱 かぶ・玉葱・片栗粉 じゃが芋

