



2022年2月 離乳食(完了期)予定献立表



日	曜日	種別	昼食	材料	おやつ	材料
1	水	牛乳	野菜たっぷり味噌うどん ブロッコリーとコーンのサラダ フルーツ	うどん、豚肉、もやし、玉葱、人参、干し椎茸、長葱、にら、ごま油 ブロッコリー、人参、コーン フルーツ	納豆炒飯(軟飯)	米、納豆、人参 万能葱
2	木	牛乳	軟飯 納豆汁 たらの竜田揚げ たけのこのそぼろ炒め ヨーグルト	米 納豆、里芋、しめじ たら、生姜、片栗粉、小麦粉 豚挽肉、筍、人参、万能葱 ヨーグルト	お昼のフレンチトースト	麩、卵、牛乳 バター
3	金	牛乳	★節分★ 軟飯・コンソメスープ 野菜のそぼろ炒め もやしとコーンのサラダ フルーツポンチ	米・白菜、玉葱 豚挽肉、大豆、玉葱、人参、ピーマン ツナ、もやし、胡瓜、コーン、ごま油 黄桃缶、みかん缶、バナナ、レモン汁	恵方ロールサンド	食パン、いちごジャム
4	土	牛乳	子ぎつねうどん かぶのそぼろあん フルーツ	うどん、油揚げ、人参、ほうれん草 かぶ、鶏挽肉、片栗粉、グリーンピース フルーツ	わかめ軟飯	米、わかめごはんの素
6	月	牛乳	炊き込みごはん(軟飯) 味噌汁 レバーのかりん揚げ ほうれん草の胡麻和え ヨーグルト	米、ごぼう、人参 もやし、にら 鶏レバー、生姜、片栗粉、ケチャップ、ソース ほうれん草、人参、胡麻 ヨーグルト	ホットケーキ	ホットケーキミックス 牛乳、スキムミルク バター、いちごジャム
7	火	牛乳	バターロール トマトスープ マカロニグラタン ごぼうのフレンチサラダ フルーツ	バターロール 茄子、玉葱、人参、しめじ、トマト缶、ドライパセリ マカロニ、バター、鶏肉、玉葱、ミックスベジタブル、マッシュルーム、小麦粉、牛乳、スキムミルク、チーズ、ドライパセリ ベーコン、ごぼう、きゅうり、人参 フルーツ	焼き軟飯	米、かつお節
8	水	牛乳	和風スパゲティ コンソメスープ かぼちゃサラダ フルーツポンチ	スパゲティ、ツナ、玉葱、人参、しめじ、バター、ドライパセリ 大根、水菜 南瓜、胡瓜、玉葱、マヨドレ 黄桃缶、みかん缶、バナナ、レモン汁	いなり寿司(軟飯)	米、油揚げ
9	木	牛乳	軟飯 味噌汁 かれのいソテー ひじきのサラダ フルーツ	米 豆腐、絹さや かれのい、小麦粉 ひじき、胡瓜、玉葱、人参、ごま油 フルーツ	マカロニきなこ	マカロニ、きなこ
10	金	牛乳	五目うどん じゃが芋とウィンナーのソテー フルーツヨーグルト	うどん、鶏肉、白菜、大根、人参、干し椎茸 ウィンナー、じゃが芋、玉葱、スナップエンドウ ヨーグルト、みかん缶	しらす軟飯	米、しらす、胡麻 万能葱
13	月	牛乳	軟飯 興沢山汁 さわらの西京焼き かぼちゃの煮物 フルーツ	米 豆腐、人参、玉葱、長葱、万能葱 さわら 南瓜、人参 フルーツ	手作りプリン	牛乳、バニラエッセンス 卵
14	火	牛乳	軟飯 コンソメスープ ハンバーグ マカロニサラダ フルーツポンチ	米 キャベツ、しめじ 豚挽肉、豆腐、玉葱、パン粉、片栗粉、ケチャップ、ソース マカロニ、胡瓜、人参、マヨドレ 黄桃缶、みかん缶、バナナ、レモン汁	ココア蒸しパン	小麦粉、ベーキングパウダー スキムミルク、ココア

*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。

*午前おやつは牛乳をご提供致します。

*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・上白糖・塩・味噌・サラダ油・ゴマ油・酢・コンソメ・中華だしを使用しています。

*今月のフルーツはバナナ・りんご・オレンジ・みかんを使用する予定です。

*今月のカミカミメニューは 7日 ごぼうのフレンチサラダ です。

タムスわんぱく保育園瑞江

日	曜日	種別	昼食	材料	おやつ	材料
15	水	牛乳	スパゲティミートソース コンソメスープ ブロッコリーサラダ フルーツ	スパゲティ、豚挽肉、玉葱、にんにく、小麦粉、トマトピューレ、ケチャップ 白菜、コーン ブロッコリー、人参 フルーツ	おかかチーズ軟飯	米、かつお節、チーズ
16	木	牛乳	軟飯 味噌汁 鶏肉の唐揚げ 千切り野菜サラダ フルーツ	米 じゃが芋、玉葱 鶏肉、生姜、にんにく、小麦粉、片栗粉 もやし、胡瓜、人参、ごま油 フルーツ	お好み焼き	小麦粉、長芋、キャベツ 人参、ソース、ケチャップ かつお節、青のり
17	金	牛乳	軟飯 コンソメスープ ポトフ 大根サラダ フルーツヨーグルト	米 小松菜、えのき ポトフ ツナ、大根、コーン、ごま油、胡麻 ヨーグルト、みかん缶	プレーンクッキー	小麦粉、バター
18	土	牛乳	肉うどん がんもどき フルーツ	うどん、豚肉、人参、玉葱、干し椎茸、わかめ、小松菜 がんも、南瓜、いんげん フルーツ	さつま芋軟飯	米、さつま芋、胡麻
20	月	牛乳	ビビンバ風丼(軟飯) 春雨スープ かぶの中華和え ヨーグルト	米、豚挽肉、もやし、人参、ほうれん草、ごま油 春雨、わかめ かぶの中華和え ヨーグルト	マフィン	ホットケーキミックス バター、卵、スキムミルク 牛乳、いちごジャム
21	火	牛乳	バターロール コンソメスープ 豚肉のデミグラスかけ 温野菜 フルーツ	バターロール 白菜、水菜 豚肉、小麦粉、玉葱、マッシュルーム、デミグラスソース ブロッコリー、さつま芋、人参、マヨドレ、ケチャップ フルーツ	きつね軟飯	米、油揚げ
22	水	牛乳	けんちんうどん 鶏肉の照焼き キャベツの胡麻和え フルーツヨーグルト	うどん、豆腐、大根、人参、しめじ、小松菜 鶏肉 キャベツ、人参、胡麻 ヨーグルト、みかん缶	ジョア	ジョア
24	金	牛乳	★お誕生日メニュー★ ピラフ(軟飯) かぼちゃポターージュ チキンカツ コールスローサラダ・フルーツ	米、ツナ、人参、玉葱、バター、グリーンピース 玉葱、牛乳、南瓜、コーンスターチ、ドライパセリ 鶏肉、小麦粉、パン粉、ソース キャベツ、人参、コーン・フルーツ	ベイクドチーズケーキ	クリームチーズ 生クリーム、小麦粉 レモン汁
25	土	牛乳	麻婆豆腐丼(軟飯) わかめスープ ナムル フルーツ	米、豆腐、にんにく、生姜、豚挽肉、長葱、ケチャップ、片栗粉、ごま油 わかめ、玉葱 もやし、小松菜、人参、ごま油、胡麻 フルーツ	青のりポテト	じゃが芋、青のり
27	月	牛乳	菜めし(軟飯) 味噌汁 レバーの竜田揚げ 茄子とピーマンの炒め煮 ヨーグルト	米、菜めしの素 白菜、えのき 鶏レバー、生姜、片栗粉、小麦粉 茄子とピーマンの炒め煮 ヨーグルト	レーズン蒸しパン	小麦粉、スキムミルク ベーキングパウダー レーズン
28	火	牛乳	軟飯 味噌汁 たらのマヨドレ焼き ひじきの煮物 フルーツ	米 青梗菜、麩 たら、小麦粉、マヨドレ、玉葱、ドライパセリ 大豆、ひじき、人参、干し椎茸、絹さや フルーツ	ぶどうゼリー	暮天、ぶどうジュース 白桃缶

