2024年度　1月離乳食献立

門司保育所(みどり園)

	幼児食					
	昼食	午後おやつ ＊は手作り	午前	昼食		午後おやつ
				5,6ヵ月～	7ヵ月～	7ヵ月～
4 土	チキンカレー フルーツ和え	牛乳 せんべい	ミルク	5分がゆ(米10) 人参マッシュ(大根) ポテトサラダ	全がゆ(米20) 肉団子スープ(豆腐・野菜) ポテトサラダ(人参)	ミルクがゆ(米20・ミルク・野菜) 野菜スープ
6 月	かやくうどん バナナ	牛乳 クッキー	ミルク	煮込みうどん(麺・野菜・麩・だし) バナナ	煮込みうどん(麺・ミンチ・野菜) バナナ	おにぎり(米20・野菜) 野菜スープ
7 火	ちくわのいそべ揚げ みかん	牛乳 メロンパン	ミルク	5分がゆ(米10) ポテトマッシュ(青のり) みかん	野菜がゆ(米20) ポテトのそぼろ煮(野菜) みかん	パンがゆ(ミルク・野菜) 野菜スープ
8 水	いり卵豆腐 青梗菜と油揚げのみそ汁	牛乳 丸ボーロ	ミルク	5分がゆ(米10) キャベツのトロトロ煮 野菜スープ	全がゆ(米20) 豆腐のそぼろあんかけ(野菜・片栗) みそ汁(野菜)	卵がゆ(米20・野菜) 野菜サラダ
9 木	白身魚と野菜のケチャップ和え しいたけのすまし汁	牛乳 サブレ	ミルク	5分がゆ(米10) 白身魚のすり流し(だし) 野菜サラダ	全がゆ(米20) 魚のケチャップあえ(野菜) すまし汁(野菜)	野菜がゆ(米20・野菜) 野菜スープ
10 金	肉団子スープ 卯の花の炒り煮	固形ヨーグルト ＊ぜんざい	ミルク	5分がゆ(米10) さつまいもマッシュ だいこんスープ	全がゆ(米20) 肉団子スープ(豆腐・野菜) 大根の煮物(野菜)	焼いも ヨーグルト
11 土	イタリアンスパゲッティ コーンとキャベツの豆乳スープ	牛乳 クッキー	ミルク	煮込みうどん(麺・野菜・麩・だし) キャベツサラダ	スープスパゲッティ (パスタ・ミンチ・野菜) キャベツサラダ(人参)	おにぎり(米20・野菜) 野菜スープ
14 火	さつま汁 ひじきサラダ	牛乳 ＊ピザトースト	ミルク	5分がゆ(米10) さつまいもマッシュ オニオンスープ	全がゆ(米20) さつま汁(ミンチ・野菜) 野菜スティック(人参)	パンがゆ(ミルク・野菜) 野菜スープ
15 水	鶏のから揚げ ブロッコリー かぶのスープ	牛乳 おかき おやついりこ	ミルク	5分がゆ(米10) かぶのトロトロ煮 すまし汁(野菜)	全がゆ(米20) ブロッコリーのそぼろ煮 かぶのスープ	おにぎり(米20・野菜) 野菜スープ
16 木	がめ煮 玉ねぎとわかめのみそ汁	牛乳 クラッカー	ミルク	5分がゆ(米10) 玉ねぎのトロトロ煮(野菜) 野菜スープ	全がゆ(米20) 吉野煮(ミンチ・野菜・片栗) みそ汁(野菜)	野菜がゆ(米20・野菜) すまし汁(野菜)
17 金	サーモンシチュー 野菜サラダ	牛乳 ＊さつまいもスナック	ミルク	5分がゆ(米10) 豆腐すり流し すまし汁(野菜)	全がゆ(米20) サーモンシチュー(野菜・ルウ) マカロニサラダ(野菜)	さつまいものバター焼き 野菜スープ
18 土	いり卵豆腐 青梗菜と油揚げのみそ汁	牛乳 丸ボーロ	ミルク	5分がゆ(米10) キャベツのトロトロ煮 野菜スープ	全がゆ(米20) 豆腐のそぼろあんかけ(野菜・片栗) みそ汁(野菜)	卵がゆ(米20・野菜) 野菜サラダ
20 月	ボルシチ ツナサラダ	牛乳 ＊まめくりこ	ミルク	おじや(米10・野菜・だし) キャベツのトロトロ煮 野菜スープ	全がゆ(米20) キャベツのそぼろ煮(野菜) 野菜サラダ	黄粉がゆ(米20) さつまいもサラダ(野菜)
21 火	かやくうどん バナナ	牛乳 ＊青のりとじゃこの おにぎり	ミルク	煮込みうどん(麺・野菜・麩・だし) バナナ	煮込みうどん(麺・ミンチ・野菜) バナナ	じゃこおにぎり(米20・野菜) 野菜スープ
誕生 22 水	魚のから揚げ グリーンサラダ 青梗菜のすまし汁・みかん	プリン	ミルク	おじや(米10・白身魚・野菜) すまし汁(野菜) みかん	おじや(米20・白身魚・野菜) グリーンサラダ すまし汁(野菜)・みかん	野菜がゆ(米20・野菜) ヨーグルト
23 木	チキンカレー フルーツ和え	牛乳 せんべい	ミルク	5分がゆ(米10) 人参マッシュ(大根) ポテトサラダ	全がゆ(米20) 肉団子スープ(豆腐・野菜) ポテトサラダ(人参)	ミルクがゆ(米20・ミルク・野菜) 野菜スープ
24 金	牛肉の照り焼き ヨーグルト 野菜ジュース	牛乳 マドレーヌ	ミルク		鶏五目御飯(BF) フルーツジュレ(BF)	パン ヨーグルト
25 土	コーンとツナのサラダ みかん缶	牛乳 クッキー	ミルク		チキンライス(BF) スープ(BF)	全がゆ(米20) フルーツジュレ（BF）
27 月	白身魚と野菜のケチャップ和え しいたけのすまし汁	牛乳 みかん	ミルク	5分がゆ(米10) 白身魚のすり流し(だし) 野菜サラダ	全がゆ(米20) 魚のケチャップあえ(野菜) すまし汁(野菜)	野菜がゆ(米20・野菜) みかん
28 火	レバーとピーナッツの野菜炒め はくさいスープ	牛乳 サブレ	ミルク	5分がゆ(米10) はくさいのトロトロ煮 すまし汁(野菜)	全がゆ(米20) レバーのケチャップ煮(ポテト・野菜) はくさいスープ	パンがゆ(ミルク・野菜) ポテトサラダ(人参)
29 水	すり身団子入りみそ汁 卯の花の炒り煮	牛乳 ＊ホットケーキ	ミルク	5分がゆ(米10) さつまいもマッシュ だいこんスープ	全がゆ(米20) すり身団子入りみそ汁(野菜・豆腐) 大根の煮物(野菜)	さつまいものミルク煮 野菜スープ
30 木	鶏のから揚げ ブロッコリー かぶのスープ	牛乳 おかき おやついりこ	ミルク	5分がゆ(米10) かぶのトロトロ煮 すまし汁(野菜)	全がゆ(米20) ブロッコリーのそぼろ煮 かぶのスープ	おにぎり(米20・野菜) 野菜スープ
31 金	ボルシチ ツナサラダ	牛乳 ＊きなこ蒸しパン	ミルク	おじや(米10・野菜・だし) キャベツのトロトロ煮 野菜スープ	全がゆ(米20) キャベツのそぼろ煮(野菜) 野菜サラダ	黄粉がゆ(米20) さつまいもサラダ(野菜)