

**１月離乳食献立表　中期食**

社会福祉法人　みつき福祉会

みのり黒田保育園

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | | |
|  | 献立名 | 材料名 |
| １  （月） | 年始休園 | |
| ２  （火） |
| ３  （水） |
| ４  （木） | ※お弁当には必ず火を通したものを入れていただきますようお願いします  **お弁当の日** | |
| ５  （金） | 米粥  大根のしらす煮  味噌汁 | 米  大根・しらす干し・かつお節・昆布  人参・かぼちゃ・玉葱・白菜・味噌・昆布・煮干し |
| ６  （土） | 米粥  豆腐煮  スープ | 米  絹ごし豆腐・醤油  玉葱・人参・チンゲン菜・昆布・塩 |
| ８  （月） | 成人の日（祝日休園） | |
| ９  （火） | 米粥  豆腐の味噌煮  すまし汁 | 米  絹ごし豆腐・味噌  大根・人参・ほうれん草・玉葱・薄口・塩・かつお節・昆布 |
| １０  （水） | 米粥  ブロッコリーのしらす煮  スープ | 米  ブロッコリー・しらす干し  玉葱・人参・白菜・さつま芋・昆布・塩 |
| １１  （木） | 米粥  ささみ煮  トマトスープ | 米  ささみ・醤油・片栗粉  じゃが芋・玉葱・人参・トマト缶 |
| １２  （金） | 米粥  カレイのおろし煮  味噌汁 | 米  カレイ・大根・醤油・かつお節・昆布  小松菜・人参・玉葱・キャベツ・味噌・昆布・煮干し |
| １３  （土） | 米粥  ささみ煮  味噌汁 | 米  ささみ・醤油・片栗粉  さつま芋・玉葱・白菜・味噌・昆布・煮干し |
| １５  （月） | 米粥  しらす煮  スープ | 米  しらす干し  玉葱・人参・じゃが芋・キャベツ・昆布・塩 |
| １６  （火） | **★ひよこ・りす組誕生会**  米粥  高野豆腐と野菜煮  味噌汁 | 米  高野豆腐・玉葱・チンゲン菜・醤油・片栗粉・かつお節・昆布  玉葱・人参・ブロッコリー・味噌・かつお節・昆布 |
| １７  （水） | 米粥  煮魚  味噌汁 | 米  さけ・醤油  ほうれん草・大根・人参・玉葱・味噌・昆布・煮干し |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | 献立名 | 材料名 |
| １８  （木） | 米粥  豆腐煮  味噌汁 | 米  絹ごし豆腐・醤油・かつお節・昆布  玉葱・人参・じゃが芋・小松菜・味噌・昆布・煮干し |
| １９  （金） | 米粥  煮魚  味噌汁 | 米  カレイ・醤油  かぶ・白菜・玉葱・人参・味噌・昆布・煮干し |
| ２０  （土） | 米粥  しらす煮  スープ | 米  しらす干し  小松菜・玉葱・人参・昆布・塩 |
| ２２  （月） | 米粥  豆腐煮  味噌汁 | 米  絹ごし豆腐・醤油・かつお節・昆布  玉葱・人参・さつま芋・味噌・昆布・煮干し |
| ２３  （火） | 米粥  かぶのそぼろ煮  味噌汁 | 米  かぶ・ささみ・醤油・片栗粉  ほうれん草・キャベツ・白菜・人参・玉葱・味噌・昆布・煮干し |
| ２４  （水） | 米粥  カレイの味噌煮  すまし汁 | 米  カレイ・味噌  小松菜・人参・大根・薄口・塩・かつお節・昆布 |
| ２５  （木） | **★うさぎ・こあら・きりん・ぞう組誕生会**  米粥  さつま芋のしらす煮  みぞれ汁 | 米  さつま芋・しらす干し  人参・白菜・玉葱・大根・味噌・昆布・煮干し |
| ２６  （金） | ※お弁当には必ず火を通したものを入れていただきますようお願いします  **お弁当の日** | |
| ２７  （土） | 米粥  高野豆腐煮  味噌汁 | 米  高野豆腐・醤油・片栗粉・かつお節・昆布  玉葱・かぼちゃ・人参・味噌・昆布・煮干し |
| ２９  （月） | 米粥  豆腐の野菜あんかけ  味噌汁 | 米  絹ごし豆腐・白菜・玉葱・人参・醤油・かつお節・昆布・片栗粉  大根・キャベツ・玉葱・味噌・かつお節・昆布 |
| ３０  （火） | 米粥  さけのクリームソース煮  スープ | 米  さけ・玉葱・白菜・ほうれん草・無塩バター・牛乳・塩・片栗粉  かぶ・ブロッコリー・さつま芋・昆布・塩 |
| ３１  （水） | 米粥  ささみ煮  味噌汁 | 米  ささみ・醤油・片栗粉  玉葱・人参・ほうれん草・キャベツ・味噌・かつお節・昆布 |

天候等の理由により、一部献立がかわる場合もありますので、あらかじめご了承下さい