

2025.10

## 離乳食献立表

箱舟保育園

| 日付   | 12～18か月頃                                                 |
|------|----------------------------------------------------------|
| 01 水 | 米・鶏肉と野菜の煮物(鶏ささみ・豆腐・玉葱・人参・小松菜)                            |
| 02 木 | きなこ・米・鶏じゃが(鶏ささみ・じゃが芋・玉葱・人参・グリルピーズ)                       |
| 03 金 | 食パン・魚の人参ソースかけ(鰯・人参・ミルク・パセリ)ひき肉と野菜の葛煮(鶏ひき肉・キャベツ・玉葱・いんげん)  |
| 04 土 | 米・鶏肉と大豆の煮物(鶏ささみ・大豆水煮・南瓜・玉葱・グリルピーズ)                       |
| 06 月 | 青のり・米・鶏と根菜の味噌風味煮(鶏ささみ・豆腐・大根・人参) さつま芋の軟らか煮(さつま芋)          |
| 07 火 | 食パン・鶏肉と野菜のスープ煮(鶏ささみ・青梗菜・玉葱・人参・南瓜) <b>*オレンジ煮(オレンジ)</b>    |
| 08 水 | 米・煮魚(鰯)・高野豆腐の煮物(高野豆腐・じゃが芋・玉葱・人参・グリルピーズ)                  |
| 09 木 | 食パン・鶏肉と野菜のトマト煮(鶏ささみ・豆腐・キャベツ・人参・玉葱・ホールトマト)                |
| 10 金 | 味噌煮込み風うどん(ゆでうどん・鶏ささみ・さつま芋・白菜・玉葱・人参)                      |
| 11 土 | しらす・米・豆腐の野菜あんかけ(豆腐・鶏ささみ・玉葱・人参・青梗菜)                       |
| 14 火 | 食パン・チキンビーンズ(鶏ささみ・大豆・じゃが芋・玉葱・人参・ホールトマト・グリルピーズ)            |
| 15 水 | 米・魚の和風あん(鰯)根菜の軟らか煮(大根・南瓜・人参・三つ葉) <b>*バナナ煮(バナナ)</b>       |
| 16 木 | 野菜あんかけにゆうめん(冷麦・鶏ささみ・高野豆腐・キャベツ・玉葱・人参・青梗菜)                 |
| 17 金 | にんじん御飯(しらす干し・人参・米)豆腐の野菜あん(豆腐・鶏肉・南瓜・玉葱・グリルピーズ)            |
| 18 土 | 米・けんちん煮(鶏ささみ・大根・人参・さといも・豆腐・いんげん)                         |
| 20 月 | きなこ・米・鶏肉と野菜のコーンクリーム煮(鶏肉・玉葱・人参・小松菜・コーンクリーム)               |
| 21 火 | しらすと野菜の混ぜ御飯(米・しらす・南瓜・キャベツ・人参・グリルピーズ)豆腐のすまし汁(豆腐・三つ葉)      |
| 22 水 | 米・鶏肉と根菜の味噌風味煮(鶏ささみ・大根・里芋・人参・いんげん)                        |
| 23 木 | 米・豆腐と野菜のスープ煮(鶏ささみ・豆腐・茄子・玉葱・人参・青梗菜) <b>*オレンジ煮(オレンジ)</b>   |
| 24 金 | お弁当                                                      |
| 25 土 | 青のり・米・鶏肉とじゃが芋の葛煮(鶏肉・じゃが芋・玉葱・人参・いんげん)                     |
| 27 月 | しらす・米・鶏肉と白菜の煮物(鶏肉・白菜・玉葱・人参・豆腐・いんげん) <b>*バナナ煮(バナナ)</b>    |
| 28 火 | 食パン・ミルクシチュー(鶏ささみ・じゃが芋・玉葱・人参・法蓮草・ミルク) <b>*バナナ煮(バナナ)</b>   |
| 29 水 | きなこ・米・魚の野菜和風あんかけ(鰯・玉葱・人参・水菜・パプリカ・ピーマン)                   |
| 30 木 | 食パン・鶏肉と野菜のトマト煮込み(鶏ささみ・茄子・玉葱・人参・青梗菜・ホールトマト)               |
| 31 金 | マカロニのチキンミルク煮(マカロニ・鶏ささみ・キャベツ・玉葱・人参・ブロッコリー・ミルク)南瓜のマッシュ(南瓜) |

都合により献立内容を変更することがあります。 \*午後のおやつ

摂取体験体験が済んだ食材はアンケートにチェックをお忘れなく！

