









R7年度 館第二すぎのこ保育園  離乳食 後期 こんだて表						
	月	火	水	木	金	土
朝おやつ	ベビースティック	かぼちゃボーロ	ベビースティック	かぼちゃボーロ	ベビースティック	
昼ごはん	1	2	3	4	5	6
	おかゆ	おかゆ	おかゆ	おかゆ	おかゆ	
	豆腐のみそそばろ	鶏肉のとろみ煮	ポトフ	高野豆腐のそばろ煮	さわらのとろみ煮	
	木綿豆腐 豚ひき肉 醤油 味噌 片栗粉	鶏こま肉 醤油 片栗粉	鶏こま肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ 煮干し 塩	高野豆腐 鶏ひき肉 煮干し 味噌 片栗粉	さわら 醤油 片栗粉	
	野菜のスティック煮	野菜の甘辛煮	きゃべつときゅうりの煮物	ひじきと人参の煮物	大根と人参の煮物	
午後おやつ	きゅうり 人参 三温糖 醤油	玉ねぎ 人参 もやし 煮干し 醤油 三温糖	きゃべつ きゅうり 醤油 三温糖	ひじき 人参 醤油 三温糖	大根 人参 醤油 三温糖	
	きゃべつのスープ	みそ汁		すまし汁	みそ汁	
	きゃべつ 玉ねぎ 煮干し 塩	わかめ 木綿豆腐 煮干し 味噌		小松菜 きゃべつ 煮干し 醤油 塩	わかめ じゃがいも 煮干し 味噌	
午後おやつ	ミルク さつまいもがゆ	ミルク 小松菜のおかゆ	ミルク じゃがいものおかゆ	ミルク 人参のおかゆ	ミルク きゃべつのおかゆ	
	精白米 鶏ひき肉 さつまいも 塩	精白米 小松菜 豚ひき肉 塩	精白米 じゃがいも 豚ひき肉 塩	精白米 鶏こま肉 人参 醤油	精白米 豚こま肉 きゃべつ 醤油	
	8	9	10	11	12	13
昼ごはん	おかゆ	おかゆ	パンがゆ	おかゆ	おかゆ	
	たらのみそ煮	豚肉ときゃべつの煮物	鶏肉のとろみ煮	豚肉と野菜の照り煮	鶏肉みそ煮	
	たら 味噌 片栗粉	豚こま肉 きゃべつ 味噌 片栗粉	鶏こま肉 塩 醤油 片栗粉	豚こま肉 玉ねぎ 人参 三温糖 醤油	鶏こま肉 味噌 三温糖 片栗粉	
	野菜のスティック煮	かぶの煮物	かぼちゃの甘煮	さつまいもの甘煮	おかかあえ	
	じゃがいも 人参 醤油 三温糖	かぶ 醤油 三温糖	かぼちゃ 三温糖 醤油	さつまいも 三温糖 水	きゃべつ きゅうり かつお節 醤油	
午後おやつ	すまし汁	野菜のスープ	みそ汁	みそ汁	すまし汁	
	玉ねぎ わかめ 煮干し 醤油 塩	人参 玉ねぎ 煮干し 塩	人参 小松菜 煮干し 味噌	白菜 玉ねぎ 煮干し 味 噌	木綿豆腐 白菜 煮干し 醤油 塩	
	ミルク 豆腐おかかがゆ	ミルク きゃべつのおかゆ	ミルク かぼちゃがゆ	ミルク ツナがゆ	ミルク 豚肉と玉ねぎのおかゆ	
	精白米 木綿豆腐 かつお節 醤油	精白米 鶏ひき肉 きゃべつ 塩	精白米 鶏こま肉 かぼちゃ 塩	精白米 ツナ水煮 かつお節 醤油	精白米 豚ひき肉 玉ねぎ 塩	
	15	16	17	18	19	20
昼ごはん	おかゆ	おかゆ	おかゆ	おかゆ	おかゆ	
	豆腐のみそそばろ	鶏肉のとろみ煮	ポトフ	高野豆腐のそばろ煮	さわらのとろみ煮	
	木綿豆腐 豚ひき肉 醤油 味噌 片栗粉	鶏こま肉 醤油 片栗粉	鶏こま肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ 煮干し 塩	高野豆腐 鶏ひき肉 煮干し 醤油 片栗粉	さわら 醤油 片栗粉	
	野菜のスティック煮	野菜の甘辛煮	きゃべつときゅうりの煮物	ひじきと人参の煮物	大根と人参の煮物	
	きゅうり 人参 三温糖 醤油	玉ねぎ 人参 もやし 煮干し 醤油 三温糖	きゃべつ きゅうり 醤油 三温糖	ひじき 人参 醤油 三温糖	大根 人参 醤油 三温糖	
午後おやつ	きゃべつのスープ	みそ汁		みそ汁	みそ汁	
	きゃべつ 玉ねぎ 煮干し 塩	わかめ 木綿豆腐 煮干し 味噌		小松菜 きゃべつ 煮干し 味噌	わかめ じゃがいも 煮干し 味噌	
	ミルク さつまいもがゆ	ミルク 小松菜のおかゆ	ミルク じゃがいものおかゆ	ミルク 人参のおかゆ	ミルク きゃべつのおかゆ	
	精白米 鶏ひき肉 さつまいも 塩	精白米 小松菜 豚ひき肉 塩	精白米 じゃがいも 豚ひき肉 塩	精白米 鶏こま肉 人参 醤油	精白米 豚こま肉 きゃべつ 醤油	
	22	23	24	25	26	27
昼ごはん	おかゆ	おかゆ	おかゆ	おかゆ	かしわうどん	
	たらのみそ煮	豚肉ときゃべつの煮物	鶏肉と人参の煮物	豚肉と人参のとろみ煮	米粉のうどん 鶏こま肉 干し椎茸 小松菜 人参 長ねぎ 煮干し 花かつお 昆布 醤油 みりん 塩	
	たら 味噌 片栗粉	豚こま肉 きゃべつ 味噌 片栗粉	鶏こま肉 人参 醤油 片栗粉	豚こま肉 玉ねぎ 人参 塩 醤油	さつまいもの甘煮	
	野菜のスティック煮	かぶの煮物		大根の煮物	さつまいもの甘煮	
	じゃがいも 人参 醤油 三温糖	かぶ 醤油 三温糖		大根 三温糖 醤油	さつまいも 水 三温糖	
午後おやつ	すまし汁	野菜のスープ	野菜のスープ	みそ汁		
	玉ねぎ わかめ 煮干し 醤油 塩	人参 玉ねぎ 煮干し 塩	きゃべつ 玉ねぎ 煮干し 塩	さつまいも 玉ねぎ 煮干し 味噌		
	ミルク かぼちゃがゆ	ミルク きゃべつのおかゆ	ミルク 人参のおかゆ	ミルク さつまいもがゆ	ミルク 豚肉と小松菜のおかゆ	
	精白米 かぼちゃ 塩	精白米 鶏ひき肉 きゃべつ 塩	精白米 豚こま肉 人参 醤油	精白米 鶏ひき肉 さつまいも 醤油	精白米 豚こま肉 小松菜 醤油	

R7年度 館第二すぎのこ保育園  こんだて表						
	月	火	水	木	金	土
朝おやつ	マシュマロ	小魚せんべい	ミルクチップ	おさつでポン	レモンラムネ	小魚せんべい
昼ごはん	1	2	3	4	5料理保育	6
	ごはん 厚揚げのミートソース煮	ごはん 鶏肉の生姜焼き	ポークカレー	高野豆腐のそぼろ丼	ごはん 鯖の照り焼き	味噌バターコーンラーメン
	厚揚げ 豚ひき肉 玉ねぎ 人参 しめじ ケチャップ 油 塩 三温糖 にんにく	鶏もも肉 しょうが 醤油 みりん	精白米 豚こま肉 玉ねぎ 人参 じゃがいも 鶏がら にんにく しょうが 油 塩 アレルギー不使用ルー	精白米 高野豆腐 玉ねぎ 鶏ひき肉 人参 三温糖 油 塩 醤油	鯖 みりん 醤油	生中華麺 豚こま肉 人参 もやし きゃべつ にら コーン 鶏がら 煮干し 味噌 醤油 三温糖 有塩バター
	野菜の甘酢漬け きゅうり 大根 酢 三温糖 塩	ちくわと野菜の炒めもの ちくわ 人参 ピーマン 玉ねぎ もやし 醤油 油 塩	フレンチコーンサラダ きゃべつ きゅうり コーン 人参 油 酢 塩	れんこんとひじきのサラダ れんこん ひじき きゅうり 醤油 マヨドレ かつお節	わかめとえのきの和え物 わかめ えのき きゃべつ きゅうり 酢 油 醤油	バナナ
午後おやつ	きゃべつのスープ きゃべつ 玉ねぎ 鶏がら 煮干し 塩	みそ汁 わかめ えのき 木綿豆腐 煮干し 味噌		すまし汁 しめじ 長ねぎ 小松菜 煮干し 醤油 塩 花かつお	豚汁 豚こま肉 大根 じゃがいも 人参 ごぼう 板こんにゃく 木綿豆腐 長ねぎ 煮干し 味噌	
	牛乳 さつまいもドーム さつまいも 三温糖 塩	麦茶 中華炒めおにぎり 精白米 豚ひき肉 小松菜 醤油 ごま油	牛乳 簡単アップルパイ りんごジャム 三温糖 米粉の餃子の皮 油	麦茶 照り焼きドッグ コッペパン 鶏こま肉 きゃべつ 醤油 酒 みりん マヨドレ	牛乳 メーブル蒸しパン 米粉 片栗粉 油 三温糖 ベーキングパウダー メーブルシロップ 豆乳	牛乳 炊き込みおにぎり 精白米 鶏ひき肉 人参 油揚げ 醤油 みりん
	8	9	10	11	12	13
昼ごはん	ごはん 鰯の西京焼き	餃子丼	酵母ロール ささみフライ	ごはん 豚バラ大根	ごはん 鶏肉のマヨネーズ焼き	桜エビのチャーハン
	鰯 味噌 みりん 三温糖 油		鶏のささみ 小麦粉 パン粉 油 ソース	豚こま肉 大根 人参 醤油 三温糖	鶏もも肉 玉ねぎ 塩 マヨドレ	精白米 桜エビ ツナ油漬 長ねぎ ごま油 塩 青のり
	肉じゃが 豚こま肉 じゃがいも 玉ねぎ 干し椎茸 糸こんにゃく 人参 油 醤油 三温糖	パン・サン・スー 春雨 きゅうり 人参 もやし ごま油 醤油 酢	きゃべつのマヨ和え きゃべつ 塩 マヨドレ	白菜のゆず浅漬け 白菜 ゆず 塩	しゃきしゃき野菜サラダ きゃべつ きゅうり もやし 人参 油 酢 塩 醤油	みそ汁 じゃがいも わかめ 煮干し 味噌
	すまし汁 小松菜 えのき わかめ 煮干し 醤油 塩 花かつお	みそ汁 油揚げ かぶ 煮干し 味噌	かぼちゃのスープ かぼちゃ 玉ねぎ 人参 小松菜 鶏がら 煮干し 塩 醤油	みそ汁 さつまいも 玉ねぎ しめじ 煮干し 味噌	白菜とかにかまのトロみスープ 木綿豆腐 かにかま 白菜 煮干し 醤油 片栗粉 塩	みかん
午後おやつ	牛乳 ココアブラウニー 米粉 片栗粉 木綿豆腐 油 ベーキングパウダー 三温糖 ココア粉	麦茶 チーズナゲット 木綿豆腐 鶏ひき肉 玉ねぎ 豆乳チーズ 塩 ケチャップ 油	牛乳 マカロニみたらし 米粉マカロニ 醤油 三温糖 水 片栗粉	麦茶 ポテとツナのおやき じゃがいも ツナ油漬 塩 マヨドレ 片栗粉	牛乳 バナナマフィン 米粉 片栗粉 油 三温糖 ベーキングパウダー バナナ 豆乳	牛乳 きなこ揚げパン コッペパン 油 三温糖 きな粉 塩
	15	16	17	18	19	20
昼ごはん	ごはん 厚揚げのミートソース煮	ごはん 鶏肉の生姜焼き	ポークカレー	高野豆腐のそぼろ丼	ごはん 鯖の照り焼き	味噌バターコーンラーメン
	厚揚げ 豚ひき肉 玉ねぎ 人参 しめじ ケチャップ 油 塩 三温糖 にんにく	鶏もも肉 しょうが 醤油 みりん	精白米 豚こま肉 玉ねぎ 人参 じゃがいも 鶏がら にんにく しょうが 油 塩 アレルギー不使用ルー	精白米 高野豆腐 玉ねぎ 鶏ひき肉 人参 三温糖 油 塩 醤油	鯖 みりん 醤油	生中華麺 豚こま肉 人参 もやし きゃべつ にら コーン 鶏がら 煮干し 味噌 醤油 三温糖 有塩バター
	野菜の甘酢漬け きゅうり 大根 酢 三温糖 塩	ちくわと野菜の炒めもの ちくわ 人参 ピーマン 玉ねぎ もやし 醤油 油 塩	フレンチコーンサラダ きゃべつ きゅうり コーン 人参 油 酢 塩	れんこんとひじきのサラダ れんこん ひじき きゅうり 醤油 マヨドレ かつお節	わかめとえのきの和え物 わかめ えのき きゃべつ きゅうり 酢 油 醤油	バナナ
	きゃべつのスープ きゃべつ 玉ねぎ 鶏がら 煮干し 塩	みそ汁 わかめ えのき 木綿豆腐 煮干し 味噌		すまし汁 しめじ 長ねぎ 小松菜 煮干し 醤油 塩 花かつお	豚汁 豚こま肉 大根 じゃがいも 人参 ごぼう 板こんにゃく 木綿豆腐 長ねぎ 煮干し 味噌	
午後おやつ	牛乳 さつまいもドーム さつまいも 三温糖 塩	麦茶 中華炒めおにぎり 精白米 豚ひき肉 小松菜 醤油 ごま油	牛乳 簡単アップルパイ りんごジャム 三温糖 米粉の餃子の皮 油	麦茶 照り焼きドッグ コッペパン 鶏こま肉 きゃべつ 醤油 酒 みりん マヨドレ	牛乳 メーブル蒸しパン 米粉 片栗粉 油 三温糖 ベーキングパウダー メーブルシロップ 豆乳	牛乳 炊き込みおにぎり 精白米 鶏ひき肉 人参 油揚げ 醤油 みりん
	22冬至	23	24誕生日会	25もちつき	26年越しうどん	27
昼ごはん	ごはん 鰯の西京焼き	餃子丼	ジャンバラヤ風ごはん 鶏肉の塩焼き	ごはん 豚バラ大根	かしわうどん	桜エビのチャーハン
	鰯 味噌 みりん 三温糖 油		精白米 ベーコン 玉ねぎ 人参 ピーマン コーン 油 ソース 醤油 ケチャップ 塩 カレー粉	豚こま肉 大根 人参 醤油 三温糖	米粉のうどん 鶏こま肉 干し椎茸 小松菜 人参 長ねぎ 煮干し 花かつお 昆布 醤油 みりん 塩	精白米 桜エビ ツナ油漬 長ねぎ ごま油 塩 青のり
	肉じゃが 豚こま肉 じゃがいも 玉ねぎ 干し椎茸 糸こんにゃく 人参 油 醤油 三温糖	パン・サン・スー 春雨 きゅうり 人参 もやし ごま油 醤油 酢	キャベツのスープ キャベツ えのき 玉ねぎ 鶏がら 煮干し 塩	白菜のゆず浅漬け 白菜 ゆず 塩	さつまいもの甘煮 さつまいも 水 三温糖	みそ汁 じゃがいも わかめ 煮干し 味噌
	すまし汁 小松菜 えのき わかめ 煮干し 醤油 塩 花かつお	みそ汁 油揚げ かぶ 煮干し 味噌	いちごゼリー 寒天パバ(いちご)	みそ汁 さつまいも 玉ねぎ しめじ 煮干し 味噌		みかん
午後おやつ	牛乳 かぼちゃのぜんざい かぼちゃ あずき 三温糖	麦茶 チーズナゲット 木綿豆腐 鶏ひき肉 玉ねぎ 豆乳チーズ 塩 ケチャップ 油	牛乳 チュロス 米粉 ココア粉 メーブル 油 片栗粉 ベーキングパウダー 塩	麦茶 ごへいもち 精白米 もち米 味噌 みりん 三温糖 白煎りごま	牛乳 バナナマフィン 米粉 片栗粉 油 三温糖 ベーキングパウダー バナナ 豆乳	牛乳 きなこ揚げパン コッペパン 油 三温糖 きな粉 塩