



# 令和4年1月分献立表

(離乳食：1日3回食) (12から18か月頃)



大府市公私立保育園  
令和3年11月30日現在

日 曜	献立名	使用材料名				午前のおやつ	午後のおやつ	午後のおやつ材料名
		黄色の食品 熱や力となるもの	赤色の食品 血や肉や骨になるもの	緑色の食品 体の調子をよくするもの	調味料・その他			
4 火	シーチキンごはん(軟飯) わかめスープ 黄桃缶	米	ツナ、わかめ	黄桃缶、人参、コーンホール缶	醤油、酒、コンソメスープの素、塩	牛乳菓子(ふんわりソフトせん)	牛乳菓子	(ほろほろ焼き)
5 水	スパゲティミートソース りんごサラダ	スパゲティ、ノンエッグマヨネーズドレッシング、サラダ油、砂糖	豚挽	玉ねぎ、キャベツ、人参、りんご、ピーマン	トマトケチャップ、ソース、コンソメスープの素、塩	牛乳菓子(たべっ子パイビー)	牛乳菓子	(ハッピーターン)
6 木	軟飯 豚挽とじゃが芋のスープ ごまだれサラダ 野菜ジュース(紫の野菜)	米、じゃが芋、サラダ油、砂糖	豚挽	野菜ジュース(紫の野菜)、玉ねぎ、人参、もやし、きゅうり、キャベツ、白ごま	醤油、酢、コンソメスープの素、塩	牛乳りんご	牛乳菓子	(ほたぼた焼き)
7 金	大根と人参のおじや キャベツときゅうりのナムル 豆腐とねぎの味噌汁	米、ごま油	豆腐、味噌、わかめ	キャベツ、大根、人参、ねぎ、きゅうり、人参	削り節、だし昆布、中華スープの素、醤油、塩	牛乳オレンジ	牛乳菓子	(味しらべ)
8 土	おにぎり(鮭・鮭) フルーツゼリー(もも)	おにぎり(鮭・鮭)		フルーツゼリー(もも)		ヨーグルト		
11 火	軟飯 おでん ごま和え	米、里芋、砂糖、サラダ油	厚揚げ、はんぺん、豚挽、赤味噌	大根、人参、もやし、きゅうり、白ごま	醤油、削り節、だし昆布、塩	牛乳りんご	牛乳◆焼き芋	(さつま芋)
12 水	焼きそば 中華わかめスープ ヨーグルト	焼きそば、サラダ油、ごま油	ヨーグルト、豚平、わかめ	キャベツ、人参、玉ねぎ、ピーマン、ねぎ、えのきだけ	ソース、中華スープの素、花かつお、塩	牛乳いちご	オレンジジュース菓子	(さくっとあられ)
13 木	軟飯 卵のふわふわ焼き トマト 野菜スープ	米、砂糖、片栗粉、サラダ油	卵、豚挽、ひじき	トマト、キャベツ、玉ねぎ、人参、ねぎ、パセリ	醤油、コンソメスープの素、塩	牛乳バナナ	牛乳◆揚げパン	(バターロール、砂糖、サラダ油、きな粉、塩)
14 金	軟飯 さけの味噌焼き ほうれん草のごま和え 豆腐と人参のすまし汁	米、砂糖、ごま油、サラダ油	さけ、豆腐、味噌、わかめ	ほうれん草、人参、ねぎ、白ごま	醤油、削り節、だし昆布、みりん、酒、塩	牛乳オレンジ	牛乳菓子	(あけびの実クッキー)(プレーン)
15 土	いなり寿司 フルーツゼリー(みかん)	いなり寿司		フルーツゼリー(みかん)		ヨーグルト		
17 月	軟飯 はんぺんとひじきの煮物 玉ねぎと人参の味噌汁	米、砂糖、サラダ油	若鶏、はんぺん、味噌、油揚げ、ひじき、わかめ	人参、玉ねぎ、ねぎ、白ごま	醤油、削り節、だし昆布	牛乳りんご	牛乳菓子	(おにぎりせんべい・塩)
18 火	軟飯 若鶏の甘辛煮 豆腐とえのきの味噌汁	米、サラダ油、片栗粉、砂糖	若鶏、豆腐、味噌、油揚げ、わかめ	玉ねぎ、えのきだけ、赤ピーマン、黄ピーマン、ピーマン	削り節、醤油、みりん、だし昆布、酒	牛乳オレンジ	牛乳◆野菜マフィン	(米粉パウダー(バンケーキ用)、じゃが芋、人参、豆乳、砂糖)
19 水	キャベツたっぷりラーメン ハムとコーンのサラダ やさしいゼリー	中華そば、ノンエッグマヨネーズドレッシング、ごま油、サラダ油	豚挽、ロースハム	やさしいゼリー、キャベツ、人参、きゅうり、ねぎ、コーンホール缶、白ごま	中華スープの素、醤油、酒、塩	牛乳いちご	牛乳◆五平餅	(米、赤味噌、砂糖、白ごま、みりん)
20 木	ミルクロール ハンバーグ(卵なし) コーンスープ	ミルクロール、じゃが芋、サラダ油、砂糖	豚挽	玉ねぎ、人参、コーンホール缶、パセリ	トマトケチャップ、ソース、コンソメスープの素、塩	牛乳バナナ	牛乳菓子	(古代米せんべい)
21 金	軟飯 あじのしょうゆ焼き ごま和え 呉汁	米、サラダ油、片栗粉、砂糖	あじ、豚平、豆乳、大豆、味噌	人参、もやし、きゅうり、大根、玉ねぎ、ねぎ、白ごま	醤油、削り節、だし昆布、酒、塩	牛乳りんご	牛乳菓子	(アスパラガスビスケット)
22 土	おにぎり(鮭・鮭) フルーツゼリー(もも)	おにぎり(鮭・鮭)		フルーツゼリー(もも)		ヨーグルト		
24 月	軟飯 厚揚げとキャベツの味噌炒め わかめとえのきのすまし汁	米、サラダ油、砂糖、ごま油	豚平、厚揚げ、味噌、わかめ	キャベツ、人参、ピーマン、ねぎ、えのきだけ	醤油、削り節、だし昆布、塩	牛乳オレンジ	牛乳菓子	(えびちび)
25 火	軟飯 肉じゃが 豆腐とわかめの味噌汁	米、じゃが芋、サラダ油、砂糖	豚平、豆腐、味噌、わかめ	玉ねぎ、人参、ねぎ	削り節、醤油、だし昆布、塩	牛乳いちご	牛乳◆ラスク	(薄切食パン、バター、グラニュー糖)
26 水	ウィンナーピラフ(軟飯) さつま芋のスープ ヨーグルト(いちご)	米、さつま芋、サラダ油	ヨーグルト(いちご)、むきえび、ロースハム、ウィンナー	玉ねぎ、人参、ピーマン、パセリ	トマトケチャップ、コンソメスープの素、酒、塩	牛乳りんご	牛乳洋菓子	(マドレーヌ)
27 木	軟飯 豆腐の小判揚げ ごまだれサラダ 野菜ジュース(野菜生活)	米、砂糖、片栗粉、サラダ油	豆腐、鶏挽、卵、ツナ、ひじき	野菜ジュース(野菜生活)、人参、もやし、きゅうり、キャベツ、ねぎ、白ごま	醤油、酢、塩	牛乳バナナ	牛乳菓子	(ほしたべよ)
28 金	軟飯 さわらのごま味噌かけ ほうれん草のおひたし 豆腐とねぎのすまし汁	米、砂糖	さわら、豆腐、ミックス味噌、わかめ	ほうれん草、人参、ねぎ、白ごま	醤油、削り節、だし昆布、みりん、酒、塩	牛乳オレンジ	牛乳菓子	(あけびの実パウンドケーキ)(メープル)
29 土	いなり寿司 フルーツゼリー(みかん)	いなり寿司		フルーツゼリー(みかん)		ヨーグルト		
31 月	味ごはん(軟飯) 酢和え 大根とわかめの味噌汁	米、砂糖、春雨、サラダ油	若鶏、味噌、油揚げ、わかめ	人参、大根、きゅうり、もやし、ねぎ	醤油、酢、削り節、だし昆布、塩	牛乳りんご	牛乳菓子	(カリボテミニ)

◆は手作りおやつです。  
※材料の納品状況などにより、献立が変更する場合があります。ご了承ください。