

3歳児未満児食献立表

| 日付 行事 | 星ごはん 3歳未満児食 | 離乳食 完了期 | 離乳食 後期 | 離乳食 中期 | 離乳食 初期 | 離乳食 材料名 | 材 料 名 | | 〇は午後おやつ | 10時 おやつ | 3時おやつ 3歳未満児 | 3時おやつ 完了期 |
|--|---|---|--|------------------------------------|--------------------------------|------------------------------------|---|--|--|------------|-----------------------------------|-----------------------------|
| | | | | | | | 熱力となるもの | 血や肉や骨になるもの | | | | |
| 16 月 ゆりお好み メニュー | ミートスパゲティー パインサラダ スープ(とうふ) | ミートスパゲティー パインサラダ スープ(とうふ) | ミートスパゲティー きゅべつのにもの みぞしる | ささみのくず煮 きゅべつのにもの みぞしる | 白鳥魚のくず煮 きゅべつのにもの くたくたうどん | 中期：ささみ 初期：白鳥魚 きゅべつ(オクラ) うどん | スパゲティ、フレンチ ドレッシング(分離 型)、油、オリーブ油 わかめ | 〇牛乳、合挽肉、ソフト 木挽、ベーコン、カット シユルーム缶、ビーマ ント、セロリ、〇大根、〇 油 | 五穀、きゅべつ、パイン 豆、人参、胡瓜、マッ ンゴー、セロリ、〇大根、〇 油 | おこめぼー | やさいスティック ぎゅうにゅう | やさいスティック ぎゅうにゅう |
| 17 火 2歳児食育 動物を触ろう | わふうホイコーゴ きりほしだいこんのにつけ みぞしる(たまねぎ) ななぶつきまい(なっとう) | わふうホイコーゴ きりほしだいこんのにつけ みぞしる(たまねぎ) ななぶつきまい(なっとう) | わふうホイコーゴ カリフラワーのにもの みぞしる なんはん(なっとう) | 豆腐のくず煮 カリフラワーのにもの みぞ汁 7倍がゆ | 豆腐のくず煮 カリフラワーのにもの 10倍がゆ | 豆腐 カリフラワー(人参) 米 | 七分つき米、糸こんにゃ く、油、砂糖 | 〇牛乳、豚モモ肉(うす ぎり)、納豆、米みそ(淡 色辛みそ)、みそ、 うす塩、カットわかめ | きゅべつ、玉葱、人参、 生姜、しめじ、切り 干しひにんにく、子し椎 茸、ご葱、生姜、生生姜 | おこめぼー | ゆかりごはん むきちや | ゆかりごはん むきちや |
| 18 水 ゆりお好み メニュー | とりのあやき だいこんとさといものにもの コーンスープ ななぶつきまい(なっとう) | とりのあやき だいこんとさといものにもの コーンスープ ななぶつきまい(なっとう) | とりのあやき だいこんのにもの みぞしる なんはん(なっとう) | 白鳥魚のくず煮 だいこんのにもの みぞ汁 7倍がゆ | 白鳥魚のくず煮 だいこんのにもの 10倍がゆ | 白鳥魚 大根(人参) 米 | 七分つき米、里芋油、片 栗粉、小麦粉、砂糖、 マーガリン、ゆで中華め ん、ゆでうどん、ゴマ油 | 〇牛乳、鶏モモ肉(25 gカット)、牛乳、鶏 卵、合挽肉、鯛糸卵、み そ、生生姜、にんにく、 セロリ、胡瓜 | クリームコーン缶、大 根、玉葱、人参、いんげ ん(冷)、サニーレタ ス、生生姜、にんにく、 セロリ、胡瓜 | おこめぼー | おかし ぎゅうにゅう | おかし ぎゅうにゅう |
| 19 木 ゆりお好み メニュー 1歳児離乳 食開始 | さけのクリームコーンやき かぼちゃのふくめ とんじる ななぶつきまい(なっとう) (1歳児)ひりかけごはん | さけのクリームコーンやき かぼちゃのふくめ とんじる ななぶつきまい(なっとう) | さけのクリームコーンやき かぼちゃのにもの みぞしる なんはん(なっとう) | ささみのくず煮 かぼちゃのにもの みぞ汁 7倍がゆ | 白鳥魚のくず煮 かぼちゃ(トマト) 米 | 中期：ささみ 初期：白鳥魚 かぼちゃ(トマト) 米 | 七分つき米、○さつまい も、さつまいも、マヨ ネース、小麦粉、砂糖 | 〇牛乳、冷凍骨なし鶏 肉、豚モモ肉(うすぎ り)、納豆、米みそ(淡 色辛みそ)、冷凍骨なし鶏 肉(大) | クリームコーン缶、胡 瓜、大根、人参、青葱、 粟かぼちゃ、りんご天 然果汁 | おこめぼー | マッシュポテト ぎゅうにゅう (1歳児)りんごジュース | マッシュポテト ぎゅうにゅう |
| 20 金 5歳児 小学就園学 弁当日 | チキンとやさい プロッコリーのこまあえ みぞしる(ワカメ) ななぶつきまい(なっとう) | チキンとやさい プロッコリーのにもの みぞしる なんはん(なっとう) | チキンとやさい プロッコリーのにもの みぞしる なんはん(なっとう) | 豆腐のくず煮 プロッコリーのにもの みぞ汁 7倍がゆ | 豆腐のくず煮 プロッコリーのにもの 10倍がゆ | 豆腐 プロッコリー(人参) 米 | 七分つき米、○七分つき 米、砂糖 | 〇牛乳、鶏モモ肉(そ ぎり)、納豆、米みそ(淡 色辛みそ)、○ちりめんじ やこ、うす塩、い りごま、○返りめん ひじき | アヲアオリー(冷凍)、 きゅべつ、ほづれん草、 人参、青葱 | おこめぼー | じゃこがゆ ぎゅうにゅう | じゃこがゆ ぎゅうにゅう |
| 21 土 | やさしいため ひじきのすのもの みぞしる(とうふ) ななぶつきまい(なっとう) | やさしいため ひじきのすのもの みぞしる(とうふ) ななぶつきまい(なっとう) | やさしいため カリフラワーのにもの みぞしる なんはん(なっとう) | 白鳥魚のくず煮 カリフラワーのにもの みぞ汁 7倍がゆ | 白鳥魚のくず煮 カリフラワー(オクラ) 米 | 白鳥魚 カリフラワー(オクラ) 米 | 七分つき米、油、砂糖 | 〇牛乳、豚モモ肉(う すぎり)、納豆、合挽肉、 油、砂糖 | きゅべつ、玉葱、胡瓜、 人参、ピーマン、生姜、 なめし、青葱 | おこめぼー | リップ マンナウエファー ぎゅうにゅう | おこめぼー マンナウエファー ぎゅうにゅう |
| 24 火 | さんしょくごはん きりほしだいこんのナムル みぞしる(さといも) | さんしょくごはん きりほしだいこんのナムル みぞしる(さといも) | さんしょくごはん(なんはん) かぼちゃのにもの みぞしる | ささみのくず煮 かぼちゃのにもの みぞ汁 7倍がゆ | 白鳥魚のくず煮 かぼちゃ(カリフラワー) 米 | 中期：ささみ 初期：白鳥魚 かぼちゃ(カリフラワー) 米 | 七分つき米、里芋(スラ イス)、油、砂糖、砂 糖、ゴマ油、○七分つき 米、おきな粉 | 〇オレンジ天然果汁、○ みかん缶、ピーマン、胡 瓜、しそ、切り干し にんにく、人参 | アヲアオリー(冷凍)、 きなこがゆ むきちや | おこめぼー | きなこがゆ むきちや | きなこがゆ むきちや |
| 25 水 | ぶりのてりやき いりとうふ みぞしる(たまねぎ) ななぶつきまい(なっとう) | ぶりのてりやき いりとうふ みぞしる(たまねぎ) ななぶつきまい(なっとう) | ぶりのてりやき プロッコリーのにもの みぞしる なんはん(なっとう) | 豆腐のくず煮 プロッコリーのにもの みぞ汁 7倍がゆ | 豆腐のくず煮 プロッコリーのにもの 10倍がゆ | 豆腐 プロッコリー(人参) 米 | 七分つき米、ONE ロール(り)、糸こんに ゃく、砂糖、油 | 〇牛乳、ぶり、ソフト木 挽、納豆、鶏ミミンチ、 米みそ(淡色辛みそ)、 セロリ、胡瓜 | アヲアオリー(冷凍)、 玉葱、人参、いんじ ご、生姜、干し椎茸、に ら、青葱 | おこめぼー | おかし ぎゅうにゅう | おかし ぎゅうにゅう |
| 26 木 卒園式 練習① | レタスのチャーハン にんじんのツナいため スープ(オクラ) | レタスのチャーハン にんじんのツナいため スープ(オクラ) | レタスのチャーハン(なんはん) にんじんのにもの みぞしる | 白鳥魚のくず煮 にんじんのにもの みぞ汁 7倍がゆ | 白鳥魚のくず煮 にんじんのにもの 10倍がゆ | 白鳥魚 人参(オクラ) 米 | 半つき米、油、〇マヨ ネース | 〇牛乳、卵、鮭フレー ク、たらこ、ツナ缶 | 人参、玉葱、レタス、刻 みオクラ、〇胡瓜、ビー マン、〇大根、〇人参 | おこめぼー | やさいスティック ぎゅうにゅう | やさいスティック ぎゅうにゅう |
| 27 金 どんぐり パーティー | ナポリタン カリフラワーのトマトに スープ(はくさい) | ナポリタン カリフラワーのトマトに スープ(はくさい) | ナポリタン カリフラワーのトマトに スープ(はくさい) | ささみのくず煮 カリフラワーのトマトに みぞ汁 7倍がゆ | 白鳥魚のくず煮 カリフラワー(トマト) 米 | 中期：ささみ 初期：白鳥魚 カリフラワー(トマト) 米 | 〇七分つき米、スペ ティ、オリーブ油、砂 糖、油、片栗粉、小麦 粉、マーガリン | ベーコン、〇ちりめん じゃこ、粉チーズ、牛乳 ラバー(冷) | 玉葱、トマト、はくさ い、人参、マッシュル ーム缶、ビーマン、カリ フラワー(冷) | おこめぼー | おにぎり むきちや | おにぎり むきちや |
| 28 土 つくし 卒園式 | ハンバーグ ボーテサラダ スープ(オクラ) ななぶつきまい(なっとう) | ハンバーグ ボーテサラダ スープ(オクラ) ななぶつきまい(なっとう) | ハンバーグ じゃがいものにもの みぞしる なんはん(なっとう) | 豆腐のくず煮 じゃがいものにもの みぞ汁 7倍がゆ | 豆腐 じゃがいも(プロッコリー) 米 | 豆 豆 豆腐 じゃがいも(プロッコリー) 米 | 七分つき米、チルドボテ ト、パン粉、マヨネ ーズ、油 | 〇牛乳、合挽肉、納豆、 卵、牛乳、〇牛乳 あたりめ | 玉葱、刻みオクラ、人 参、胡瓜 | おこめぼー | リップ マンナウエファー ぎゅうにゅう | おこめぼー マンナウエファー ぎゅうにゅう |

☆初期食は、食材をかつお・こんぶだしで炊いて作っています。

調味料での味付けはしていません。(とろみは栗粉使用)

ミキサーでペースト状にしています。

パンがゆ・中期のひじきパンには、粉ミルクを使用しています。

中期食の味付けに使用している調味料

(さとう・しょうゆ・塩・みそなど)は、上記の材料名には載せていません。

☆ 材料の〇は午後おやつに使用している食材です。

☆材料名の()は中期食と後期食のみの提供となります。材料は変更する場合があります。

☆後期食・完了期食はすべて加熱しています。後期食の副菜は、中期食の副菜と同じ食材を使用しています。

<10時・15時市販品のおやつについて>

☆完了期おやつのおかしは、おこめぼー、マンナウエファー、マンナビスクレット、たべっこベイビー、ピジョンひじきせんべい、ピジョン小魚せんべい、ピジョンお野菜せんべいなどの提供になります。

おやつは変更する場合があります。

<材料名について>

☆〇歳児に提供しない食材が含まれている場合や月齢に応じたものに変更されている場合があります。

ご了承ください。