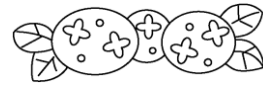




平成27年6月 離乳食 献立表



朝霞市保育園

日	曜日	献立名		主な材料名			
		昼食	おやつ	熱やカになるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1	15	月	軟飯 豚肉と野菜のくず煮 ほうれん草ごま和え 豆腐となめこみそ汁	たまねぎ軟飯 キャベツスープ	はいが精米/片栗粉 /上白糖/白ごま(すり)	豚ロース/絹ごし豆腐 /煮干し/味噌/ 出し昆布	玉葱/ほうれん草/ 人参/なめこ/長ね ぎ/キャベツ
2	16	火	軟飯 むきカレイの煮つけ もやしナムル 野菜みそ汁	パンケーキ いんげんのスープ	はいが精米/片栗粉 /ごま油/ホット ケーキ粉/菜種油/ 上白糖	むきかだい/煮干し /味噌/豆乳	もやし/人参/きゅ うり/キャベツ/玉 葱/いんげん
3	17	水	軟飯 バーベキューチキン 大根サラダ コーンスープ	じゃが芋軟飯 スティックきゅうり	はいが精米/上白糖 /菜種油/じゃが芋	若鶏肉モモ/豆乳	玉葱/大根/きゅ うり/レモン/コンクリ ム缶/パセリ(乾)
4	18	木	軟飯 かじきのとろみ煮 キャベツのお浸し えのき茸とわかめすまし汁	ビーフ入りスープ ポイル野菜	はいが精米/片栗粉 /上白糖/ビーフ /菜種油	かじき/生わかめ/ かつお節/出し昆布	キャベツ/人参/水 菜/えのき茸/ピー マン/アスパラガス
5	29	金月	軟飯 豚肉と野菜のみそ炒め ブロッコリー青茹で わかめスープ	人参軟飯 玉ねぎと椎茸みそ汁	はいが精米/菜種油	豚ひき肉/味噌/生 わかめ/出し昆布/ 煮干し	キャベツ/ブロッ コリー/玉葱/人参/ 干し椎茸
19	金		軟飯 鶏つくね 小松菜のおかか和え 彩すまし汁 メロン	トースト キャロットポタージュ	はいが精米/菜種油 /片栗粉/上白糖/ 食パン	鶏ひき肉/味噌/花 かつお/豆乳/かつ お節/出し昆布	玉葱/小松菜/人参 /えのき茸/生椎茸 /水菜/メロン/パ セリ(乾)
6	20	土	軟飯 ハヤシチュー イタリアンサラダ	コーン軟飯 野菜スープ	はいが精米/菜種油 /米粉/上白糖	豚ひき肉/ツナ缶	玉葱/人参/トマト ジュース/ブロッ コリー/トマト/粒 コーン缶
8	22	月	軟飯 大根の鶏そぼろあんかけ オクラのおかか和え しめじと長ねぎみそ汁	昆布軟飯 そら豆ポタージュ	はいが精米/菜種油 /上白糖/片栗粉	鶏ひき肉/花かつお /煮干し/味噌/塩 昆布/豆乳	大根/人参/オクラ /かぶ/ぶなしめじ /長ねぎ/そらまめ /玉葱/パセリ(乾)
9	23	火	軟飯 鮭の照り煮 きゅうりのゆかり和え チンゲン菜と人参すまし汁 養生柑	かぼちゃ軟飯 野菜スティック	はいが精米/片栗粉	鮭/出し昆布/かつ お節	きゅうり/もやし/ ちんげん菜/人参/ 美生柑/かぼちゃ
10	24	水	軟飯 クリームシチュー フレンチサラダ トマト	キャベツ軟飯 じゃが芋みそ汁	はいが精米/じゃが 芋/菜種油/米粉/ 上白糖	豚ひき肉/豆乳/出 し昆布/煮干し/味 噌	玉葱/人参/コンクリ ム缶/キャベツ/きゅ うり/トマト
11	25	木	軟飯 かじきのおろし煮 ひじきの煮つけ 朝霞の玉ねぎみそ汁 メロン	ジャージャー麺 ポイル野菜	はいが精米/菜種油 /上白糖/そうめん (乾)/片栗粉	かじき/ひじき/煮 干し/味噌/豚ひき 肉	大根/人参/玉葱/ 小松菜/メロン
12	26	金	軟飯 マーボー豆腐 きゅうりの和え物 エリンギスープ	トースト もやしスープ	はいが精米/菜種油 /上白糖/ごま油/ 片栗粉/食パン	木綿豆腐/豚ひき肉 /味噌/出し昆布	長ねぎ/人参/いら /きゅうり/エリン ギ/玉葱/パセリ (乾)/もやし
13	27	土	軟飯 豚肉の野菜炒め ブロッコリーおかか和え 小松菜みそ汁	トマトリゾット たまねぎスープ	はいが精米/菜種油	豚ロース/花かつお /煮干し/味噌	人参/玉葱/ブロッ コリー/小松菜/長 ねぎ/パセリ(乾)
30	火		軟飯 あじの煮つけ チンゲン菜のお浸し オクラとえのき茸すまし汁	じゃが芋軟飯 野菜スープ	はいが精米/片栗粉 /上白糖/じゃが芋	あじ/出し昆布/か つお節	キャベツ/ちんげん 菜/人参/オクラ/ えのき茸/玉葱

★食材の都合により献立を一部変更する場合がありますのでご了承ください。
 ★献立の他に麦茶と必要に応じてミルクを飲んでます。
 ★11日、25日は朝霞市農産物直売組合の野菜を使用します。
 ★毎月19日は食育の日です。保育園では、毎月19日前後に「食育ランチ」を
 提供します。どうぞお楽しみに！！

