



## 離乳食完了期（12～18か月頃）予定献立表

京丹後市立保育所・こども園

日曜	献立	材料名
2月	軟飯～ご飯 あんかけうどん 納豆みそ バナナ	米 うどん、鶏肉、はくさい、にんじん、しいたけ、ねぎ、だし汁、しょうゆ、片栗粉 納豆、豚ひき肉、ねぎ、ごま、みそ、砂糖、だし汁 バナナ
	牛乳(ミルク) おからのパンケーキ	おから、米粉、ベーキングパウダー、砂糖、水、油
3火	節分ドライカレーライス 青菜のツナ和え みかん	米、豚ひき肉、大豆、たまねぎ、にんじん、ピーマン、油、カレー粉、洋風だしの素、ケチャップ、ソース、米粉 こまつな、はくさい、にんじん、ツナ缶、しょうゆ みかん
	牛乳(ミルク) おにまんじゅう	さつまいも、米粉、片栗粉、ベーキングパウダー、砂糖、水
4水	軟飯～ご飯 はまち ブロッコリーのごま和え ふのすまし汁	米 はまち、片栗粉、油、ケチャップ、砂糖 ブロッコリー、はくさい、にんじん、ごま、しょうゆ たまねぎ、えのきたけ、にんじん、麸、ねぎ、だし汁、しょうゆ
	牛乳(ミルク) ベビーせんべい	ベビーせんべい
5木	軟飯～ご飯 (わかめ) 焼きそば 中華スープ 金時煮豆	米、炊き込みわかめ 焼きそばめん、豚肉、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ソース、あおのり、油 豆腐、たまねぎ、にんじん、しいたけ、ねぎ、中華だしの素、水 いんげんまめ、砂糖、しょうゆ
	牛乳(ミルク) バナナ	バナナ
6金	軟飯～ご飯 雷豆腐 大根サラダ オレンジ	米 豆腐、豚ひき肉、ごま油、たまねぎ、にんじん、グリンピース、しいたけ、砂糖、しょうゆ だいこん、きゅうり、にんじん、ハム、わかめ、マヨネーズ、酢、しょうゆ オレンジ
	牛乳(ミルク) ベビーせんべい	ベビーせんべい
9月	軟飯～ご飯 シチュー 春雨サラダ いよかん	米 鶏肉、たまねぎ、はくさい、じゃがいも、にんじん、ブロッコリー、油、水、洋風だしの素、豆乳、米粉、コーンスターーチ ハム、キャベツ、きゅうり、にんじん、はるさめ、酢、しょうゆ、砂糖、だし汁 いよかん
	鶏そぼろおにぎり	米、鶏ひき肉、しょうゆ、あおのり
10火	軟飯～ご飯 魚と野菜のみそ煮 白菜のすまし汁	米 あかうお、こまつな、にんじん、だし汁、みそ はくさい、たまねぎ、にんじん、豆腐、ねぎ、だし汁、しょうゆ
	牛乳(ミルク) にんじん蒸しパン	米粉、ベーキングパウダー重曹、にんじん、砂糖、油、オレンジジュース、水、酢
12木	軟飯～ご飯 鶏肉と野菜煮 さつまいものレモン煮	米 鶏肉、キャベツ、にんじん、きゅうり、だし汁、砂糖、しょうゆ さつまいも、砂糖、レモン
	バナナ豆乳クリームかけ	豆乳、砂糖、米粉、バナナ、レーズン
13金	軟飯～ご飯 ポテトのミートグラタン 豆腐のあつたかスープ オレンジ	米 じゃがいも、豚ひき肉、油、たまねぎ、にんじん、水、ケチャップ、しょうゆ、米粉、チーズ 豆腐、たまねぎ、中華だしの素、水、片栗粉 オレンジ
	牛乳(ミルク) ベビーせんべい	ベビーせんべい
16月	軟飯～ご飯 大根のそぼろ煮 ポパイサラダ オレンジ	米 豚ひき肉、だいこん、たまねぎ、にんじん、ねぎ、ごま油、だし汁、砂糖、しょうゆ ほうれんそう、キャベツ、にんじん、ツナ缶、マヨネーズ、しょうゆ、酢 オレンジ
	牛乳(ミルク) お焼き	じゃがいも、片栗粉、しょうゆ、油
17火	軟飯～ご飯 あかうおの煮付 フライドポテト 野菜スープ	米 あかうお、だし汁、砂糖、しょうゆ じゃがいも、油 たまねぎ、キャベツ、にんじん、パセリ粉、洋風だしの素、水
	牛乳(ミルク) バナナケーキ	バナナ、レモン、砂糖、塩、水、油、米粉、ベーキングパウダー
18水	軟飯～ご飯 大豆入りミートボール しょうゆフレンチ 大根のみそ汁	米 大豆、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、片栗粉、米粉、塩、油 キャベツ、ほうれんそう、にんじん、しょうゆ、酢、油 だいこん、たまねぎ、にんじん、わかめ、だし汁、みそ
	牛乳(ミルク) ベビーせんべい	ベビーせんべい
19木	軟飯～ご飯 さばのムニエル 即席漬け わかめスープ	米 さば、塩、米粉、油 キャベツ、はくさい、にんじん、塩こんぶ、酢 わかめ、たまねぎ、しいたけ、ねぎ、中華だしの素、水
	炊き込みおにぎり	米、鶏ひき肉、にんじん、しいたけ、しょうゆ、酒
20金	軟飯～ご飯 けんちん煮 スパゲティサラダ オレンジ	米 豆腐、鶏肉、だいこん、にんじん、しいたけ、ねぎ、油、砂糖、しょうゆ スパゲティ、キャベツ、きゅうり、にんじん、ハム、マヨネーズ、しょうゆ、酢 オレンジ
	牛乳(ミルク) ふのラスク	麸、油、砂糖
24火	軟飯～ご飯 トマトシチュー シルバーサラダ バナナ	米 鶏肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、グリンピース、油、ホールトマト、水、洋風だしの素、ケチャップ、米粉 はるさめ、キャベツ、きゅうり、にんじん、マヨネーズ、酢 バナナ
	牛乳(ミルク) 焼きいも	さつまいも、油
25水	軟飯～ご飯 あかうおのレモンソース ほうれん草のお浸し さつま汁	米 あかうお、片栗粉、油、砂糖、酢、しょうゆ、レモン、パセリ粉 ほうれん草、にんじん、かつお節、しょうゆ さつまいも、だいこん、鶏肉、しょうゆ、片栗粉、にんじん、ねぎ、だし汁、みそ
	ゆかりおにぎり	米、ふりかけ
26木	軟飯～ご飯 あんかけ じゃがいものみそ汁 いよかん	米 豚ひき肉、鶏ひき肉、たまねぎ、ピーマン、パプリカ、しめじ、ごま油、中華だしの素、しょうゆ、砂糖、米粉 じゃがいも、たまねぎ、にんじん、わかめ、ねぎ、だし汁、みそ いよかん
	牛乳(ミルク) マカロニきな粉	スパゲティ、きな粉、砂糖
27金	軟飯～ご飯 厚揚げとじゃが芋のそぼろ煮 小松菜のナムル オレンジ	米 生揚げ、鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、いんげん、油、しょうゆ、砂糖、片栗粉 こまつな、キャベツ、にんじん、砂糖、しょうゆ、酢、ごま油 オレンジ
	牛乳(ミルク) バナナ	バナナ

※ 午前の間食時間には牛乳（ミルク）を飲みます。

※ 使用食材の中に食べたことのないものがあれば、お知らせください。

※ 都合により献立を変更する場合がありますがご了承ください。

## 離乳食の時間楽しい時間にしましょう

食事の時は、「おいしいね」「上手に食べたね」「これは〇〇だよ」などと話しかけたり、大人も一緒に食事をすることで、食べる楽しさの体験ができます。楽しい食事の時間を作りましょう☆