

献立表

2020年12月

FUJI English 保育園 〈離乳食：完了期〉

日付		献立名	材料名
1	tue	焼うどん 三色和え 野菜スープ	ゆでうどん、豚ミンチ、たまねぎ、にんじん、食塩、濃口醤油、キャベツ、きゅうり、にんじん、三温糖、白菜、けずり節、薄口しょうゆ
2	wed	ごはん ちゃんこ鍋 ブロッコリーのおかか和え	米、豚ミンチ、たまねぎ、こまつな、食塩、片栗粉、じゃがいも、にんじん、キャベツ、けずり節、薄口しょうゆ、ブロッコリー、花かつお、濃口醤油
3	thu	ごはん カレイの煮付け ほうれん草のお浸し みそ汁	米、カレイ、三温糖、濃口醤油、けずり節、ほうれん草、にんじん、たまねぎ、にんじん、みそ、けずり節
4	fri	かやくうどん さつまいもの煮つけ	ゆでうどん、鶏もも肉、白菜、たまねぎ、にんじん、けずり節、薄口しょうゆ、さつまいも(皮付)、三温糖、濃口醤油、けずり節
5	sat	お弁当	
6	sun	お休み	
7	mon	ごはん 鶏肉のトマト煮 ひじきのサラダ	米、鶏もも肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、カットトマト缶詰、濃口醤油、ひじき、きゅうり、白砂糖、薄口しょうゆ、キャベツ、だいこん、こまつな、けずり節
8	tue	ごはん カレイの照焼 ほうれん草の磯和え 豆腐のスープ	米、かれい、濃口醤油、三温糖、ほうれん草、にんじん、刻み海苔、絹ごし豆腐、たまねぎ、けずり節、薄口しょうゆ
9	wed	ごはん 鶏肉のとじじゃがいもの煮付け かぼちゃんのみそ汁	米、鶏もも肉、にんじん、じゃがいも、三温糖、濃口醤油、けずり節、かぼちゃ、たまねぎ、チンゲン菜、味噌
10	thu	ごはん カレイの味噌焼き 小松菜の煮浸し すまし汁	米、かれい、みそ、三温糖、こまつな、にんじん、濃口醤油、けずり節、じゃがいも、たまねぎ、濃口醤油
11	fri	ごはん 豚じゃが煮 はくさいの和え物	米、豚肉(もも)、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、濃口醤油、三温糖、けずり節、白菜、きゅうり
12	sat	お弁当	
13	sun	お休み	
14	mon	焼うどん 三色和え 野菜スープ	ゆでうどん、豚ミンチ、たまねぎ、にんじん、食塩、濃口醤油、キャベツ、きゅうり、にんじん、三温糖、白菜、けずり節、薄口しょうゆ
15	tue	ごはん 鮭の塩焼き キャベツの和え物 みそ汁	米、鮭、食塩、キャベツ、にんじん、三温糖、濃口醤油、たまねぎ、ほうれん草、みそ、けずり節

献立表

2020年12月

FUJI English 保育園 〈離乳食：完了期〉

日付		献立名	材料名
16	wed	ごはん 鶏肉の照焼 きゅうりの和え物 白菜のスープ	米、鶏もも肉、三温糖、濃口醤油、きゅうり、にんじん、たまねぎ、白菜、けずり節薄口しょうゆ
17	thu	ごはん カレイの煮付け ほうれん草のお浸し みそ汁	米、カレイ、三温糖、濃口醤油、けずり節、ほうれん草、にんじん、たまねぎ、にんじん、みそ、けずり節
18	fri	ごはん カレイの味噌焼き 小松菜の煮浸し すまし汁	米、かれい、みそ、三温糖、こまつな、にんじん、濃口醤油、けずり節、じゃがいも、たまねぎ、濃口醤油
19	sat	お弁当	
20	sun	お休み	
21	mon	ごはん ちゃんこ鍋 ブロッコリーのおかか和え	米、豚ミンチ、たまねぎ、こまつな、食塩、片栗粉、じゃがいも、にんじん、キャベツ、けずり節、薄口しょうゆ、ブロッコリー、花かつお、濃口醤油
22	tue	ごはん カレイの照焼 ほうれん草の磯和え 豆腐のスープ	米、かれい、濃口醤油、三温糖、ほうれん草、にんじん、刻み海苔、絹ごし豆腐、たまねぎ、けずり節、薄口しょうゆ
23	wed	ごはん 鶏肉のトマト煮 ひじきのサラダ	米、鶏もも肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、カットトマト缶詰、濃口醤油、ひじき、きゅうり、白砂糖、薄口しょうゆ、キャベツ、だいこん、こまつな、けずり節
24	thu	チャーハン(豚肉) わかめスープ	米、豚ミンチ、たまねぎ、にんじん、濃口醤油、白菜、カットわかめ、薄口しょうゆ、けずり節
25	fri	食パン 鶏肉の照焼 花野菜のお浸し 野菜スープ	食パン、鶏もも肉(皮付き)、濃口醤油、三温糖、ブロッコリー、カリフラワー、にんじん、じゃがいも、たまねぎ、コーン缶、ほうれん草、薄口しょうゆ
26	sat	お弁当	
27	sun	お休み	
28	mon	ごはん 豚じゃが煮 はくさいの和え物	米、豚肉(もも)、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、濃口醤油、三温糖、けずり節、白菜、きゅうり
29	tue	冬季休園	
30	wed	冬季休園	
31	thu	冬季休園	

※土曜日はお弁当の準備をお願いいたします。

※10時のおやつはスナック(ハイハイン、小魚家族、ベビーせんべい等)

※3時のおやつは果物(りんご、オレンジ、季節の果物)とスナック(ビスケット、マンナボーロ、野菜家族、かっぱえびせん等)