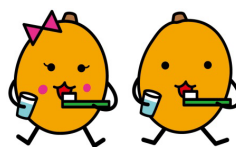


日	曜日	献立名	1~5歳児 副食 および おやつ		1~2歳児	
			主材料	午後のおやつ	朝のおやつ	主食および加食
1	金	鮭の塩焼き じゃが芋の炒め煮 わかめの味噌汁 オレンジ	鮭 じゃが芋・ちくわ・人参・ごま わかめ・豆腐・えのき草・大根・玉葱・味噌 オレンジ	牛乳 アップルゼリー	グレープ果汁	白飯 ふりかけ
2	土	チャンポン リンゴ 牛乳	中華乾麺・豚肉・天ぷら・かまぼこ・キャベツ・もやし・玉葱 人参・きくらげ・干しいたけ リンゴ 牛乳	ジャムパン	オレンジ果汁	左に同じ 茹こーん
4	月	焼きししゃも れんこんの炒め煮 高野豆腐の味噌汁 パナナ	ししゃも れんこん・鶏肉・人参 高野豆腐・ごぼう・えのき草・玉葱・葱・味噌 パナナ	牛乳 ピーナッツバター トースト	アップル果汁	わかめご飯
5	火	鶏レバーの焼き肉風 わかめスープ オレンジ	鶏レバー・牛乳・小麦粉・片栗粉・ピーマン・赤パプリカ・もやし 玉葱・人参・焼き肉のたれ わかめ・豚肉・ごま油・ごま オレンジ	ミルク きな粉ケーキ	グレープ果汁	ホットパン トマト
6	水	吉野汁 ひじきのマリネ リンゴ	豆腐・鶏肉・天ぷら・かまぼこ・チンゲン菜・玉葱・人参 干しいたけ・片栗粉 ひじき・ハム・キャベツ・胡瓜・レモン リンゴ	牛乳 菓子	ジョア	ゆかりご飯
7	木	豆入りトマトシチュー ツナ入りマヨサラダ びわ	豚肉・ひよこ豆・じゃが芋・人参・玉葱・なす・トマト缶・小麦粉 バター・ミルク・ピューレ・デミグラスソース ツナ缶・キャベツ 胡瓜・マヨネーズ・卵 びわ	ココアミルク ヨーグルト和え	お茶 マンナ	白パン ロースハム
8	金	チキンバーグ 人参のアーモンド和え 南瓜の味噌汁 キウイフルーツ	鶏ミンチ・生姜・豆腐・玉葱・ミルク・パン粉・卵 人参 キャベツ・スライスアーモンド 南瓜・わかめ・味噌 キウイフルーツ	牛乳 いりこ&チーズ	野菜ジュース	コーンご飯
9	土	五目うどん バナナ 牛乳	うどん乾麺・鶏肉・かまぼこ・干しいたけ・玉葱・人参・葱・卵 バナナ 牛乳	サンライズパン	オレンジ果汁	左に同じ ウインナー
11	月	カレー肉じゃが 麩の味噌汁 リンゴ	豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・糸こんにゃく・ピース・カレー粉 麩・豆腐・わかめ・キャベツ・味噌 リンゴ	牛乳 人参バナナマフィン	アップル果汁	白飯 きざみのり
12	火	ほうれん草のココット 野菜スープ オレンジ	卵・ほうれん草・玉葱・人参・ベーコン・シュレットチーズ 鶏肉・南瓜・もやし オレンジ	ミルク ココアクッキー	飲むヨーグルト	青米パン 胡瓜もみ
13	水	白身魚の天ぷら 切干大根の炒め煮 なすの味噌汁 キウイフルーツ	白身魚・小麦粉・卵 切干大根・人参・天ぷら・ごま なす・豆腐・玉葱・葱・味噌 キウイフルーツ	牛乳 菓子	ジョア	麦飯 ひき割り納豆
14	木	マカロニグラタン レタススープ バナナ	マカロニ・鶏肉・玉葱・ムキエビ・コーン・人参・ドライパセリ 牛乳・ミルク・バター・小麦粉・シュレットチーズ レタス ベーコン・トマト缶・しめじ パナナ	ココアミルク もちもちお焼き	クロレラ 動物ビスケット	ロールパン ロースハム
15	金	牛肉とオクラのすき煮 豆腐の味噌汁 びわ	牛肉・オクラ・糸こんにゃく・玉葱・人参 もやし・わかめ・豆腐・味噌 びわ	牛乳 ひとくちピザ	オレンジ果汁	人参ご飯
16	土	和風スパゲティ リンゴ 牛乳	スパゲティ・豚肉・ハム・玉葱・人参・ピーマン・卵 リンゴ 牛乳	プチャモンパン	グレープ果汁	左に同じ ウインナー
18	月	ハヤシ風 ツナサラダ オレンジ	牛肉・にんにく・玉葱・人参・じゃが芋・トマト缶・小麦粉・バター ピューレ・デミグラスソース・ミルク ツナ缶・わかめ キャベツ・胡瓜 オレンジ	牛乳 ミルクもち	アップル果汁	白飯
19	火	白身魚のマヨネーズ焼き 青菜ときのこのスープ リンゴ	白身魚・マヨネーズ・玉葱・人参・赤パプリカ・ピーマン チンゲン菜・鶏肉・エリンギ・しめじ・えのき草 リンゴ	ミルク アーモンドマドレーヌ	野菜ジュース	ホットパン 粉ふき芋
20	水	ひじき入りチャンプル コーンスープ オレンジ	ひじき・豚肉・豆腐・干しいたけ・チンゲン菜・人参・もやし 玉葱・ごま油 クリームコーン缶・鶏肉・じゃが芋 ドライパセリ オレンジ	牛乳 菓子	クロレラ	白飯 ふりかけ
21	木	豚肉と野菜の卵炒め 汁ピーン キウイフルーツ	豚肉・卵・ミルク・キャベツ・人参・玉葱・いんげん ピーン・鶏肉・干しいたけ・チンゲン菜 キウイフルーツ	ココアミルク コーン蒸しパン	お茶 卵ポーロ	食パン 棒チーズ
22	金	チリコンカン 春雨の中華サラダ びわ	合ミンチ・豚肉・ひよこ豆・玉葱・人参・ピース・にんにく・トマト トマト缶 春雨・卵・ハム・カニ風味かまぼこ・胡瓜・ごま油 ごま びわ	牛乳 白玉フルーツポンチ	飲むヨーグルト	麦飯 ロースハム
23	土	ジャージャー麺 オレンジ 牛乳	中華乾麺・合ミンチ・玉葱・人参・生姜・にんにく・赤味噌・味噌 甜面醬・片栗粉・葱・卵 オレンジ 牛乳	チーズパン	グレープ果汁	左に同じ 茹こーん
25	月	さばと野菜の洋風焼き ポテトスープ リンゴ	さば・トマト缶・玉葱・人参・しめじ・なす・シュレットチーズ 豚肉・じゃが芋・ドライパセリ リンゴ	牛乳 オレンジババロア	アップル果汁	ホットパン 人参グラッセ
26	火	ポークカレー キャベツとコーンのサラダ オレンジ	豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・ピース・バター・小麦粉・ミルク カレー粉・ピューレ・チャツネ・粉チーズ・牛乳・ガラムマサラ 生姜・にんにく キャベツ・コーン・ハム・胡瓜・卵 オレンジ	ココアミルク パインケーキ	オレンジ果汁	白飯
27	水	炊き合わせ はんぺんの味噌汁 びわ	鶏肉・厚揚げ・天ぷら・干しいたけ・人参・大根・いんげん はんぺん・わかめ・玉葱・しめじ・南瓜・味噌 びわ	牛乳 菓子	ジョア	麦飯 胡瓜もみ
28	木	【お誕生日会】 鶏の照り焼き風 ほうれん草のおかか和え まり麩のすまし汁 ぜりー	米・サケフレーク・人参 鶏もも肉・小麦粉・片栗粉 ほうれん草・かつお節 まり麩・豆腐・水菜・玉葱 ぜりー	ミルク 卵サンド	アップル果汁	左に同じ
29	金	ちくわと玉葱のかき揚げ 胡瓜和え キャベツのスープ オレンジ	ちくわ・玉葱・人参・コーン・小麦粉・卵 胡瓜・ごま キャベツ・ベーコン・豆腐・えのき草・ドライパセリ オレンジ	牛乳 焼きチーズのせ ソーセージ	お茶 胚芽スティック	食パン ロースハム
30	土	肉うどん リンゴ 牛乳	うどん乾麺・牛肉・油揚げ・かまぼこ・玉葱・人参・葱 リンゴ 牛乳	スコッチアーモンド パン	飲むヨーグルト	左に同じ ウインナー

○ は完全給食です。お弁当はいりません。

調味料等の記載は除く
(塩・しょうゆ・ソース・ケチャップ・砂糖・みりん
酒・酢・スープ・だし汁・油等)
都合により、献立を変更する場合があります。
ご了承ください。



岡垣町イメージキャラクター
♥びわりん&びわすけ★

【栄養士からのひと言】

びわについて
ポリフェノールが多く、かぜ予防や
血管に良い効果があります。
果皮にハリがあり、色があざやかな
ものが良いです。

日	曜日	0歳児				
		献立名	主材料	午後のおやつ	朝のおやつ	主食および加食
1	金	白身魚の煮付 じゃが芋のやわらか煮 わかめの味噌汁 オレンジ	白身魚 じゃが芋・人参 わかめ・豆腐・大根・玉葱・味噌 オレンジ	ミルク ゼリー	果汁	おかゆ
2	土	煮込み野菜うどん リンゴ ミルク	うどん乾麺・鶏肉・キャベツ・玉葱・人参 リンゴ ミルク	食パン	果汁	左に同じ
4	月	白身魚と人参の甘煮 玉葱の味噌汁 バナナ	白身魚 鶏肉・人参・玉葱・味噌 バナナ	ミルク 食パン	果汁	おかゆ
5	火	鶏レバーと野菜の煮付 わかめスープ オレンジ	鶏レバー・玉葱・人参 わかめ・鶏肉 オレンジ	ミルク ホットケーキ	果汁	食パン トマト
6	水	豆腐汁 キャベツの和え物 リンゴ	豆腐・鶏肉・玉葱・人参・片栗粉 キャベツ リンゴ	ミルク 動物ビスケット	果汁	おかゆ
7	木	トマトスープ 野菜サラダ バナナ	鶏肉・じゃが芋・人参・玉葱・なす・トマト缶 キャベツ バナナ	ミルク みかん	お茶 マンナ	食パン
8	金	チキンバーグ 茹人参 南瓜の味噌汁 オレンジ	鶏ミンチ・豆腐・玉葱 人参・キャベツ 南瓜・わかめ・味噌 オレンジ	ミルク あかちゃんせんべい	果汁	おかゆ
9	土	煮込みうどん バナナ ミルク	うどん乾麺・鶏肉・玉葱・人参 バナナ ミルク	食パン	果汁	左に同じ
11	月	鶏肉とじゃが芋の煮付 麩の味噌汁 リンゴ	鶏肉・じゃが芋・玉葱・人参 麩・豆腐・わかめ・キャベツ・味噌 リンゴ	ミルク バナナ	果汁	おかゆ
12	火	鶏肉とほうれん草の煮付 野菜スープ オレンジ	鶏肉・ほうれん草・玉葱・人参 南瓜 オレンジ	ミルク マンナ	果汁	食パン
13	水	白身魚と野菜の旨煮 なすの味噌汁 リンゴ	白身魚 人参 なす・豆腐・玉葱・味噌 リンゴ	ミルク あかちゃんせんべい	果汁	おかゆ
14	木	マカロニのやわらか煮 トマトスープ バナナ	マカロニ・鶏肉・玉葱・人参 トマト缶 バナナ	ミルク マンナ	果汁 動物ビスケット	食パン
15	金	鶏肉と野菜の甘煮 豆腐の味噌汁 オレンジ	鶏肉・玉葱・人参 わかめ・豆腐・味噌 オレンジ	ミルク あかちゃんせんべい	果汁	人参入りかゆ
16	土	煮込みスパゲティ リンゴ ミルク	スパゲティ・鶏肉・玉葱・人参 リンゴ ミルク	食パン	果汁	左に同じ
18	月	鶏肉と野菜のトマトスープ キャベツとわかめの和え物 オレンジ	鶏肉・玉葱・人参・じゃが芋・トマト缶 わかめ・キャベツ オレンジ	ミルク あかちゃんせんべい	果汁	おかゆ
19	火	白身魚と玉葱の煮付 人参のスープ リンゴ	白身魚・玉葱・人参 鶏肉 リンゴ	ミルク 動物ビスケット	果汁	食パン 粉ふき芋
20	水	豆腐と鶏肉の煮物 ポテトスープ オレンジ	豆腐・鶏肉・人参・玉葱 じゃが芋 オレンジ	ミルク あかちゃんせんべい	果汁	おかゆ
21	木	鶏肉と野菜の煮付 汁ビーフン バナナ	鶏肉・キャベツ・人参・玉葱 ビーフン バナナ	ミルク 蒸しパン	お茶 マンナ	食パン
22	金	鶏肉と野菜のスープ煮 春雨のやわらか煮 リンゴ	鶏肉・玉葱・人参・トマト・トマト缶 春雨 リンゴ	ミルク みかん	果汁	おかゆ
23	土	味噌煮込みうどん オレンジ ミルク	うどん乾麺・鶏ミンチ・玉葱・人参・味噌・片栗粉 オレンジ ミルク	食パン	果汁	左に同じ
25	月	白身魚と野菜のトマト煮 ポテトスープ リンゴ	白身魚・トマト缶・玉葱・人参・なす 鶏肉・じゃが芋 リンゴ	ミルク ゼリー	果汁	食パン 人参の甘煮
26	火	チキンスープ キャベツの和え物 オレンジ	鶏肉・じゃが芋・玉葱・人参 キャベツ オレンジ	ミルク 動物ビスケット	果汁	おかゆ
27	水	炊き合わせ 玉葱の味噌汁 リンゴ	鶏肉・豆腐・人参・大根 わかめ・玉葱・南瓜・味噌 リンゴ	ミルク マンナ	果汁	おかゆ
28	木	【お誕生日会】 鶏の甘煮 ほうれん草のお浸し 麩のすまし汁 おかゆ ゼリー	米・人参 鶏肉 ほうれん草 麩・豆腐・玉葱 ゼリー	ミルク 食パン	果汁	左に同じ
29	金	ひき肉と野菜の旨煮 キャベツのスープ オレンジ	鶏ミンチ・玉葱・人参 鶏肉・キャベツ・豆腐 オレンジ	ミルク あかちゃんせんべい	お茶 動物ビスケット	食パン
30	土	煮込みうどん リンゴ ミルク	うどん乾麺・鶏肉・玉葱・人参 リンゴ ミルク	食パン	果汁	左に同じ

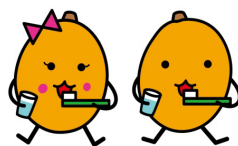
離乳食の進め方

7~8ヶ月頃 (つぶつぶ状) (舌で潰せる固さ)
9~10ヶ月頃 (柔らかい固形状(歯茎で潰せる固さ))

調味料等の記載は除く

(塩・しょうゆ・砂糖・スープ・だし汁等)

都合により、献立変更する場合があります。ご了承下さい。



岡垣町イメージキャラクター

♡ひわりん&ひわすけ★

【栄養士からのひと言】

びわについて

ポリフェノールが多く、かぜ予防や血管に良い効果があります。果皮にハリがあり、色があざやかなものが良いです。