



1月 離乳食予定献立表



令和6年12月27日 小柳保育園

日 曜日	献立	主な食材
6 月	かしわうどん 果物	鶏肉 ほうれん草 卵 わかめ 長ねぎ うどん 果物
7 火	納豆ごはん けんちん汁 野菜のスープ煮 さつまいもマッシュ 果物	納豆 人参 大根 豆腐 長ねぎ 椎茸 きゃべつ 人参 さつまいも 果物
8 水	ごはん 焼き魚 小松菜の和え物 大根煮 きのこの味噌汁 果物	魚 小松菜 人参 もやし 大根 しめじ とりひき 果物
9 木	パン ハンバーグ風 野菜とスパゲティー煮 わかめのスープ 果物	パン ハンバーグ きゃべつ 玉ねぎ スパゲティー わかめ 果物
10 金	親子丼 春雨サラダ トマト なすの味噌汁 果物	とりもも 卵 玉ねぎ きゅうり 春雨 人参 トマト なす 果物
11 土	野菜煮込みうどん 果物	うどん 人参 鶏肉 玉ねぎ 長ねぎ 卵 果物
14 火	ごはん 焼肉風 もやしナムル トマト 味噌汁 果物	豚肉 もやし ほうれん草 人参 トマト きゃべつ 果物
15 水	ごはん 魚の煮付け 野菜のお浸し さつまいも煮 大根の味噌汁 果物	魚 白菜 人参 さつまいも 大根 果物
16 木	〈お誕生会〉パン ミートソーススパゲティー 卵と温野菜サラダ ほうれん草のスープ 果物	パン スパゲティー 豚ひき 人参 玉ねぎ 卵 大根 きゅうり ほうれん草 果物
17 金	ごはん けんちん汁 牛肉ともやしのあんかけ かぼちゃ煮 果物	人参 大根 しめじ 牛肉 もやし かぼちゃ 果物
18 土	ごはん 肉じゃが サラダ 果汁	牛肉 人参 じゃがいも 玉ねぎ レタス きゅうり トマト 卵 果汁
20 月	野菜にゆう麺 果物	卵 豚肉 人参 ほうれん草 長ねぎ 果物 そうめん
21 火	ごはん 豆腐あんかけ ブロッコリーのツナ和え 麩の味噌汁 果物	豆腐 玉ねぎ 人参 とりひき ブロッコリー ツナ 麩 果物
22 水	ごはん 魚の煮付け 豚肉と野菜の煮物 さつまいも煮 玉ねぎの味噌汁 果物	魚 大根 人参 かぼちゃ 豚肉 さつまいも 玉ねぎ 果物
23 木	パン 鶏肉とじゃがいものクリーム煮 ブロッコリーサラダ キャベツスープ 果物	パン 鶏肉 玉ねぎ しめじ じゃがいも 人参 ブロッコリー コーン キャベツ 果物
24 金	まぜご飯 チキンボールの野菜煮 トマト 澄まし汁 果物	人参 椎茸 チキンボール ブロッコリー 玉ねぎ トマト しめじ 豆腐 果物
25 土	ごはん 肉豆腐 野菜サラダ 果汁	豚肉 豆腐 人参 じゃがいも 玉ねぎ レタス きゅうり トマト 卵 果汁
27 月	野菜煮込みうどん 果物	人参 ほうれん草 鶏肉 長ねぎ 卵 うどん 果物
28 火	ごはん チャブチェ 卵焼き ほうれん草の煮びたし 大根の味噌汁 果物	春雨 人参 ビーマン 豚肉 卵 ほうれん草 大根 果物
29 水	ごはん 鮭のタルタル風 トマト 無限ピーマン きゃべつの味噌汁 果物	鮭 玉ねぎ 卵 トマト ビーマン ツナ きゃべつ 果物
30 木	ごはん 煮魚 きゅうりの出汁和え 人参と芋マッシュ 卵と玉ねぎの味噌汁 果物	魚 きゅうり 人参 じゃがいも 卵 玉ねぎ 果物

◎米飯は離乳食の進みと月齢に合わせておかげ、軟飯、ごはんのいずれかでお出ししています。

◎材料、その他の都合により、献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。

たくさんの願いを込めた おせち料理

おせち料理は、地域や家庭によって異なりますが、お料理や食材一つ一つにしっかりと意味が込められています。年の初め、家族で「これにはこんな意味があって……」とお話しながらいただくのもいいですね。

なます
色の白いダイコンのように清らかな生活を願って。大地に根を張るダイコンのように家の土台がしっかりして栄えるようにという願いも。

数の子
数の子のたくさんの卵に、子孫繁栄の願いを込めた。

エビ
エビの背のように、腰が曲がるまで長生きできるようにとの願いを込めた。

昆布巻き
「こぶ」を「よるこぶ」とかけ、おめでたい物とされた。

田作り
昔、田んぼの肥料にしたコイワシを干した物。稲の豊作を願って「田作り」という名前に。

果豆
家族みんながまめめしく働き、元気に過ごせるようにとの願いを込めた。

伊達巻き
昔の巻物にかけ、文化の発展を願う。

きんとん
金印と書き、財宝という意味。豊かな生活が送れますようにとの願いを込めた。

※おせち料理の意味や由来は諸説あります。