

## 離乳食献立表

2020年5月 フジオひまわり保育園

離乳食後期（9～11ヶ月）

日曜	献立	材料名
1 金	全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 キャベツのみそ汁 ゆでブロッコリー	米 鶏ミンチ、にんじん、片栗粉、しょうゆ、昆布だし汁 キャベツ、みそ、昆布だし汁 ブロッコリー、昆布だし汁
2 土	しらす粥 かぼちゃのそぼろ煮	米、しらす 鶏ミンチ、かぼちゃ、たまねぎ、片栗粉、しょうゆ、昆布だし汁
7 木	全粥 サケの煮物 かぼちゃのみそ汁 ゆでいんげん	鮭、しょうゆ、昆布だし汁 かぼちゃ、みそ、昆布だし汁 いんげん、昆布だし汁
8 金	柔らかスパゲティ ゆで野菜	スパゲティ、鶏ミンチ、たまねぎ、しょうゆ、昆布だし汁 じゃがいも、にんじん、昆布だし汁
9 土	しらす粥 かぼちゃのそぼろ煮	米、しらす 鶏ミンチ、かぼちゃ、たまねぎ、片栗粉、しょうゆ、昆布だし汁
11 月	全粥 カレイの野菜あんかけ ほうれんそうのみそ汁 だいこんスティック	米 カレイ、にんじん、片栗粉、しょうゆ、昆布だし汁 ほうれんそう、みそ、昆布だし汁 だいこん、昆布だし汁
12 火	柔らかうどん にんじんとだいこんスティック	うどん、鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、昆布だし汁 にんじん、だいこん、昆布だし汁
13 水	全粥 サケと野菜の煮物 たまねぎのみそ汁 ゆでいんげん	米 サケ、にんじん、しょうゆ、昆布だし汁 たまねぎ、みそ、昆布だし汁 いんげん、昆布だし汁
14 木	全粥 鶏ミンチと豆腐のトロトロ煮 こまつなのみそ汁 だいこんスティック	米 鶏ミンチ、豆腐、片栗粉、しょうゆ、昆布だし汁 こまつな、みそ、昆布だし汁 だいこん、昆布だし汁
15 金	具だくさん雑炊 キャベツのみそ汁 きゅうりスティック	米、鶏ミンチ、たまねぎ、かぼちゃ、しょうゆ、昆布だし汁 キャベツ、みそ、昆布だし汁 きゅうり、昆布だし汁
16 土	しらす粥 かぼちゃのそぼろ煮	米、しらす 鶏ミンチ、かぼちゃ、たまねぎ、片栗粉、しょうゆ、昆布だし汁
18 月	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 さつまいものみそ汁 ゆでいんげん	米 鶏ミンチ、にんじん、しょうゆ、昆布だし汁 さつまいも、みそ、昆布だし汁 いんげん、昆布だし汁
19 火	全粥 サケと野菜のトロトロ煮 じゃがいものみそ汁 きゅうりスティック	米 サケ、たまねぎ、片栗粉、しょうゆ、昆布だし汁 じゃがいも、みそ、昆布だし汁 きゅうり、昆布だし汁
20 水	全粥 豆腐と野菜の煮物 はくさいのみそ汁 にんじんスティック	米 豆腐、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、昆布だし汁 はくさい、みそ、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
21 木	全粥 カレイの野菜あんかけ こまつなのみそ汁 ゆでいんげん	米 カレイ、にんじん、たまねぎ、片栗粉、しょうゆ、昆布だし汁 こまつな、みそ、昆布だし汁 いんげん、昆布だし汁
22 金	具だくさん雑炊 はくさいのみそ汁 きゅうりスティック	米、鶏ミンチ、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、昆布だし汁 はくさい、みそ、昆布だし汁 きゅうり、昆布だし汁
23 土	しらす粥 かぼちゃのそぼろ煮	米、しらす 鶏ミンチ、かぼちゃ、たまねぎ、片栗粉、しょうゆ、昆布だし汁
25 月	全粥 サケと野菜の煮物 にんじんのみそ汁 じゃがいもスティック	米 サケ、たまねぎ、しょうゆ、昆布だし汁 にんじん、みそ、昆布だし汁 じゃがいも、昆布だし汁
26 火	全粥 鶏ミンチと豆腐の煮物 たまねぎのみそ汁 ゆでブロッコリー	米 鶏ミンチ、豆腐、しょうゆ、昆布だし汁 たまねぎ、みそ、昆布だし汁 ブロッコリー、昆布だし汁
27 水	全粥 鶏じゃが煮 にんじんのみそ汁 ゆでいんげん	米 鶏ミンチ、じゃがいも、しょうゆ、昆布だし汁 にんじん、みそ、昆布だし汁 いんげん、昆布だし汁
28 木	全粥 カレイの野菜あんかけ キャベツのみそ汁 にんじんスティック	米 カレイ、にんじん、たまねぎ、片栗粉、しょうゆ、昆布だし汁 キャベツ、みそ、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
29 金	全粥 具だくさん雑炊 ほうれんそうのみそ汁 ゆでかぼちゃ	米、鶏ミンチ、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、昆布だし汁 ほうれんそう、みそ、昆布だし汁 かぼちゃ、昆布だし汁
30 土	しらす粥 かぼちゃのそぼろ煮	米、しらす 鶏ミンチ、かぼちゃ、たまねぎ、片栗粉、しょうゆ、昆布だし汁

※材料の都合により献立を変更する場合がございます。

## 離乳食献立表

2020年5月 フジオひまわり保育園

離乳食中期 (7~8ヶ月)

日曜	献立	材料名
1 金	全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 キャベツスープ	米 鶏ミンチ、にんじん、片栗粉、昆布だし汁 キャベツ、昆布だし汁
2 土	しらす粥 かぼちゃのそぼろ煮	米、しらす 鶏ミンチ、かぼちゃ、たまねぎ、片栗粉、昆布だし汁
7 木	全粥 サケの煮物 かぼちゃスープ	米 鮭、昆布だし汁 かぼちゃ、昆布だし汁
8 金	具だくさん粥 野菜スープ	米、鶏ミンチ、たまねぎ、昆布だし汁 じゃがいも、にんじん、昆布だし汁
9 土	しらす粥 かぼちゃのそぼろ煮	米、しらす 鶏ミンチ、かぼちゃ、たまねぎ、片栗粉、しょうゆ、昆布だし汁
11 月	全粥 カレイの野菜あんかけ ほうれんそうスープ	米 カレイ、にんじん、片栗粉、昆布だし汁 ほうれんそう、昆布だし汁
12 火	柔らかうどん 大根の煮物	うどん、鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁 だいこん、昆布だし汁
13 水	全粥 サケと野菜の煮物 たまねぎスープ	米 サケ、にんじん、昆布だし汁 たまねぎ、昆布だし汁
14 木	全粥 鶏ミンチと豆腐のトロトロ煮 こまつなスープ	米 鶏ミンチ、豆腐、片栗粉、しょうゆ、昆布だし汁 こまつな、みそ、昆布だし汁
15 金	具だくさん粥 キャベツスープ	米、鶏ミンチ、たまねぎ、かぼちゃ、昆布だし汁 キャベツ、昆布だし汁
16 土	しらす粥 かぼちゃのそぼろ煮	米、しらす 鶏ミンチ、かぼちゃ、たまねぎ、片栗粉、昆布だし汁
18 月	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 さつまいもスープ	米 鶏ミンチ、にんじん、しょうゆ、昆布だし汁 さつまいも、みそ、昆布だし汁
19 火	全粥 サケと野菜のトロトロ煮 じゃがいもスープ	米 サケ、たまねぎ、片栗粉、昆布だし汁 じゃがいも、昆布だし汁
20 水	全粥 豆腐と野菜の煮物 はくさいスープ	米 豆腐、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁 はくさい、昆布だし汁
21 木	全粥 カレイの野菜あんかけ こまつなスープ	米 カレイ、にんじん、たまねぎ、片栗粉、昆布だし汁 こまつな、昆布だし汁
22 金	具だくさん粥 はくさいスープ	米、鶏ミンチ、にんじん、たまねぎ、昆布だし汁 はくさい、昆布だし汁
23 土	しらす粥 かぼちゃのそぼろ煮	米、しらす 鶏ミンチ、かぼちゃ、たまねぎ、片栗粉、昆布だし汁
25 月	全粥 サケと野菜の煮物 にんじんスープ	米 サケ、たまねぎ、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
26 火	全粥 鶏ミンチと豆腐の煮物 たまねぎスープ	米 鶏ミンチ、豆腐、昆布だし汁 たまねぎ、昆布だし汁
27 水	全粥 鶏じゃが煮 にんじんスープ	米 鶏ミンチ、じゃがいも、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
28 木	全粥 カレイの野菜あんかけ キャベツスープ	米 カレイ、にんじん、たまねぎ、片栗粉、昆布だし汁 キャベツ、昆布だし汁
29 金	具だくさん粥 ほうれんそうスープ	米、鶏ミンチ、にんじん、たまねぎ、昆布だし汁 ほうれんそう、昆布だし汁
30 土	しらす粥 かぼちゃのそぼろ煮	米、しらす 鶏ミンチ、かぼちゃ、たまねぎ、片栗粉、昆布だし汁

※材料の都合により献立を変更する場合がございます。

## 離乳食献立表

2020年5月 フジオひまわり保育園

離乳食初期 (5~6ヵ月)

日曜	献立	材料名
1 金	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(キャベツ、たまねぎ)	米 豆腐、昆布だし汁 キャベツ、たまねぎ、昆布だし汁
2 土	しらす粥 野菜ペースト(かぼちゃ、たまねぎ)	米、しらす かぼちゃ、たまねぎ、昆布だし汁
7 木	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(かぼちゃ)	米 カレイ、昆布だし汁 かぼちゃ、昆布だし汁
8 金	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(にんじん、じゃがいも)	米 豆腐、昆布だし汁 にんじん、じゃがいも、昆布だし汁
9 土	しらす粥 野菜ペースト(かぼちゃ、たまねぎ)	米、しらす かぼちゃ、たまねぎ、昆布だし汁
11 月	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(ほうれんそう、たまねぎ)	米 カレイ、昆布だし汁 ほうれんそう、たまねぎ、昆布だし汁
12 火	つぶしうどん すり流し(しらす) 野菜ペースト(にんじん、だいこん)	うどん しらす、昆布だし汁 にんじん、だいこん、昆布だし汁
13 水	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(にんじん、プロッコリー)	米 豆腐、昆布だし汁 にんじん、プロッコリー、昆布だし汁
14 木	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(こまつな、たまねぎ)	米 カレイ、昆布だし汁 こまつな、たまねぎ、昆布だし汁
15 金	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(にんじん、キャベツ)	米 豆腐、昆布だし汁 にんじん、キャベツ、昆布だし汁
16 土	しらす粥 野菜ペースト(かぼちゃ、たまねぎ)	米、しらす かぼちゃ、たまねぎ、昆布だし汁
18 月	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(さつまいも、たまねぎ)	米 豆腐、昆布だし汁 さつまいも、たまねぎ、昆布だし汁
19 火	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(じゃがいも、にんじん)	米 カレイ、昆布だし汁 じゃがいも、にんじん、昆布だし汁
20 水	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(にんじん、はくさい)	米 しらす、昆布だし汁 にんじん、はくさい、昆布だし汁
21 木	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(こまつな、にんじん)	米 カレイ、昆布だし汁 こまつな、にんじん、昆布だし汁
22 金	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(にんじん、はくさい)	米 豆腐、昆布だし汁 にんじん、はくさい、昆布だし汁
23 土	しらす粥 野菜ペースト(かぼちゃ、たまねぎ)	米、しらす かぼちゃ、たまねぎ、昆布だし汁
25 月	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(じゃがいも、にんじん)	米 カレイ、昆布だし汁 じゃがいも、にんじん、昆布だし汁
26 火	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(たまねぎ、プロッコリー)	米 豆腐、昆布だし汁 たまねぎ、プロッコリー、昆布だし汁
27 水	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(じゃがいも、にんじん)	米 しらす、昆布だし汁 じゃがいも、にんじん、昆布だし汁
28 木	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(キャベツ、たまねぎ)	米 カレイ、昆布だし汁 キャベツ、たまねぎ、昆布だし汁
29 金	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(ほうれんそう、にんじん)	米 豆腐、昆布だし汁 ほうれんそう、にんじん、昆布だし汁
30 土	しらす粥 野菜ペースト(かぼちゃ、たまねぎ)	米、しらす かぼちゃ、たまねぎ、昆布だし汁

※材料の都合により献立を変更する場合がございます。