

離乳食献立表

2020年6月 フジオひまわり保育園

離乳食後期（9～11ヵ月）

日曜	献立	材料名
1 月	全粥 カレイと野菜のトロトロ煮 キャベツのみそ汁 ゆでいんげん	米 カレイ、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 いんげん、昆布だし汁
2 火	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 たまねぎのみそ汁 にんじんスティック	米 鶏ミンチ、キャベツ、しょうゆ、昆布だし汁 たまねぎ、みそ、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
3 水	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
4 木	全粥 鮭の野菜あんかけ じゃがいものみそ汁 ゆでブロッコリー	米 サケ、にんじん、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 ブロッコリー、昆布だし汁
5 金	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
6 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
8 月	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 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、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
9 火	具だくさん雑炊 にんじんのみそ汁 ゆでいんげん	米、鶏ミンチ、豆腐、たまねぎ、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
10 水	全粥 鮭と野菜の煮物 たまねぎのみそ汁 にんじんスティック	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 にんじん、昆布だし汁
11 木	全粥 鶏ミンチと豆腐のトロトロ煮 こまつなのみそ汁 ゆでいんげん	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 いんげん、昆布だし汁
12 金	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 たまねぎのみそ汁 きゅうりスティック	米 鶏ミンチ、ほうれんそう、しょうゆ、昆布だし汁 たまねぎ、みそ、昆布だし汁 きゅうり、昆布だし汁
13 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
15 月	全粥 カレイと野菜の煮物 ほうれんそうのみそ汁 じゃがいもスティック	米 カレイ、にんじん、しょうゆ、昆布だし汁 ほうれんそう、みそ、昆布だし汁 じゃがいも、昆布だし汁
16 火	全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 キャベツのみそ汁 だいこんスティック	米 鶏ミンチ、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 だいこん、昆布だし汁
17 水	全粥 豆腐と野菜の煮物 たまねぎのみそ汁 ゆでブロッコリー	米 豆腐、にんじん、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

※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6月 フジオひまわり保育園

離乳食後期（9～11ヵ月）

日曜	献立	材料名
18 木	全粥 鮭の野菜あんかけ さつまいものみそ汁 きゅうりスティック	米 サケ、にんじん、たまねぎ、片栗粉、しょうゆ、昆布だし汁 さつまいも、みそ、昆布だし汁 きゅうり、昆布だし汁
19 金	具だくさん雑炊 じゃがいものみそ汁 ゆでキャベツ	米、鶏ミンチ、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、昆布だし汁 じゃがいも、みそ、昆布だし汁 キャベツ、昆布だし汁
20 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
22 月	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 かぼちゃのみそ汁 だいこんスティック	米 鶏ミンチ、たまねぎ、しょうゆ、昆布だし汁 かぼちゃ、みそ、昆布だし汁 だいこん、昆布だし汁
23 火	具だくさん雑炊 こまつなのみそ汁 にんじんスティック	米、鶏ミンチ、たまねぎ、じゃがいも、しょうゆ、昆布だし汁 こまつな、みそ、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
24 水	全粥 鮭の野菜あんかけ ほうれんそうのみそ汁 ゆでいんげん	米 サケ、にんじん、たまねぎ、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 いんげん、昆布だし汁
25 木	全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 キャベツのみそ汁 にんじんスティック	米 鶏ミンチ、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
26 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、豆腐、にんじん、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
27 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
29 月	全粥 鶏ミンチと豆腐の煮物 こまつなのみそ汁 にんじんスティック	米 鶏ミンチ、豆腐、しょうゆ、昆布だし汁 こまつな、みそ、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
30 火	具だくさん雑炊 さつまいものみそ汁 ゆでいんげん	米、鶏ミンチ、にんじん、たまねぎ、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

※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6月 フジオひまわり保育園

離乳食中期 (7~8ヵ月)

日曜	献立	材料名
1月	全粥 カレイと野菜のトロトロ煮 キャベツスープ	米 カレイ、にんじん、片栗粉、昆布だし汁 キャベツ、昆布だし汁
2火	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 たまねぎスープ	米 鶏ミンチ、キャベツ、昆布だし汁 たまねぎ、昆布だし汁
3水	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、昆布だし汁 こまつな、昆布だし汁
4木	全粥 鮭の野菜あんかけ じゃがいもスープ	米 サケ、にんじん、たまねぎ、片栗粉、昆布だし汁 じゃがいも、昆布だし汁
5金	柔らかうどん にんじんとだいこんの煮物	うどん、鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁 にんじん、だいこん、昆布だし汁
6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
8月	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 キャベツスープ	米 鶏ミンチ、たまねぎ、昆布だし汁 キャベツ、昆布だし汁
9火	具だくさん雑炊 にんじんスープ	米、鶏ミンチ、豆腐、たまねぎ、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
10水	全粥 鮭と野菜の煮物 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
11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、昆布だし汁 こまつな、昆布だし汁
12金	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 たまねぎスープ	米 鶏ミンチ、ほうれんそう、昆布だし汁 たまねぎ、昆布だし汁
13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
15月	全粥 カレイと野菜の煮物 ほうれんそうスープ	米 カレイ、にんじん、昆布だし汁 ほうれんそう、昆布だし汁
16火	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、たまねぎ、片栗粉、昆布だし汁 キャベツ、昆布だし汁
17水	全粥 豆腐と野菜の煮物 たまねぎスープ	米 豆腐、にんじん、昆布だし汁 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。

離乳食献立表

2020年6月 フジオひまわり保育園

離乳食中期 (7~8ヵ月)

日曜	献立	材料名
18 木	全粥 鮭の野菜あんかけ さつまいもスープ	米 サケ、にんじん、たまねぎ、片栗粉、昆布だし汁 さつまいも、昆布だし汁
19 金	具たくさん雑炊 じゃがいもスープ	米、鶏ミンチ、にんじん、たまねぎ、昆布だし汁 じゃがいも、昆布だし汁
20 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
22 月	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 かぼちゃスープ	米 鶏ミンチ、たまねぎ、昆布だし汁 かぼちゃ、昆布だし汁
23 火	具たくさん雑炊 こまつなスープ	米、鶏ミンチ、たまねぎ、じゃがいも、昆布だし汁 こまつな、昆布だし汁
24 水	全粥 鮭の野菜あんかけ ほうれんそうスープ	米 サケ、にんじん、たまねぎ、片栗粉、昆布だし汁 ほうれんそう、昆布だし汁
25 木	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、たまねぎ、片栗粉、昆布だし汁 キャベツ、昆布だし汁
26 金	具たくさん雑炊 はくさいスープ	米、鶏ミンチ、豆腐、にんじん、昆布だし汁 はくさい、昆布だし汁
27 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
29 月	全粥 鶏ミンチと豆腐の煮物 こまつなスープ	米 鶏ミンチ、豆腐、昆布だし汁 こまつな、昆布だし汁
30 火	具たくさん雑炊 さつまいもスープ	米、鶏ミンチ、にんじん、たまねぎ、昆布だし汁 さつまいも、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6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 月	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 火	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(にんじん、たまねぎ)	米 しらす、昆布だし汁 にんじん、たまねぎ、昆布だし汁
3 水	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(こまつな、だいこん)	米 カレイ、昆布だし汁 こまつな、だいこん、昆布だし汁
4 木	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
5 金	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(にんじん、だいこん)	米 カレイ、昆布だし汁 にんじん、だいこん、昆布だし汁
6 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
8 月	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(たまねぎ、キャベツ)	米 カレイ、昆布だし汁 たまねぎ、キャベツ、昆布だし汁
9 火	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(にんじん、たまねぎ)	米 豆腐、昆布だし汁 にんじん、たまねぎ、昆布だし汁
10 水	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(かぼちゃ、たまねぎ)	米 しらす、昆布だし汁 かぼちゃ、たまねぎ、昆布だし汁
11 木	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(にんじん、こまつな)	米 豆腐、昆布だし汁 にんじん、こまつな、昆布だし汁
12 金	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
13 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
15 月	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(じゃがいも、たまねぎ)	米 豆腐、昆布だし汁 じゃがいも、たまねぎ、昆布だし汁
16 火	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(キャベツ、にんじん)	米 カレイ、昆布だし汁 キャベツ、にんじん、昆布だし汁
17 水	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(にんじん、たまねぎ)	米 しらす、昆布だし汁 にんじん、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。

離乳食献立表

2020年6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
18 木	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(さつまいも、にんじん)	米 カレイ、昆布だし汁 さつまいも、にんじん、昆布だし汁
19 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
20 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
22 月	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(だいこん、にんじん)	米 カレイ、昆布だし汁 だいこん、にんじん、昆布だし汁
23 火	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(たまねぎ、こまつな)	米 豆腐、昆布だし汁 たまねぎ、こまつな、昆布だし汁
24 水	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(ほうれんそう、にんじん)	米 しらす、昆布だし汁 ほうれんそう、にんじん、昆布だし汁
25 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
26 金	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(にんじん、たまねぎ)	米 豆腐、昆布だし汁 にんじん、たまねぎ、昆布だし汁
27 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
29 月	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(こまつな、にんじん)	米 豆腐、昆布だし汁 こまつな、にんじん、昆布だし汁
30 火	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(だいこん、さつまいも)	米 カレイ、昆布だし汁 だいこん、さつまいも、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。