

離乳食献立表

2020年7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 水	全粥 サケと野菜のトロトロ煮 たまねぎのみぞ汁 ゆでブロッコリー	米 サケ、にんじん、片栗粉、しょうゆ、昆布だし汁 たまねぎ、みぞ、昆布だし汁 ブロッコリー、昆布だし汁
2 木	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 にんじんのみぞ汁 ゆでいんげん	米 鶏ミンチ、たまねぎ、しょうゆ、昆布だし汁 にんじん、みぞ、昆布だし汁 いんげん、昆布だし汁
3 金	具だくさん雑炊 じゃがいものみぞ汁 きゅうりスティック	米、鶏ミンチ、にんじん、しょうゆ、昆布だし汁 じゃがいも、みぞ、昆布だし汁 きゅうり、昆布だし汁
4 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
6 月	全粥 カレイの野菜あんかけ にんじんのみぞ汁 ゆでいんげん	米 カレイ、たまねぎ、片栗粉、しょうゆ、昆布だし汁 にんじん、みぞ、昆布だし汁 いんげん、昆布だし汁
7 火	柔らかそうめん たまねぎのみぞ汁 きゅうりスティック	そうめん、鶏ミンチ、にんじん、しょうゆ、昆布だし汁 たまねぎ、みぞ、昆布だし汁 きゅうり、昆布だし汁
8 水	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 かぼちゃのみぞ汁 じゃがいもスティック	米 鶏ミンチ、こまつな、しょうゆ、昆布だし汁 かぼちゃ、みぞ、昆布だし汁 じゃがいも、昆布だし汁
9 木	全粥 鮭と野菜の煮物 こまつなのみぞ汁 だいこんスティック	米 サケ、にんじん、しょうゆ、昆布だし汁 こまつな、みぞ、昆布だし汁 だいこん、昆布だし汁
10 金	全粥 鶏ミンチと豆腐のトロトロ煮 じゃがいものみぞ汁 ゆでキャベツ	米 鶏ミンチ、豆腐、にんじん、片栗粉、しょうゆ、昆布だし汁 じゃがいも、みぞ、昆布だし汁 キャベツ、昆布だし汁
11 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
13 月	全粥 カレイと野菜の煮物 なすのみぞ汁 にんじんスティック	米 カレイ、ほうれんそう、しょうゆ、昆布だし汁 なす、みぞ、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
14 火	具だくさん雑炊 たまねぎのみぞ汁 ゆでいんげん	米、鶏ミンチ、にんじん、しょうゆ、昆布だし汁 たまねぎ、みぞ、昆布だし汁 いんげん、昆布だし汁
15 水	全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 はくさいのみぞ汁 にんじんスティック	米 鶏ミンチ、いんげん、片栗粉、しょうゆ、昆布だし汁 はくさい、みぞ、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
16 木	全粥 サケと野菜の煮物 にんじんのみぞ汁 きゅうりスティック	米 サケ、たまねぎ、しょうゆ、昆布だし汁 にんじん、みぞ、昆布だし汁 きゅうり、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7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
17 金	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 さつまいものみそ汁 きゅうりスティック	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 きゅうり、昆布だし汁
18 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
20 月	全粥 豆腐と野菜のトロトロ煮 たまねぎのみそ汁 にんじんスティック	米 豆腐、キャベツ、片栗粉、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
21 火	全粥 鶏じやが煮 こまつなのみそ汁 ゆでいんげん	米 鶏ミンチ、じゃがいも、にんじん、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 水	全粥 カレイと野菜のトロトロ煮 だいこんのみそ汁 ゆでプロッコリー	米 カレイ、にんじん、片栗粉、しょうゆ、昆布だし汁 だいこん、みそ、昆布だし汁 プロッコリー、昆布だし汁
25 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
27 月	全粥 サケと野菜の煮物 豆腐のみそ汁 にんじんスティック	米 サケ、たまねぎ、しょうゆ、昆布だし汁 豆腐、みそ、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
28 火	全粥 鶏ミンチと豆腐の煮物 キャベツのみそ汁 ゆでプロッコリー	米 鶏ミンチ、豆腐、しょうゆ、昆布だし汁 キャベツ、みそ、昆布だし汁 プロッコリー、昆布だし汁
29 水	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、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
30 木	全粥 カレイと野菜の煮物 はくさいのみそ汁 きゅうりスティック	米 カレイ、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
31 金	全粥 鶏ミンチのトロトロ煮 キャベツのみそ汁 じゃがいもスティック	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 じゃがいも、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7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 水	全粥 サケと野菜のトロトロ煮 たまねぎスープ	米 サケ、にんじん、片栗粉、昆布だし汁 たまねぎ、昆布だし汁
2 木	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 にんじんスープ	米 鶏ミンチ、たまねぎ、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
3 金	具だくさん雑炊 じゃがいもスープ	米、鶏ミンチ、にんじん、昆布だし汁 じゃがいも、昆布だし汁
4 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
6 月	全粥 カレイの野菜あんかけ にんじんスープ	米 カレイ、たまねぎ、片栗粉、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
7 火	柔らかそうめん たまねぎスープ	そうめん、鶏ミンチ、にんじん、昆布だし汁 たまねぎ、昆布だし汁
8 水	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 かぼちゃスープ	米 鶏ミンチ、こまつな、昆布だし汁 かぼちゃ、昆布だし汁
9 木	全粥 鮭と野菜の煮物 こまつなスープ	米 サケ、にんじん、昆布だし汁 こまつな、昆布だし汁
10 金	全粥 鶏ミンチと豆腐のトロトロ煮 じゃがいもスープ	米 鶏ミンチ、豆腐、にんじん、片栗粉、昆布だし汁 じゃがいも、昆布だし汁
11 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
13 月	全粥 カレイと野菜の煮物 なすスープ	米 カレイ、ほうれんそう、昆布だし汁 なす、昆布だし汁
14 火	具だくさん雑炊 たまねぎスープ	米、鶏ミンチ、にんじん、昆布だし汁 たまねぎ、昆布だし汁
15 水	全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 はくさいスープ	米 鶏ミンチ、いんげん、片栗粉、昆布だし汁 はくさい、昆布だし汁
16 木	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

※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7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
17 金	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、昆布だし汁 さつまいも、昆布だし汁
18 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
20 月	全粥 豆腐と野菜のトロトロ煮 たまねぎスープ	米 豆腐、キャベツ、片栗粉、昆布だし汁 たまねぎ、昆布だし汁
21 火	全粥 鶏じゃが煮 こまつなスープ	米 鶏ミンチ、じゃがいも、にんじん、昆布だし汁 こまつな、昆布だし汁
22 水	全粥 カレイと野菜のトロトロ煮 だいこんスープ	米 カレイ、にんじん、片栗粉、昆布だし汁 だいこん、昆布だし汁
25 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
27 月	サケと野菜の煮物 豆腐スープ	米 サケ、たまねぎ、昆布だし汁 豆腐、昆布だし汁
28 火	全粥 鶏ミンチと豆腐の煮物 キャベツスープ	米 鶏ミンチ、豆腐、昆布だし汁 キャベツ、昆布だし汁
29 水	具だくさん雑炊 じゃがいもスープ	米、鶏ミンチ、にんじん、昆布だし汁 じゃがいも、昆布だし汁
30 木	全粥 カレイと野菜の煮物 はくさいスープ	米 カレイ、にんじん、昆布だし汁 はくさい、昆布だし汁
31 金	全粥 鶏ミンチのトロトロ煮 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

※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7月 フジオひまわり保育園

離乳食初期 (5~6ヶ月)

日曜	献立	材料名
1 水	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(キャベツ、たまねぎ)	米 しらす、昆布だし汁 キャベツ、たまねぎ、昆布だし汁
2 木	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(たまねぎ、にんじん)	米 豆腐、昆布だし汁 たまねぎ、にんじん、昆布だし汁
3 金	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
4 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
6 月	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(にんじん、たまねぎ)	米 カレイ、昆布だし汁 にんじん、たまねぎ、昆布だし汁
7 火	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(じゃがいも、たまねぎ)	米、 しらす、昆布だし汁 じゃがいも、たまねぎ、昆布だし汁
8 水	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(かぼちゃ、にんじん)	米 豆腐、昆布だし汁 かぼちゃ、にんじん、昆布だし汁
9 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
10 金	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
11 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
13 月	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(ほうれんそう、にんじん)	米 カレイ、昆布だし汁 ほうれんそう、にんじん、昆布だし汁
14 火	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
15 水	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(はくさい、にんじん)	米 しらす、昆布だし汁 はくさい、にんじん、昆布だし汁
16 木	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

※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7月 フジオひまわり保育園

離乳食初期 (5~6ヶ月)

日 曜	献立	材料名
17 金	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
18 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
20 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
21 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
22 水	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(だいこん、にんじん)	米 しらす、昆布だし汁 だいこん、にんじん、昆布だし汁
25 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
27 月	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(たまねぎ、にんじん)	米 カレイ、昆布だし汁 たまねぎ、にんじん、昆布だし汁
28 火	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
29 水	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(たまねぎ、じゃがいも)	米 しらす、昆布だし汁 たまねぎ、じゃがいも、昆布だし汁
30 木	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(たまねぎ、はくさい)	米 カレイ、昆布だし汁 たまねぎ、はくさい、昆布だし汁
31 金	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(キャベツ、にんじん)	米 豆腐、昆布だし汁 キャベツ、にんじん、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。