

# 離乳食献立表

2020年8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 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
3 月	全粥 鶏ミンチと野菜のトマト煮 だいこんのみそ汁 きゅうりスティック	米 鶏ミンチ、にんじん、トマトピューレ、昆布だし汁 だいこん、みそ、昆布だし汁 きゅうり、昆布だし汁
4 火	柔らかうどん 野菜スティック	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、いんげん、昆布だし汁
5 水	全粥 鮭の野菜あんかけ にんじんのみそ汁 ゆでかぼちゃ	米 サケ、たまねぎ、片栗粉、しょうゆ、昆布だし汁 にんじん、みそ、昆布だし汁 かぼちゃ、昆布だし汁
6 木	全粥 ベビー松風焼き ほうれんそうのすまし汁 にんじんスティック	米 鶏ミンチ、豆腐、たまねぎ、みそ ほうれんそう、しょうゆ、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
7 金	具たくさん雑炊 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、たまねぎ、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
8 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 火	全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 たまねぎのみそ汁 だいこんスティック	米 鶏ミンチ、にんじん、片栗粉、しょうゆ、昆布だし汁 たまねぎ、みそ、昆布だし汁 だいこん、昆布だし汁
12 水	全粥 鮭と野菜の煮物 にんじんのみそ汁 ゆでいんげん バナナスティック	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 いんげん、昆布だし汁 バナナ
13 木	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
14 金	鶏雑炊 野菜スティック	米、鶏ミンチ、たまねぎ、しょうゆ、昆布だし汁 にんじん、だいこん、昆布だし汁
15 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
17 月	全粥 鮭と野菜の煮物 豆腐のみそ汁 ゆでいんげん	米 サケ、かぼちゃ、しょうゆ、昆布だし汁 豆腐、みそ、昆布だし汁 いんげん、昆布だし汁
18 火	全粥 豆腐と野菜のトロトロ煮 たまねぎのみそ汁 ゆでブロッコリー	米 豆腐、にんじん、片栗粉、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8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
19 水	全粥 カレイの野菜あんかけ こまつなのみそ汁 にんじんスティック 具たくさん雑炊	米 カレイ、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 にんじん、昆布だし汁 米、鶏ミンチ、にんじん、豆腐、しょうゆ、昆布だし汁
20 木	たまねぎのみそ汁 ゆでいんげん りんごスティック	たまねぎ、みそ、昆布だし汁 いんげん、昆布だし汁 りんご
21 金	全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 にんじんのみそ汁 きゅうりスティック	米 鶏ミンチ、はくさい、片栗粉、しょうゆ、昆布だし汁 にんじん、みそ、昆布だし汁 きゅうり、昆布だし汁
22 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
24 月	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 こまつなのみそ汁 だいこんスティック	米 鶏ミンチ、にんじん、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
25 火	具たくさん雑炊 はくさいのみそ汁 さつまいもスティック	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 さつまいも、昆布だし汁
26 水	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
27 木	全粥 カレイの野菜あんかけ たまねぎのみそ汁 だいこんスティック	米 カレイ、ほうれんそう、片栗粉、しょうゆ、昆布だし汁 たまねぎ、みそ、昆布だし汁 だいこん、昆布だし汁
28 金	柔らかうどん 野菜スティック	うどん、鶏ミンチ、にんじん、しょうゆ、昆布だし汁 じゃがいも、きゅうり、昆布だし汁
29 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
31 月	全粥 鶏ミンチと野菜のトマト煮 たまねぎのみそ汁 ゆでキャベツ	米 鶏ミンチ、にんじん、トマトピューレ、昆布だし汁 たまねぎ、みそ、昆布だし汁 キャベツ、昆布だし汁

# 離乳食献立表

2020年8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 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
3 月	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 だいこんスープ	米 鶏ミンチ、にんじん、昆布だし汁 だいこん、昆布だし汁
4 火	柔らかうどん 野菜の煮物	うどん、鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁 にんじん、いんげん、昆布だし汁
5 水	全粥 鮭の野菜あんかけ にんじんスープ	米 サケ、たまねぎ、片栗粉、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
6 木	全粥 鶏ミンチと豆腐の煮物 ほうれんそうスープ	米 鶏ミンチ、豆腐、昆布だし汁 ほうれんそう、昆布だし汁
7 金	具だくさん雑炊 キャベツスープ	米、鶏ミンチ、にんじん、たまねぎ、昆布だし汁 キャベツ、昆布だし汁
8 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
11 火	全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 たまねぎスープ	米 鶏ミンチ、にんじん、片栗粉、昆布だし汁 たまねぎ、昆布だし汁
12 水	全粥 鮭と野菜の煮物 にんじんスープ バナナ煮	米 サケ、たまねぎ、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁 バナナ
13 木	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
14 金	鶏雑炊 野菜の煮物	米、鶏ミンチ、たまねぎ、昆布だし汁 にんじん、だいこん、昆布だし汁
15 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
17 月	全粥 鮭と野菜の煮物 豆腐スープ	米 サケ、かぼちゃ、昆布だし汁 豆腐、昆布だし汁
18 火	全粥 豆腐と野菜のトロトロ煮 たまねぎスープ	米 豆腐、にんじん、片栗粉、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8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
19 水	全粥 カレイの野菜あんかけ こまつなスープ	米 カレイ、たまねぎ、片栗粉、昆布だし汁 こまつな、昆布だし汁
20 木	具だくさん雑炊 たまねぎスープ 煮りんご	米、鶏ミンチ、にんじん、豆腐、昆布だし汁 たまねぎ、昆布だし汁 りんご
21 金	全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 にんじんスープ	米 鶏ミンチ、はくさい、片栗粉、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
22 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
24 月	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 こまつなスープ	米 鶏ミンチ、にんじん、昆布だし汁 こまつな、昆布だし汁
25 火	具だくさん雑炊 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
26 水	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
27 木	全粥 カレイの野菜あんかけ たまねぎスープ	米 カレイ、ほうれんそう、片栗粉、昆布だし汁 たまねぎ、昆布だし汁
28 金	柔らかうどん 野菜の煮物	うどん、鶏ミンチ、にんじん、昆布だし汁 じゃがいも、きゅうり、昆布だし汁
29 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
31 月	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 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

# 離乳食献立表

2020年8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 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
3 月	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(だいこん、たまねぎ)	米 豆腐、昆布だし汁 だいこん、たまねぎ、昆布だし汁
4 火	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
5 水	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(にんじん、かぼちゃ)	米 しらす、昆布だし汁 にんじん、かぼちゃ、昆布だし汁
6 木	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(にんじん、ほうれんそう)	米 カレイ、昆布だし汁 にんじん、ほうれんそう、昆布だし汁
7 金	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(だいこん、たまねぎ)	米 豆腐、昆布だし汁 だいこん、たまねぎ、昆布だし汁
8 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 火	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(にんじん、だいこん)	米 豆腐、昆布だし汁 にんじん、だいこん、昆布だし汁
12 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
13 木	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
14 金	しらす粥 野菜ペースト(にんじん、たまねぎ)	米、しらす にんじん、たまねぎ、昆布だし汁
15 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
17 月	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
18 火	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(だいこん、にんじん)	米 豆腐、昆布だし汁 だいこん、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8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
19 水	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
20 木	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
21 金	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(はくさい、にんじん)	米 豆腐、昆布だし汁 はくさい、にんじん、昆布だし汁
22 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
24 月	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
25 火	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
26 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
27 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
28 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
29 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
31 月	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