

# 離乳食献立表

2021年3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	午後おやつ
1月	全粥 鶏ミンチと野菜のトマト煮 たまねぎのみそ汁 じゃがいもスティック	米 鶏ミンチ、ブロッコリー、トマトピューレ、かつおだし汁 たまねぎ、みそ、かつおだし汁 じゃがいも、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
2火	全粥 カレイの野菜あんかけ ほうれんそうのみそ汁 にんじんスティック	米 カレイ、たまねぎ、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 ほうれんそう、みそ、かつおだし汁 にんじん、かつおだし汁	キャベツ粥
3水	鮭雑炊 豆腐のみそ汁 ゆでいんげん	米、鮭、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、かつおだし汁 豆腐、みそ、かつおだし汁 いんげん、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
4木	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 はくさいのみそ汁 ゆでキャベツ	米 鶏ミンチ、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 はくさい、みそ、かつおだし汁 キャベツ、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
5金	全粥 ベビーマーボー豆腐 にんじんのすまし汁 きゅうりスティック	米 鶏ミンチ、豆腐、たまねぎ、片栗粉、みそ、かつおだし汁 にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 きゅうり、かつおだし汁	ベビーおやき
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、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
8月	全粥 鮭の野菜あんかけ にんじんのみそ汁 きゅうりスティック	米 サケ、たまねぎ、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 にんじん、みそ、かつおだし汁 きゅうり、かつおだし汁	にんじん粥
9火	全粥 ベビー松風焼き 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、豆腐、片栗粉、みそ、かつおだし汁 こまつな、しょうゆ、かつおだし汁 にんじん、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
10水	具だくさん雑炊 たまねぎのみそ汁 ゆでいんげん	米、鶏ミンチ、はくさい、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 たまねぎ、みそ、かつおだし汁 いんげん、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
11木	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 だいこんのみそ汁 ゆでプロッコリー	米 鶏ミンチ、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 だいこん、みそ、かつおだし汁 プロッコリー、かつおだし汁	ほうれんそう粥
12金	全粥 カレイの野菜あんかけ ほうれんそうのみそ汁 ゆでいんげん	米 カレイ、にんじん、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 ほうれんそう、みそ、かつおだし汁 いんげん、かつおだし汁	ベビーおやき
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、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
15月	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 にんじんのみそ汁 ゆでかぼちゃ	米 鶏ミンチ、たまねぎ、しょうゆ、かつおだし汁 にんじん、みそ、かつおだし汁 かぼちゃ、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
16火	具だくさん雑炊 たまねぎのみそ汁 ゆでいんげん	米、鶏ミンチ、にんじん、プロッコリー、しょうゆ、かつおだし汁 たまねぎ、みそ、かつおだし汁 いんげん、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
17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、かつおだし汁 キャベツ、みそ、かつおだし汁 にんじん、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい

※材料の都合により献立を変更する場合がございます。

※午前のおやつは赤ちゃんせんべいとなっております。

# 離乳食献立表

2021年3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	午後おやつ
18 木	全粥 カレイと野菜の煮物 にんじんのみそ汁 ゆでかぼちゃ	米 カレイ、こまつな、しょうゆ、かつおだし汁 にんじん、みそ、かつおだし汁 かぼちゃ、かつおだし汁	にんじん粥
19 金	具だくさん雑炊 豆腐のみそ汁 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、かつおだし汁 豆腐、みそ、かつおだし汁 きゅうり、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
22 月	全粥 鮭と野菜の煮物 だいこんのみそ汁 にんじんスティック	米 サケ、こまつな、しょうゆ、かつおだし汁 だいこん、みそ、かつおだし汁 にんじん、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
23 火	具だくさん雑炊 じゃがいものみそ汁 きゅうりスティック	米、鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 じゃがいも、みそ、かつおだし汁 きゅうり、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
24 水	全粥 鶏ミンチと野菜のトマト煮 たまねぎのみそ汁 だいこんスティック	米 鶏ミンチ、じゃがいも、トマトピューレ、かつおだし汁 たまねぎ、みそ、かつおだし汁 だいこん、かつおだし汁	りんごスティック
25 木	全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 はくさいのみそ汁 にんじんスティック	米 鶏ミンチ、キャベツ、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 はくさい、みそ、かつおだし汁 にんじん、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
26 金	具だくさん雑炊 豆腐のみそ汁 ゆでいんげん	米、鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 豆腐、みそ、かつおだし汁 いんげん、かつおだし汁	バナナスティック
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、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
29 月	全粥 カレイと野菜の煮物 はくさいのみそ汁 にんじんスティック	米 カレイ、たまねぎ、しょうゆ、かつおだし汁 はくさい、みそ、かつおだし汁 にんじん、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
30 火	柔らかスパゲティ ゆでブロッコリー	スパゲティ、鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、 かつおだし汁 ブロッコリー、かつおだし汁	しらす粥
31 水	具だくさん雑炊 豆腐のみそ汁 さつまいもスティック	米、鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 豆腐、みそ、かつおだし汁 さつまいも、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい

※材料の都合により献立を変更する場合がございます。

※午前のおやつは赤ちゃんせんべいとなっております。

# 離乳食献立表

2021年3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	午後おやつ
1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、ブロッコリー、昆布だし汁 たまねぎ、昆布だし汁	ハイハイン
2火	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、たまねぎ、片栗粉、昆布だし汁 ほうれんそう、昆布だし汁	キャベツ粥
3水	鮭雑炊 豆腐スープ	米、鮭、にんじん、たまねぎ、昆布だし汁 豆腐、昆布だし汁	ハイハイン
4木	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 はくさいスープ	米 鶏ミンチ、にんじん、昆布だし汁 はくさい、昆布だし汁	ハイハイン
5金	全粥 鶏ミンチと豆腐のトロトロ煮 にんじんスープ	米 鶏ミンチ、豆腐、たまねぎ、片栗粉、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁	さつまいも煮
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	ハイハイン
8月	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	にんじん粥
9火	全粥 ベビー松風焼き こまつなスープ	米 鶏ミンチ、たまねぎ、豆腐、片栗粉、昆布だし汁 こまつな、昆布だし汁	ハイハイン
10水	具だくさん雑炊 たまねぎスープ	米、鶏ミンチ、はくさい、にんじん、昆布だし汁 たまねぎ、昆布だし汁	ハイハイン
11木	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	ほうれんそう粥
12金	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	さつまいも煮
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	ハイハイン
15月	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	ハイハイン
16火	具だくさん雑炊 たまねぎスープ	米、鶏ミンチ、にんじん、ブロッコリー、昆布だし汁 たまねぎ、昆布だし汁	ハイハイン
17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	ハイハイン

※材料の都合により献立を変更する場合がございます。

※午前のおやつはハイハインとなっております。

# 離乳食献立表

2021年3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	午後おやつ
18 木	全粥 カレイと野菜の煮物 にんじんスープ	米 カレイ、こまつな、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁	にんじん粥
19 金	具だくさん雑炊 豆腐スープ	米、鶏ミンチ、にんじん、たまねぎ、昆布だし汁 豆腐、昆布だし汁	ハイハイン
22 月	全粥 鮭と野菜の煮物 だいこんスープ	米 サケ、こまつな、昆布だし汁 だいこん、昆布だし汁	ハイハイン
23 火	具だくさん雑炊 じゃがいもスープ	米、鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁 じゃがいも、昆布だし汁	ハイハイン
24 水	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 たまねぎスープ	米 鶏ミンチ、じゃがいも、昆布だし汁 たまねぎ、昆布だし汁	りんご煮
25 木	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、キャベツ、片栗粉、昆布だし汁 はくさい、昆布だし汁	ハイハイン
26 金	具だくさん雑炊 豆腐スープ	米、鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁 豆腐、昆布だし汁	バナナ煮
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	ハイハイン
29 月	全粥 カレイと野菜の煮物 はくさいスープ	米 カレイ、たまねぎ、昆布だし汁 はくさい、昆布だし汁	ハイハイン
30 火	柔らかスパゲティ ゆでブロッコリー	スパゲティ、鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁 ブロッコリー、昆布だし汁	しらす粥
31 水	具だくさん雑炊 豆腐スープ	米、鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁 豆腐、昆布だし汁	ハイハイン

※材料の都合により献立を変更する場合がございます。

※午前のおやつはハイハインとなっております。

## 離乳食献立表

2021年3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 月	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(ブロッコリー、たまねぎ)	米 豆腐、昆布だし汁 ブロッコリー、たまねぎ、昆布だし汁
2 火	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
3 水	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(たまねぎ、にんじん)	米 しらす、昆布だし汁 たまねぎ、にんじん、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、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
5 金	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
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、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
9 火	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(こまつな、たまねぎ)	米 豆腐、昆布だし汁 こまつな、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(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
11 木	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 金	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
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(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
16 火	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(ブロッコリー、たまねぎ)	米 豆腐、昆布だし汁 ブロッコリー、たまねぎ、昆布だし汁
17 水	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

※材料の都合により献立を変更する場合がございます。

※午前・午後ともにおやつはハイハイインとなっております。

## 離乳食献立表

2021年3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(しらす) 野菜ペースト(こまつな、にんじん)	米 しらす、昆布だし汁 こまつな、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(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
22 月	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
23 火	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
24 水	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
25 木	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(にんじん、はくさい)	米 カレイ、昆布だし汁 にんじん、はくさい、昆布だし汁
26 金	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
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(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
30 火	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(じゃがいも、にんじん)	米 豆腐、昆布だし汁 じゃがいも、にんじん、昆布だし汁
31 水	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(たまねぎ、にんじん)	米 しらす、昆布だし汁 たまねぎ、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。

※午前・午後ともにおやつはハイハイインとなっております。