

離乳食献立表

2021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	午後おやつ
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、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
6 木	全粥 鮭と野菜の煮物 みそ汁(豆腐、わかめ) ゆでいんげん	米 鮭、かぼちゃ、しょうゆ、かつおだし汁 豆腐、わかめ、みそ、かつおだし汁 いんげん、かつおだし汁	ミルク粥 (コーンフレーク)
7 金	具だくさん雑炊 みそ汁(じゃがいも、かぼちゃ) 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、かぼちゃ、みそ、かつおだし汁 きゅうり、かつおだし汁	にんじん粥
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、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
10 月	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 みそ汁(だいこん、たまねぎ) ゆでいんげん	米 鶏ミンチ、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 だいこん、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 火	具だくさん雑炊 みそ汁(キャベツ、豆腐) 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 キャベツ、豆腐、みそ、かつおだし汁 きゅうり、かつおだし汁	フルーツヨーグルト (バナナ)
12 水	全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 みそ汁(たまねぎ、いんげん) ゆでプロッコリー	米 鶏ミンチ、にんじん、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 たまねぎ、いんげん、みそ、かつおだし汁 プロッコリー、かつおだし汁	ベビーおやき (かぼちゃ)
13 木	柔らかそうめん 野菜スティック	そうめん、鶏ミンチ、たまねぎ、こまつな、しょうゆ、 かつおだし汁 にんじん、きゅうり、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
14 金	全粥 豆腐と野菜の煮物 みそ汁(たまねぎ、かぼちゃ) ゆでいんげん	米 豆腐、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 たまねぎ、かぼちゃ、みそ、かつおだし汁 いんげん、かつおだし汁	りんごスティック
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、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
17 月	全粥 カレイの野菜あんかけ みそ汁(じゃがいも、にんじん) きゅうりスティック	米 カレイ、たまねぎ、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 じゃがいも、にんじん、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
18 火	具だくさん雑炊 みそ汁(かぼちゃ、たまねぎ) バナナスティック	米、鶏ミンチ、じゃがいも、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 かぼちゃ、たまねぎ、みそ、かつおだし汁 バナナ	赤ちゃんせんべい
19 水	柔らかスパゲティ(トマト) 野菜スティック	スパゲティ、鶏ミンチ、たまねぎ、キャベツ、トマトピューレ、 かつおだし汁 にんじん、いんげん、かつおだし汁	にんじん粥
20 木	全粥 豆腐と野菜の煮物 みそ汁(ひじき、にんじん) だいこんスティック	米 豆腐、はくさい、しょうゆ、かつおだし汁 ひじき、にんじん、みそ、かつおだし汁 だいこん、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
21 金	具だくさん雑炊 みそ汁(豆腐、しめじ) 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、しめじ、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

※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5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	午後おやつ
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、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
24 月	全粥 カレイと野菜の煮物 みそ汁(はくさい、にんじん) だいこんスティック	米 カレイ、たまねぎ、しょうゆ、かつおだし汁 はくさい、にんじん、みそ、かつおだし汁 だいこん、かつおだし汁	トマト粥 (にんじん、ピーマン)
25 火	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 みそ汁(わかめ、たまねぎ) ゆでいんげん	米 鶏ミンチ、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 わかめ、たまねぎ、みそ、かつおだし汁 いんげん、かつおだし汁	ベビーおやき (さつまいも)
26 水	具だくさん雑炊 みそ汁(豆腐、ほうれんそう) にんじんスティック	米、鶏ミンチ、たまねぎ、かぼちゃ、しょうゆ、かつおだし汁 豆腐、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
27 木	全粥 鶏ミンチと野菜のトマト煮 みそ汁(たまねぎ、キャベツ) じゃがいもスティック	米 鶏ミンチ、にんじん、トマトピューレ、かつおだし汁 たまねぎ、キャベツ、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
28 金	全粥 サワラと野菜のトロトロ煮 みそ汁(かぼちゃ、にんじん) きゅうりスティック	米、 鰯、だいこん、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 かぼちゃ、にんじん、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
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、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
31 月	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 みそ汁(たまねぎ、キャベツ) 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 たまねぎ、キャベツ、みそ、かつおだし汁 プロッコリー、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。

米、鶏ミンチ、じゃがいも、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁
かぼちゃ、たまねぎ、みそ、かつおだし汁
バナナ

離乳食献立表

2021年5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 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、かつおだし汁	ハイハイン
6 木	全粥 鮭と野菜のトロトロ煮 豆腐スープ	米 鮭、かぼちゃ、片栗粉、かつおだし汁 豆腐、かつおだし汁	ハイハイン
7 金	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、かつおだし汁 じゃがいも、かつおだし汁	にんじん粥
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、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
10 月	全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 だいこんスープ	米 鶏ミンチ、にんじん、片栗粉、かつおだし汁 だいこん、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
11 火	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、かつおだし汁 豆腐、かつおだし汁	バナナ煮
12 水	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、かつおだし汁 たまねぎ、かつおだし汁	かぼちゃ煮
13 木	柔らかそうめん 野菜の煮物	そうめん、鶏ミンチ、たまねぎ、こまつな、かつおだし汁 にんじん、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
14 金	全粥 豆腐と野菜あんかけ かぼちゃスープ	米 豆腐、にんじん、片栗粉、かつおだし汁 かぼちゃ、かつおだし汁	りんご煮
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、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
17 月	全粥 カレイの野菜あんかけ じゃがいもスープ	米 カレイ、たまねぎ、片栗粉、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
18 火	具だくさん雑炊 かぼちゃスープ バナナ煮	米、鶏ミンチ、じゃがいも、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 かぼちゃ、たまねぎ、みそ、かつおだし汁 バナナ	赤ちゃんせんべい
19 水	柔らかスパゲティ 野菜の煮物	スパゲティ、鶏ミンチ、たまねぎ、キャベツ、かつおだし汁 にんじん、かつおだし汁	にんじん粥
20 木	全粥 豆腐と野菜あんかけ にんじんスープ	米 豆腐、はくさい、片栗粉、かつおだし汁 にんじん、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
21 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、かつおだし汁 豆腐、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。

※午前のおやつはハイハインとなっております。

離乳食献立表

2021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	午後おやつ
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、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
24 月	全粥 カレイと野菜あんかけ はくさいスープ	米 カレイ、たまねぎ、片栗粉、かつおだし汁 はくさい、かつおだし汁	トマト粥 (にんじん)
25 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、かつおだし汁 たまねぎ、かつおだし汁	さつまいも煮
26 水	具だくさん雑炊 ほうれんそうスープ	米、鶏ミンチ、たまねぎ、かぼちゃ、かつおだし汁 ほうれんそう、かつおだし汁	キャベツ粥
27 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、にんじん、片栗粉、かつおだし汁 キャベツ、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
28 金	全粥 カレイの野菜あんかけ かぼちゃスープ	米、 カレイ、だいこん、片栗粉、かつおだし汁 かぼちゃ、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
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、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
31 月	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、かつおだし汁 たまねぎ、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。

※午前のおやつはハイハインとなっております。

米、鶏ミンチ、じゃがいも、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁
かぼちゃ、たまねぎ、みそ、かつおだし汁
バナナ

離乳食献立表

2021年5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 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 木	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(かぼちゃ)	米 豆腐、昆布だし汁 かぼちゃ、昆布だし汁
7 金	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
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
10 月	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(だいこん、たまねぎ)	米 カレイ、昆布だし汁、 だいこん、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(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
12 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
13 木	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(たまねぎ、かぼちゃ)	米 カレイ、昆布だし汁 たまねぎ、かぼちゃ、昆布だし汁
14 金	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(にんじん、かぼちゃ)	米 豆腐、昆布だし汁 にんじん、かぼちゃ、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(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
18 火	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、鶏ミンチ、じゃがいも、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 かぼちゃ、たまねぎ、みそ、かつおだし汁 バナナ
19 水	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(にんじん、キャベツ)	米 しらす、昆布だし汁 にんじん、キャベツ、昆布だし汁
20 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
21 金	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

※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
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(カレイ) 野菜ペースト(はくさい、にんじん)	米 カレイ、昆布だし汁 はくさい、にんじん、昆布だし汁
25 火	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
26 水	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(にんじん、ほうれんそう)	米 豆腐、昆布だし汁 にんじん、ほうれんそう、昆布だし汁
27 木	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(たまねぎ、キャベツ)	米 しらす、昆布だし汁 たまねぎ、キャベツ、昆布だし汁
28 金	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(かぼちゃ、にんじん)	米 カレイ、昆布だし汁 かぼちゃ、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(豆腐) 野菜ペースト(たまねぎ、キャベツ)	米、 豆腐、昆布だし汁 たまねぎ、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。

※午前・午後ともにおやつはハイハインとなっております。

米、鶏ミンチ、
じゃがいも、にん
じん、しょうゆ、
かつおだし汁
かぼちゃ、たまね
ぎ、みそ、かつお
だし汁
バナナ