

離乳食献立表

2021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 | 午後おやつ |
|---------|--|---|-------------------------------|
| 1 木 | 全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 みそ汁(たまねぎ、わかめ) 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 たまねぎ、わかめ、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 |
| 2 金 | 具だくさん雑炊 みそ汁(ほうれんそう、もやし) ゆでキャベツ | 米、鶏ミンチ、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、かつおだし汁 ほうれんそう、もやし、みそ、かつおだし汁 キャベツ、かつおだし汁 | ごま粥 |
| 3 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 |
| 5 月 | 全粥 鰯と野菜のみそ煮 すまし汁(はくさい、にんじん) ゆでいんげん | 米 鰯、たまねぎ、みそ、かつおだし汁 はくさい、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 いんげん、かつおだし汁 | 赤ちゃんせんべい |
| 6 火 | 全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 みそ汁(たまねぎ、にんじん) きゅうりスティック | 米 鶏ミンチ、キャベツ、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 たまねぎ、にんじん、みそ、かつおだし汁 きゅうり、かつおだし汁 | ベビーおやき (じゃがいも、あおさ) |
| 7 水 | 柔らかそうめん 野菜スティック | そうめん、鶏ミンチ、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、かつおだし汁 かぼちゃ、いんげん、かつおだし汁 | 赤ちゃんせんべい |
| 8 木 | 全粥 カレイと野菜の煮物 みそ汁(ほうれんそう、豆腐) 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 ほうれんそう、豆腐、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 |
| 9 金 | 全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 みそ汁(はくさい、たまねぎ) 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 はくさい、たまねぎ、みそ、かつおだし汁 プロッコリー、かつおだし汁 | りんごスティック |
| 10 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 |
| 12 月 | 全粥 鰯のみぞれ煮 みそ汁(ほうれんそう、にんじん) きゅうりスティック | 米 鰯、だいこん、しょうゆ、かつおだし汁 ほうれんそう、にんじん、みそ、かつおだし汁 きゅうり、かつおだし汁 | ベビーおやき (かぼちゃ) |
| 13 火 | 具だくさん雑炊 みそ汁(じゃがいも、キャベツ) バナナスティック | 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、キャベツ、みそ、かつおだし汁 バナナ | 赤ちゃんせんべい |
| 14 水 | 全粥 ベビー松風焼き すまし汁(だいこん、にんじん) 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 だいこん、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 きゅうり、かつおだし汁 | リゾット風 (ツナ水煮缶、にんじん、トマトピューレ) |
| 15 木 | 全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 みそ汁(たまねぎ、ひじき) にんじんスティック | 米 鶏ミンチ、こまつな、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 たまねぎ、ひじき、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 |
| 16 金 | 全粥 豆腐のそぼろあんかけ みそ汁(にんじん、いんげん) きゅうりスティック | 米 鶏ミンチ、豆腐、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 にんじん、いんげん、みそ、かつおだし汁 きゅうり、かつおだし汁 | ミルク粥 (玄米フレーク) |
| 17 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 |

※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 | 午後おやつ |
|---------|--|--|---------------------------|
| 19 月 | 全粥 鶏ミンチと野菜のトマト煮 みそ汁(キャベツ、たまねぎ) ゆでブロッコリー | 米 鶏ミンチ、にんじん、トマトピューレ、かつおだし汁 キャベツ、たまねぎ、みそ、かつおだし汁 ブロッコリー、かつおだし汁 | ベビーおやき (じゃがいも、 あおさ) |
| 20 火 | 全粥 カレイの野菜あんかけ みそ汁(こまつな、にんじん) ゆでかぼちゃ | 米 カレイ、たまねぎ、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 こまつな、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 |
| 21 水 | 具だくさん雑炊 みそ汁(ほうれんそう、もやし) だいこんスティック | 米、鶏ミンチ、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、かつおだし汁 ほうれんそう、もやし、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 |
| 24 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 |
| 26 月 | 全粥 鮭と野菜のみそ煮 すまし汁（わかめ、豆腐） ゆでいんげん | 米 鮭、かぼちゃ、みそ、かつおだし汁 わかめ、豆腐、しょうゆ、かつおだし汁 いんげん、かつおだし汁 | 赤ちゃんせんべい |
| 27 火 | 全粥 ベビーコロッケ みそ汁(にんじん、たまねぎ) ゆでブロッコリー | 米 鶏ミンチ、かぼちゃ、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 にんじん、たまねぎ、みそ、かつおだし汁 ブロッコリー、かつおだし汁 | フルーツヨーグルト (バナナ) |
| 28 水 | 全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 みそ汁(こまつな、たまねぎ) さつまいもスティック | 米 鶏ミンチ、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 こまつな、たまねぎ、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 |
| 29 木 | 全粥 豆腐と野菜のトロトロ煮 みそ汁(だいこん、いんげん) にんじんスティック | 米 豆腐、たまねぎ、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 だいこん、いんげん、みそ、かつおだし汁 にんじん、かつおだし汁 | にんじん粥 |
| 30 金 | 具だくさん雑炊 みそ汁(はくさい、もやし) 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 はくさい、もやし、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 |
| 31 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 |

※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7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 木 | 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 | ハイハイン |
| 2 金 | 具だくさん雑炊 ほうれんそうスープ | 米、鶏ミンチ、にんじん、たまねぎ、かつおだし汁 ほうれんそう、かつおだし汁 | しらす粥 |
| 3 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 |
| 5 月 | 全粥 鮭の野菜あんかけ はくさいスープ | 米 鮭、たまねぎ、片栗粉、かつおだし汁 はくさい、かつおだし汁 | ハイハイン |
| 6 火 | 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、キャベツ、片栗粉、かつおだし汁 にんじん、かつおだし汁 | じゃがいも煮 |
| 7 水 | 柔らかそうめん 野菜の煮物 | そうめん、鶏ミンチ、にんじん、たまねぎ、かつおだし汁 かぼちゃ、かつおだし汁 | ハイハイン |
| 8 木 | 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、かつおだし汁 ほうれんそう、かつおだし汁 | ハイハイン |
| 9 金 | 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、にんじん、片栗粉、かつおだし汁 はくさい、かつおだし汁 | りんご煮 |
| 10 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 |
| 12 月 | 全粥 鮭のみぞれ煮 にんじんスープ | 米 鮭、だいこん、片栗粉、かつおだし汁 にんじん、かつおだし汁 | かぼちゃ煮 |
| 13 火 | 具だくさん雑炊 じゃがいもスープ バナナ煮 | 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 バナナ | ハイハイン |
| 14 水 | 全粥 ベビー松風焼き にんじんスープ | 米 鶏ミンチ、豆腐、たまねぎ、片栗粉、かつおだし汁 にんじん、かつおだし汁 | にんじん粥 |
| 15 木 | 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、こまつな、片栗粉、かつおだし汁 たまねぎ、かつおだし汁 | ハイハイン |
| 16 金 | 全粥 豆腐のそぼろあんかけ にんじんスープ | 米 鶏ミンチ、豆腐、片栗粉、かつおだし汁 にんじん、かつおだし汁 | ハイハイン |
| 17 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 |

※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 | 午後おやつ |
|---------|--------------------------------|--|--------|
| 19 月 | 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 | じゃがいも煮 |
| 20 火 | 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、かつおだし汁 にんじん、かつおだし汁 | ハイハイン |
| 21 水 | 具だくさん雑炊 ほうれんそうスープ | 米、鶏ミンチ、にんじん、たまねぎ、かつおだし汁 ほうれんそう、かつおだし汁 | ハイハイン |
| 24 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 |
| 26 月 | 全粥 鮭の野菜あんかけ 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 |
| 27 火 | 全粥 ベビーコロッケ たまねぎスープ | 米 鶏ミンチ、かぼちゃ、片栗粉、かつおだし汁 たまねぎ、かつおだし汁 | バナナ煮 |
| 28 水 | 全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 こまつなスープ | 米 鶏ミンチ、にんじん、片栗粉、かつおだし汁 こまつな、かつおだし汁 | ハイハイン |
| 29 木 | 全粥 豆腐の野菜あんかけ だいこんスープ | 米 豆腐、たまねぎ、片栗粉、かつおだし汁 だいこん、かつおだし汁 | にんじん粥 |
| 30 金 | 具だくさん雑炊 はくさいスープ | 米、鶏ミンチ、にんじん、たまねぎ、かつおだし汁 はくさい、かつおだし汁 | ハイハイン |
| 31 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 |

※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 木 | つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(はくさい、たまねぎ) | 米 しらす、昆布だし汁 はくさい、たまねぎ、昆布だし汁 |
| 2 金 | 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 |
| 3 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 |
| 5 月 | 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 |
| 6 火 | 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 |
| 7 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 |
| 8 木 | 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 |
| 9 金 | 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 |
| 10 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 |
| 12 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 |
| 13 火 | つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(じゃがいも、キャベツ) | 米 豆腐、昆布だし汁 じゃがいも、キャベツ、昆布だし汁 |
| 14 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 |
| 15 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 |
| 16 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 |
| 17 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 |

※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 |
|---------|---|------------------------------------|
| 19 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 |
| 20 火 | 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 |
| 21 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 |
| 24 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 |
| 26 月 | 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 |
| 27 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 |
| 28 水 | 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 |
| 29 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 |
| 30 金 | 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 だいこん、にんじん、昆布だし汁 |
| 31 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 |

※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。