

# 離乳食献立表

2021年10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 金	具だくさん雑炊 みそ汁(豆腐、わかめ) ゆでいんげん	米、鮭、にんじん、キャベツ、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	赤ちゃんせんべい
2 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
4 月	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 みそ汁(こまつな、しめじ) にんじんスティック	米 鶏ミンチ、たまねぎ、しょうゆ、かつおだし汁 こまつな、しめじ、みそ、かつおだし汁 にんじん、かつおだし汁	ベビーおやき (さつまいも)
5 火	全粥 カレイの野菜あんかけ みそ汁(にんじん、豆腐) 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、かつおだし汁 にんじん、豆腐、みそ、かつおだし汁 だいこん、かつおだし汁	にんじん粥
6 水	全粥 ベビー松風焼き すまし汁(こまつな、しめじ) にんじんスティック	米 鶏ミンチ、豆腐、たまねぎ、片栗粉、みそ、かつおだし汁 こまつな、しめじ、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
7 木	具だくさん雑炊 みそ汁(はくさい、しいたけ) 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、かつおだし汁 はくさい、しいたけ、みそ、かつおだし汁 ブロッコリー、かつおだし汁	柔らかビーフン (たまねぎ、にんじん)
8 金	全粥 鮭と野菜の煮物 みそ汁(キャベツ、にんじん) だいこんスティック	米 鮭、たまねぎ、しょうゆ、かつおだし汁 キャベツ、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
9 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
11 月	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 みそ汁(さつまいも、たまねぎ) きゅうりスティック	米 鶏ミンチ、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 さつまいも、たまねぎ、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
12 火	全粥 豆腐のそぼろ煮 みそ汁(たまねぎ、にんじん) ゆでキャベツ	米 豆腐、鶏ミンチ、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 キャベツ、かつおだし汁	ごま粥
13 水	全粥 カレイと野菜の煮物 みそ汁(ほうれんそう、たまねぎ) ゆでいんげん	米 カレイ、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 ほうれんそう、たまねぎ、みそ、かつおだし汁 いんげん、かつおだし汁	パン粥
14 木	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 みそ汁(にんじん、ひじき) 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、ひじき、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
15 金	全粥 具だくさん雑炊 みそ汁(かぼちゃ、もやし) ゆでいんげん	米、鮭、ブロッコリー、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 かぼちゃ、もやし、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
16 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
18 月	全粥 鰯と野菜のみそ煮 すまし汁(たまねぎ、ひじき) ゆでかぼちゃ	米 鰯、にんじん、みそ、かつおだし汁 たまねぎ、ひじき、しょうゆ、かつおだし汁 かぼちゃ、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10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 火	具だくさん雑炊 みそ汁(キャベツ、しめじ) バナナスティック	米、鶏ミンチ、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、かつおだし汁 キャベツ、しめじ、みそ、かつおだし汁 バナナ	赤ちゃんせんべい
20 水	全粥 鶏ミンチと野菜のトマト煮 みそ汁(ほうれんそう、にんじん) じゃがいもスティック	米 鶏ミンチ、たまねぎ、トマトピューレ、かつおだし汁 ほうれんそう、にんじん、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
21 木	具だくさん雑炊 みそ汁(たまねぎ、わかめ) きゅうりスティック	米、鮭、にんじん、はくさい、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 きゅうり、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
22 金	柔らかスパゲティ 野菜の煮物	スパゲティ、ツナ水煮缶、たまねぎ、ほうれんそう、しょうゆ かつおだし汁 にんじん、かぼちゃ、かつおだし汁	ごま粥
23 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
25 月	全粥 鮭の野菜あんかけ みそ汁(にんじん、しめじ) きゅうりスティック	米 鮭、たまねぎ、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 にんじん、しめじ、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
26 火	具だくさん雑炊 みそ汁(さつまいも、もやし) ゆでいんげん	米、鶏ミンチ、にんじん、だいこん、しょうゆ、かつおだし汁 さつまいも、もやし、みそ、かつおだし汁 いんげん、かつおだし汁	フルーツヨーグルト (豆乳ヨーグルト、バナナ)
27 水	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 みそ汁(キャベツ、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 キャベツ、たまねぎ、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
28 木	全粥 カレイと野菜の煮物 みそ汁(はくさい、たまねぎ) だいこんスティック	米 カレイ、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 だいこん、かつおだし汁	しらす粥
29 金	トマト雑炊 すまし汁(豆腐、しめじ) ゆでプロッコリー	米、鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、トマトピューレ、かつおだし汁 豆腐、しめじ、しょうゆ、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)
30 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10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
1 金	具だくさん雑炊 豆腐スープ	米、鮭、にんじん、キャベツ、かつおだし汁 豆腐、かつおだし汁	ハイハイン
2 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
4 月	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、たまねぎ、片栗粉、かつおだし汁 こまつな、かつおだし汁	さつまいも煮
5 火	全粥 カレイの野菜あんかけ にんじんスープ	米 カレイ、ほうれんそう、片栗粉、かつおだし汁 にんじん、かつおだし汁	にんじん粥
6 水	全粥 ベビー松風焼き こまつなスープ	米 鶏ミンチ、豆腐、たまねぎ、片栗粉、かつおだし汁 こまつな、かつおだし汁	ハイハイン
7 木	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	柔らかビーフン (たまねぎ、にんじん)
8 金	全粥 鮭の野菜あんかけ キャベツスープ	米 鮭、たまねぎ、片栗粉、かつおだし汁 キャベツ、かつおだし汁	ハイハイン
9 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
11 月	全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 さつまいもスープ	米 鶏ミンチ、にんじん、片栗粉、かつおだし汁 さつまいも、かつおだし汁	ハイハイン
12 火	全粥 豆腐のそぼろ煮 たまねぎスープ	米 豆腐、鶏ミンチ、片栗粉、かつおだし汁 たまねぎ、かつおだし汁	しらす粥
13 水	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、かつおだし汁 ほうれんそう、かつおだし汁	ハイハイン
14 木	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、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
15 金	具だくさん雑炊 かぼちゃスープ	米、鮭、ブロッコリー、にんじん、かつおだし汁 かぼちゃ、かつおだし汁	ハイハイン
16 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
18 月	全粥 鮭の野菜あんかけ たまねぎスープ	米 鮭、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

※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10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 火	具だくさん雑炊 キャベツスープ バナナ煮	米、鶏ミンチ、にんじん、たまねぎ、かつおだし汁 キャベツ、かつおだし汁 バナナ	ハイハイン
20 水	全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 ほうれんそうスープ	米 鶏ミンチ、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
21 木	具だくさん雑炊 たまねぎスープ	米、鮭、にんじん、はくさい、かつおだし汁 たまねぎ、かつおだし汁	ハイハイン
22 金	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、ほうれんそう、かつおだし汁 にんじん、かぼちゃ、かつおだし汁	しらす粥
23 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
25 月	全粥 鮭の野菜あんかけ にんじんスープ	米 鮭、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
26 火	具だくさん雑炊 さつまいもスープ	米、鶏ミンチ、にんじん、だいこん、かつおだし汁 さつまいも、かつおだし汁	バナナ煮
27 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、にんじん、片栗粉、かつおだし汁 キャベツ、かつおだし汁	ハイハイン
28 木	全粥 カレイの野菜あんかけ はくさいスープ	米 カレイ、にんじん、片栗粉、かつおだし汁 はくさい、かつおだし汁	しらす粥
29 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	かぼちゃ煮
30 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10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 金	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
2 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
4 月	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
5 火	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(ほうれんそう、だいこん)	米 豆腐、昆布だし汁 ほうれんそう、だいこん、昆布だし汁
6 水	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(こまつな、たまねぎ)	米 しらす、昆布だし汁 こまつな、たまねぎ、昆布だし汁
7 木	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
8 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
9 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 月	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
12 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
13 水	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(ほうれんそう、にんじん)	米 しらす、昆布だし汁 ほうれんそう、にんじん、昆布だし汁
14 木	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
15 金	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(にんじん、かぼちゃ)	米 カレイ、昆布だし汁 にんじん、かぼちゃ、昆布だし汁
16 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
18 月	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

※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となっております。

# 離乳食献立表

2021年10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 火	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(にんじん、キャベツ)	米 カレイ、昆布だし汁 にんじん、キャベツ、昆布だし汁
20 水	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(ほうれんそう、じゃがいも)	米 しらす、昆布だし汁 ほうれんそう、じゃがいも、昆布だし汁
21 木	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 金	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(たまねぎ、ほうれんそう)	米 カレイ、昆布だし汁 たまねぎ、ほうれんそう、昆布だし汁
23 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
25 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
26 火	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(さつまいも、だいこん)	米 豆腐、昆布だし汁 さつまいも、だいこん、昆布だし汁
27 水	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(じゃがいも、キャベツ)	米 しらす、昆布だし汁 じゃがいも、キャベツ、昆布だし汁
28 木	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
29 金	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
30 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ンとなっております。