

# 離乳食献立表

2021年11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 すまし汁(キャベツ、にんじん) きゅうりスティック	米 鶏ミンチ、たまねぎ、トマトピューレ、かつおだし汁 キャベツ、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 (さつまいも)
2 火	全粥 豆腐のそぼろ煮 みそ汁(こまつな、たまねぎ) にんじんスティック	米 豆腐、鶏ミンチ、片栗粉、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 にんじん、かつおだし汁	バナナスティック
4 木	具だくさん雑炊 みそ汁(さつまいも、えのき) ゆでキャベツ	米、しらす、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 さつまいも、えのき、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 カレイの野菜あんかけ みそ汁(もやし、にんじん) ゆでいんげん	米 カレイ、ほうれんそう、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 もやし、にんじん、みそ、かつおだし汁 いんげん、かつおだし汁	ごま粥
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 鶏ミンチと野菜のみそ煮 すまし汁(わかめ、たまねぎ) にんじんスティック	米 鶏ミンチ、キャベツ、みそ、かつおだし汁 わかめ、たまねぎ、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
9 火	具だくさん雑炊 みそ汁(はくさい、ひじき) だいこんスティック	米、鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 はくさい、ひじき、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
10 水	全粥 鮭と野菜の煮物 みそ汁(こまつな、えのき) にんじんスティック	米 鮭、たまねぎ、しょうゆ、かつおだし汁 こまつな、えのき、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
11 木	具だくさん雑炊 みそ汁(じゃがいも、いんげん) ゆでブロッコリー	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、いんげん、みそ、かつおだし汁 ブロッコリー、かつおだし汁	ミルク粥 (玄米フレーク)
12 金	全粥 しらすの野菜あんかけ みそ汁(わかめ、豆腐) ゆでいんげん	米 しらす、にんじん、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 わかめ、豆腐、みそ、かつおだし汁 いんげん、かつおだし汁	きのこ雑炊 (えのき、しめじ)
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 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 みそ汁(ブロッコリー、たまねぎ) 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、かつおだし汁 ブロッコリー、たまねぎ、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
16 火	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	にんじん粥
17 水	具だくさん雑炊 みそ汁(にんじん、キャベツ) りんごスティック	米、鮭、かぼちゃ、たまねぎ、しょうゆ、かつおだし汁 にんじん、キャベツ、みそ、かつおだし汁 りんご	赤ちゃんせんべい
18 木	全粥 鮭の野菜あんかけ みそ汁(わかめ、たまねぎ) きゅうりスティック	米 鮭、にんじん、片栗粉、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 きゅうり、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11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 金	みそ風味雑炊 すまし汁(にんじん、豆腐) ゆでいんげん	米、鶏ミンチ、ほうれんそう、たまねぎ、みそ、かつおだし汁 にんじん、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
20 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
22 月	柔らかうどん 野菜の煮物	うどん、鶏ミンチ、はくさい、たまねぎ、しょうゆ、かつおだし汁 かぼちゃ、にんじん、かつおだし汁	にんじん粥
24 水	全粥 鰯と野菜のみそ煮 すまし汁(ほうれんそう、たまねぎ) だいこんスティック	米 鰯、にんじん、みそ、かつおだし汁 ほうれんそう、たまねぎ、しょうゆ、かつおだし汁 だいこん、かつおだし汁	パン粥
25 木	具だくさん雑炊 みそ汁(キャベツ、もやし) きゅうりスティック	米、しらす、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 キャベツ、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
26 金	全粥 ベビーコロッケ みそ汁(たまねぎ、にんじん) ゆでプロッコリー	米 鶏ミンチ、さつまいも、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 プロッコリー、かつおだし汁	フルーツヨーグルト (バナナ)
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 鶏ミンチと野菜のみそ煮 すまし汁(豆腐、にんじん) ゆでかぼちゃ	米 鶏ミンチ、だいこん、みそ、かつおだし汁 豆腐、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 かぼちゃ、かつおだし汁	ほうれんそう粥
30 火	具だくさん雑炊 みそ汁(じゃがいも、キャベツ) 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 じゃがいも、キャベツ、みそ、かつおだし汁 いんげん、かつおだし汁	しらす粥

※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11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 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 キャベツスープ	米 鶏ミンチ、たまねぎ、片栗粉、かつおだし汁 キャベツ、かつおだし汁	さつまいも煮
2 火	全粥 豆腐のそぼろ煮 こまつなスープ	米 豆腐、鶏ミンチ、片栗粉、かつおだし汁 こまつな、かつおだし汁	バナナ煮
4 木	具だくさん雑炊 さつまいもスープ	米、しらす、たまねぎ、にんじん、かつおだし汁 さつまいも、かつおだし汁	ハイハイン
5 金	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	しらす粥
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、かつおだし汁	ハイハイン
8 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、キャベツ、片栗粉、かつおだし汁 たまねぎ、かつおだし汁	ハイハイン
9 火	具だくさん雑炊 はくさいスープ	米、鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、かつおだし汁 はくさい、かつおだし汁	ハイハイン
10 水	全粥 鮭の野菜あんかけ こまつなスープ	米 鮭、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
11 木	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	ハイハイン
12 金	全粥 しらすの野菜あんかけ 豆腐スープ	米 しらす、にんじん、片栗粉、かつおだし汁 豆腐、かつおだし汁	かぼちゃ粥
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、かつおだし汁	ハイハイン
15 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	ハイハイン
16 火	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	にんじん粥
17 水	具だくさん雑炊 にんじんスープ りんご煮	米、鮭、かぼちゃ、たまねぎ、かつおだし汁 にんじん、かつおだし汁 りんご	ハイハイン
18 木	全粥 カレイの野菜あんかけ たまねぎスープ	米 カレイ、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11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
19 金	具だくさん雑炊 豆腐スープ	米、鶏ミンチ、ほうれんそう、たまねぎ、かつおだし汁 豆腐、かつおだし汁	ハイハイン
20 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
22 月	柔らかうどん 野菜の煮物	うどん、鶏ミンチ、はくさい、たまねぎ、かつおだし汁 かぼちゃ、にんじん、かつおだし汁	にんじん粥
24 水	全粥 鮭の野菜あんかけ ほうれんそうスープ	米 鮭、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
25 木	具だくさん雑炊 キャベツスープ	米、しらす、たまねぎ、にんじん、かつおだし汁 キャベツ、かつおだし汁	ハイハイン
26 金	全粥 ベビーコロッケ にんじんスープ	米 鶏ミンチ、さつまいも、片栗粉、かつおだし汁 にんじん、かつおだし汁	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、かつおだし汁	ハイハイン
29 月	全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 豆腐スープ	米 鶏ミンチ、だいこん、片栗粉、かつおだし汁 豆腐、かつおだし汁	ほうれんそう粥
30 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、かつおだし汁 じゃがいも、かつおだし汁	しらす粥

※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11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 月	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
2 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
4 木	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(さつまいも、キャベツ)	米 しらす、昆布だし汁 さつまいも、キャベツ、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、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
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(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
9 火	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(はくさい、だいこん)	米 しらす、昆布だし汁 はくさい、だいこん、昆布だし汁
10 水	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(にんじん、こまつな)	米 カレイ、昆布だし汁 にんじん、こまつな、昆布だし汁
11 木	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
12 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
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、だいこん)	米 しらす、昆布だし汁 にんじん、だいこん、昆布だし汁
16 火	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(こまつな、たまねぎ)	米 カレイ、昆布だし汁 こまつな、たまねぎ、昆布だし汁
17 水	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
18 木	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

※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11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 金	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
20 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
22 月	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(じゃがいも、はくさい)	米 しらす、昆布だし汁 じゃがいも、はくさい、昆布だし汁
24 水	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(ほうれんそう、だいこん)	米 カレイ、昆布だし汁 ほうれんそう、だいこん、昆布だし汁
25 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
26 金	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(さつまいも、にんじん)	米 しらす、昆布だし汁 さつまいも、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(豆腐) 野菜ペースト(かぼちゃ、だいこん)	米 豆腐、昆布だし汁 かぼちゃ、だいこん、昆布だし汁
30 火	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

※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。