

離乳食献立表

2022年1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
4 火	全粥 鮭の野菜あんかけ みそ汁(わかめ、豆腐) ゆでいんげん	米 鮭、かぼちゃ、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	赤ちゃんせんべい
5 水	全粥 豆腐のそぼろ煮 みそ汁(たまねぎ、いんげん) だいこんスティック	米 鶏ミンチ、豆腐、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 たまねぎ、いんげん、みそ、かつおだし汁 だいこん、かつおだし汁	パン粥
6 木	具だくさん雑炊 みそ汁(ほうれんそう、しめじ) にんじんスティック	米、鶏ミンチ、たまねぎ、はくさい、しょうゆ、かつおだし汁 ほうれんそう、しめじ、みそ、かつおだし汁 にんじん、かつおだし汁	ミルク粥 (玄米フレーク)
7 金	全粥 しらすと野菜のみそ煮 すまし汁(えのき、にんじん) ゆでいんげん	米 しらす、こまつな、みそ、かつおだし汁 えのき、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 いんげん、かつおだし汁	さつまいも粥
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
11 火	全粥 鶏ミンチと野菜のトマト煮 みそ汁(にんじん、だいこん) ゆでかぼちゃ	米 鶏ミンチ、たまねぎ、トマトピューレ、かつおだし汁 にんじん、だいこん、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
12 水	全粥 ベビー松風焼き すまし汁(にんじん、しめじ) ゆでキャベツ	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、しめじ、しょうゆ、かつおだし汁 キャベツ、かつおだし汁	フルーツヨーグルト (バナナ)
13 木	具だくさん雑炊 みそ汁(ほうれんそう、だいこん) ゆでいんげん	米、しらす、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 ほうれんそう、だいこん、みそ、かつおだし汁 いんげん、かつおだし汁	ベビーおやき (じゃがいも)
14 金	全粥 カレイの野菜あんかけ みそ汁(さつまいも、もやし) 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 さつまいも、もやし、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
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 鶏ミンチと野菜のごまみそ煮 すまし汁(豆腐、ひじき) にんじんスティック	米 鶏ミンチ、たまねぎ、すりごま、みそ、かつおだし汁 豆腐、ひじき、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
18 火	具だくさん雑炊 みそ汁(キャベツ、たまねぎ) バナナスティック	米、鶏ミンチ、かぼちゃ、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 バナナ	赤ちゃんせんべい
19 水	全粥 鮭の野菜あんかけ みそ汁(ほうれんそう、にんじん) ゆでいんげん	米 鮭、たまねぎ、片栗粉、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 いんげん、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
20 木	全粥 しらすと野菜の煮物 みそ汁(たまねぎ、しいたけ) にんじんスティック	米 しらす、こまつな、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 たまねぎ、しいたけ、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
21 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、にんじん、トマトピューレ、 かつおだし汁 プロッコリー、かぼちゃ、かつおだし汁	ごま粥

※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

2022年1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
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 鶏ミンチと野菜の煮物 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、だいこん、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	赤ちゃんせんべい
25 火	全粥 しらすの野菜あんかけ みそ汁(たまねぎ、いんげん) にんじんスティック	米 しらす、じゃがいも、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 にんじん、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
26 水	全粥 カレイと野菜の煮物 みそ汁(たまねぎ、にんじん) ゆでキャベツ	米 カレイ、はくさい、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	しらす粥
27 木	全粥 ベビーコロッケ みそ汁(にんじん、豆腐) 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、豆腐、みそ、かつおだし汁 ブロッコリー、かつおだし汁	柔らかそうめん (キャベツ、にんじん)
28 金	全粥 鶏ミンチと野菜のトマト煮 みそ汁(にんじん、だいこん) ゆでかぼちゃ	米 鶏ミンチ、たまねぎ、トマトピューレ、かつおだし汁 にんじん、だいこん、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
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	柔らかうどん 野菜の煮物	うどん、鶏ミンチ、たまねぎ、はくさい、しょうゆ、かつおだし汁 だいこん、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

2022年1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
4 火	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
5 水	全粥 豆腐のそぼろ煮 たまねぎスープ	米 鶏ミンチ、豆腐、片栗粉、かつおだし汁 たまねぎ、かつおだし汁	ハイハイン
6 木	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、はくさい、かつおだし汁 ほうれんそう、かつおだし汁	ハイハイン
7 金	全粥 しらすの野菜あんかけ にんじんスープ	米 しらす、こまつな、片栗粉、かつおだし汁 にんじん、かつおだし汁	さつまいも粥
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	ハイハイン
11 火	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、たまねぎ、片栗粉、かつおだし汁 だいこん、かつおだし汁	ハイハイン
12 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	バナナ煮
13 木	具だくさん雑炊 ほうれんそうスープ	米、しらす、たまねぎ、にんじん、かつおだし汁 ほうれんそう、かつおだし汁	じゃがいも煮
14 金	全粥 カレイの野菜あんかけ さつまいもスープ	米 カレイ、たまねぎ、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
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	ハイハイン
17 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、たまねぎ、片栗粉、かつおだし汁 豆腐、かつおだし汁	ハイハイン
18 火	具だくさん雑炊 キャベツスープ バナナ煮	米、鶏ミンチ、かぼちゃ、にんじん、かつおだし汁 キャベツ、かつおだし汁 バナナ	ハイハイン
19 水	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
20 木	全粥 しらすの野菜あんかけ たまねぎスープ	米 しらす、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
21 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、にんじん、かつおだし汁 プロッコリー、かぼちゃ、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

2022年1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	ハイハイン
24 月	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、だいこん、片栗粉、かつおだし汁 にんじん、かつおだし汁	ハイハイン
25 火	全粥 しらすの野菜あんかけ たまねぎスープ	米 しらす、じゃがいも、片栗粉、かつおだし汁 たまねぎ、かつおだし汁	ハイハイン
26 水	全粥 カレイの野菜あんかけ にんじんスープ	米 カレイ、はくさい、片栗粉、かつおだし汁 にんじん、かつおだし汁	しらす粥
27 木	全粥 ベビーコロッケ 豆腐スープ	米 鶏ミンチ、かぼちゃ、片栗粉、かつおだし汁 豆腐、かつおだし汁	柔らかそうめん (キャベツ、にんじん)
28 金	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、たまねぎ、片栗粉、かつおだし汁 だいこん、かつおだし汁	ハイハイン
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	ハイハイン
31 月	柔らかうどん 野菜の煮物	うどん、鶏ミンチ、たまねぎ、はくさい、かつおだし汁 だいこん、にんじん、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

2022年1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
4 火	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
5 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
6 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
7 金	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
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
11 火	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(にんじん、だいこん)	米 カレイ、昆布だし汁 にんじん、だいこん、昆布だし汁
12 水	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(にんじん、キャベツ)	米 豆腐、昆布だし汁 にんじん、キャベツ、昆布だし汁
13 木	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(ほうれんそう、だいこん)	米 しらす、昆布だし汁 ほうれんそう、だいこん、昆布だし汁
14 金	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
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(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
18 火	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
19 水	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(ほうれんそう、たまねぎ)	米 豆腐、昆布だし汁 ほうれんそう、たまねぎ、昆布だし汁
20 木	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 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

※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

2022年1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
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(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
25 火	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
26 水	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(キャベツ、にんじん)	米 カレイ、昆布だし汁 キャベツ、にんじん、昆布だし汁
27 木	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(かぼちゃ、たまねぎ)	米 豆腐、昆布だし汁 かぼちゃ、たまねぎ、昆布だし汁
28 金	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(にんじん、だいこん)	米 カレイ、昆布だし汁 にんじん、だいこん、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(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

※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。