

離乳食献立表

2022年3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
1 火	全粥 鶏ミンチと野菜のトマト煮 すまし汁(かぼちゃ、たまねぎ) ゆでキャベツ	米 鶏ミンチ、じゃがいも、トマトピューレ、かつおだし汁 かぼちゃ、たまねぎ、しょうゆ、かつおだし汁 キャベツ、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
2 水	全粥 カレイの野菜あんかけ みそ汁(たまねぎ、いんげん) にんじんスティック	米 カレイ、ほうれんそう、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
3 木	鮭雑炊 みそ汁(わかめ、豆腐) ゆでいんげん	米、鮭、にんじん、かぼちゃ、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
4 金	全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 みそ汁(こまつな、しめじ) さつまいもスティック	米 鶏ミンチ、にんじん、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 こまつな、しめじ、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
7 月	全粥 カレイと野菜の煮物 みそ汁(にんじん、わかめ) きゅうりスティック	米 カレイ、たまねぎ、しょうゆ、かつおだし汁 にんじん、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
8 火	具だくさん雑炊 みそ汁(もやし、キャベツ) ゆでいんげん	米、ツナ水煮缶、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 もやし、キャベツ、みそ、かつおだし汁 いんげん、かつおだし汁	柔らかうどん (にんじん、たまねぎ)
9 水	全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 みそ汁(しめじ、たまねぎ) にんじんスティック	米 鶏ミンチ、キャベツ、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 しめじ、たまねぎ、みそ、かつおだし汁 にんじん、かつおだし汁	パン粥
10 木	全粥 鶏ミンチと豆腐のトマト煮 みそ汁(キャベツ、にんじん) きゅうりスティック	米 鶏ミンチ、豆腐、トマトピューレ、かつおだし汁 キャベツ、にんじん、みそ、かつおだし汁 きゅうり、かつおだし汁	にんじん粥
11 金	全粥 鮭の野菜あんかけ みそ汁(豆腐、えのき) にんじんスティック	米 鮭、たまねぎ、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 豆腐、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
12 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
14 月	全粥 鰯の野菜あんかけ みそ汁(かぼちゃ、にんじん) ゆでいんげん	米 鰯、たまねぎ、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 いんげん、かつおだし汁	ミルク粥 (玄米フレーク)
15 火	具だくさん雑炊 みそ汁(キャベツ、にんじん) バナナスティック	米、鶏ミンチ、たまねぎ、じゃがいも、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 バナナ	赤ちゃんせんべい
16 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	パン粥
17 木	全粥 鮭と野菜の煮物 みそ汁(わかめ、はくさい) ゆでいんげん	米 鮭、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 わかめ、はくさい、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
18 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 かぼちゃ、ブロッコリー、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

2022年3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 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 火	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 みそ汁(ひじき、にんじん) じゃがいもスティック	米 鶏ミンチ、たまねぎ、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 じゃがいも、かつおだし汁	しらす粥
23 水	具だくさん雑炊 みそ汁(はくさい、豆腐) 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 はくさい、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
24 木	全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 みそ汁(かぼちゃ、にんじん) ゆでブロッコリー	米 鶏ミンチ、たまねぎ、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 ブロッコリー、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
25 金	全粥 ベビーコロッケ みそ汁(こまつな、たまねぎ) にんじんスティック	米 鶏ミンチ、さつまいも、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	赤ちゃんせんべい
28 月	全粥 鮭と野菜のみそ煮 すまし汁(ほうれんそう、にんじん) だいこんスティック	米 鮭、たまねぎ、みそ、かつおだし汁 ほうれんそう、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 だいこん、かつおだし汁	にんじん粥
29 火	全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 みそ汁(えのき、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 えのき、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 (さつまいも)
30 水	具だくさん雑炊 みそ汁(じゃがいも、はくさい) りんごスティック	米、ツナ水煮缶、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 じゃがいも、はくさい、かつおだし汁 りんご	赤ちゃんせんべい
31 木	全粥 しらすの野菜あんかけ みそ汁(わかめ、たまねぎ) だいこんスティック	米 しらす、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 だいこん、かつおだし汁	柔らかそうめん (たまねぎ、にんじん)

※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3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 火	全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 かぼちゃスープ	米 鶏ミンチ、じゃがいも、片栗粉、かつおだし汁 かぼちゃ、かつおだし汁	ハイハイン
2 水	全粥 カレイの野菜あんかけ たまねぎスープ	米 カレイ、ほうれんそう、片栗粉、かつおだし汁 たまねぎ、かつおだし汁	ハイハイン
3 木	鮭雑炊 豆腐スープ	米、鮭、にんじん、かぼちゃ、かつおだし汁 豆腐、かつおだし汁	ハイハイン
4 金	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
7 月	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
8 火	具だくさん雑炊 キャベツスープ	米、鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、かつおだし汁 キャベツ、かつおだし汁	柔らかうどん (にんじん、たまねぎ)
9 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、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
10 木	全粥 豆腐のそぼろあんかけ キャベツスープ	米 鶏ミンチ、豆腐、片栗粉、かつおだし汁 キャベツ、かつおだし汁	にんじん粥
11 金	全粥 鮭の野菜あんかけ 豆腐スープ	米 鮭、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
12 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
14 月	全粥 鮭の野菜あんかけ かぼちゃスープ	米 鮭、たまねぎ、片栗粉、かつおだし汁 かぼちゃ、かつおだし汁	ハイハイン
15 火	具だくさん雑炊 にんじんスープ バナナ煮	米、鶏ミンチ、たまねぎ、じゃがいも、かつおだし汁 にんじん、かつおだし汁 バナナ	ハイハイン
16 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
17 木	全粥 鮭の野菜あんかけ はくさいスープ	米 鮭、にんじん、片栗粉、かつおだし汁 はくさい、かつおだし汁	ハイハイン
18 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 かぼちゃ、ブロッコリー、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3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 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 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、たまねぎ、片栗粉、かつおだし汁 にんじん、かつおだし汁	しらす粥
23 水	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	ハイハイン
24 木	全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 かぼちゃスープ	米 鶏ミンチ、たまねぎ、片栗粉、かつおだし汁 かぼちゃ、かつおだし汁	ハイハイン
25 金	全粥 ベビーコロッケ たまねぎスープ	米 鶏ミンチ、さつまいも、片栗粉、かつおだし汁 たまねぎ、かつおだし汁	ハイハイン
28 月	全粥 鮭の野菜あんかけ ほうれんそうスープ	米 鮭、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	にんじん粥
29 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	さつまいも煮
30 水	具だくさん雑炊 はくさいスープ りんご煮	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 りんご	ハイハイン
31 木	全粥 しらすの野菜あんかけ たまねぎスープ	米 しらす、にんじん、片栗粉、かつおだし汁 たまねぎ、かつおだし汁	柔らかそうめん (たまねぎ、にんじん)

※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3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 火	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(かぼちゃ、キャベツ)	米 豆腐、昆布だし汁 かぼちゃ、キャベツ、昆布だし汁
2 水	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
3 木	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(にんじん、かぼちゃ)	米 しらす、昆布だし汁 にんじん、かぼちゃ、昆布だし汁
4 金	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(さつまいも、たまねぎ)	米 豆腐、昆布だし汁 さつまいも、たまねぎ、昆布だし汁
7 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
8 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
9 水	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(たまねぎ、キャベツ)	米 カレイ、昆布だし汁 たまねぎ、キャベツ、昆布だし汁
10 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
11 金	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
12 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
14 月	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
15 火	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(キャベツ、じゃがいも)	米 豆腐、昆布だし汁 キャベツ、じゃがいも、昆布だし汁
16 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
17 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
18 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

2022年3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 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 火	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
23 水	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(はくさい、たまねぎ)	米 豆腐、昆布だし汁 はくさい、たまねぎ、昆布だし汁
24 木	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
25 金	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(たまねぎ、さつまいも)	米 豆腐、昆布だし汁 たまねぎ、さつまいも、昆布だし汁
28 月	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(だいこん、ほうれんそう)	米 しらす、昆布だし汁 だいこん、ほうれんそう、昆布だし汁
29 火	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
30 水	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(はくさい、じゃがいも)	米 豆腐、昆布だし汁 はくさい、じゃがいも、昆布だし汁
31 木	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

※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。