

# 離乳食献立表

2022年4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
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 鶏ミンチと野菜のトマト煮 みそ汁(キャベツ、にんじん) だいこんスティック	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、みそ、かつおだし汁 だいこん、かつおだし汁	しらす粥
5 火	全粥 鮭と野菜の煮物 みそ汁(はくさい、たまねぎ) ゆでいんげん	米 鮭、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 いんげん、かつおだし汁	ミルク粥 (玄米フレーク)
6 水	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	柔らかうどん (たまねぎ、にんじん)
7 木	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	ベビーおやき (じゃがいも)
8 金	全粥 カレイと野菜の煮物 みそ汁(かぼちゃ、たまねぎ) ゆでブロッコリー	米 カレイ、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 かぼちゃ、たまねぎ、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
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 鶏ミンチと野菜のごまみそ煮 すまし汁(豆腐、だいこん) さつまいもスティック	米 鶏ミンチ、にんじん、すりごま、みそ、かつおだし汁 豆腐、だいこん、しょうゆ、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
12 火	具だくさん雑炊 みそ汁(はくさい、わかめ) 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 はくさい、わかめ、みそ、かつおだし汁 きゅうり、かつおだし汁	パン粥
13 水	全粥 肉かぼちゃ みそ汁(たまねぎ、にんじん) バナナスティック	米 鶏ミンチ、かぼちゃ、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 バナナ	ごま粥
14 木	全粥 鮭と野菜の煮物 みそ汁(にんじん、もやし) ゆでいんげん	米 鮭、たまねぎ、しょうゆ、かつおだし汁 にんじん、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
15 金	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 ほうれんそう、にんじん、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(にんじん、えのき) きゅうりスティック	米 鰯、たまねぎ、みそ、かつおだし汁 にんじん、えのき、しょうゆ、かつおだし汁 きゅうり、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
19 火	具だくさん雑炊 みそ汁(キャベツ、なす) りんごスティック	米、鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 キャベツ、なす、みそ、かつおだし汁 りんご	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4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
20 水	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 みそ汁(はくさい、ひじき) 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 はくさい、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
21 木	具だくさん雑炊 みそ汁(こまつな、もやし) 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 こまつな、もやし、みそ、かつおだし汁 いんげん、かつおだし汁	リゾット風 (たまねぎ、トマト ピューレ)
22 金	全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 みそ汁(キャベツ、たまねぎ) じゃがいもスティック	米 鶏ミンチ、にんじん、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 キャベツ、たまねぎ、みそ、かつおだし汁 じゃがいも、かつおだし汁	パン粥
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 鶏ミンチと野菜の煮物 みそ汁(にんじん、かぼちゃ) きゅうりスティック	米 鶏ミンチ、たまねぎ、しょうゆ、かつおだし汁 にんじん、かぼちゃ、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)
26 火	柔らかスパゲティ 野菜の煮物	スパゲティ、しらす、たまねぎ、ほうれんそう、しょうゆ、 かつおだし汁 プロッコリー、にんじん、かつおだし汁	にんじん粥
27 水	全粥 カレイの野菜あんかけ みそ汁(こまつな、たまねぎ) ゆでキャベツ	米 カレイ、にんじん、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 キャベツ、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
28 木	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
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

2022年4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
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 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	しらす粥
5 火	全粥 鮭と野菜あんかけ 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
6 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	柔らかうどん (たまねぎ、にんじん)
7 木	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	じゃがいも煮
8 金	全粥 カレイの野菜あんかけ かぼちゃスープ	米 カレイ、にんじん、片栗粉、かつおだし汁 かぼちゃ、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 豆腐スープ	米 鶏ミンチ、にんじん、片栗粉、かつおだし汁 豆腐、かつおだし汁	ハイハイン
12 火	具だくさん雑炊 はくさいスープ	米、しらす、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
13 水	全粥 肉かぼちゃ たまねぎスープ バナナ煮	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	しらす粥
14 木	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
15 金	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 ほうれんそう、にんじん、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 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
19 火	具だくさん雑炊 キャベツスープ りんご煮	米、鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、かつおだし汁 キャベツ、かつおだし汁 りんご	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4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
20 水	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、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
21 木	具だくさん雑炊 こまつなスープ	米、鮭、にんじん、キャベツ、かつおだし汁 こまつな、かつおだし汁	しらす粥
22 金	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
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 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	さつまいも煮
26 火	柔らかスパゲティ 野菜の煮物	スパゲティ、しらす、たまねぎ、ほうれんそう、かつおだし汁 ブロッコリー、にんじん、かつおだし汁	にんじん粥
27 水	全粥 カレイの野菜あんかけ こまつなスープ	米 カレイ、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
28 木	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
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

2022年4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
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(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
5 火	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
6 水	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(ほうれんそう、たまねぎ)	米 しらす、昆布だし汁 ほうれんそう、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(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
8 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
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(たまねぎ、はくさい)	米 豆腐、昆布だし汁 たまねぎ、はくさい、昆布だし汁
13 水	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(かぼちゃ、にんじん)	米 しらす、昆布だし汁 かぼちゃ、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(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
15 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
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(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
19 火	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

※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。

# 離乳食献立表

2022年4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
20 水	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
21 木	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(こまつな、にんじん)	米 豆腐、昆布だし汁 こまつな、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(じゃがいも、キャベツ)	米 カレイ、昆布だし汁 じゃがいも、キャベツ、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(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
26 火	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
27 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
28 木	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(じゃがいも、にんじん)	米 豆腐、昆布だし汁 じゃがいも、にんじん、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インとなっております。