

離乳食献立表

2022年6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 水	具だくさん雑炊 みそ汁(ほうれんそう、油揚げ) 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、油揚げ、みそ、かつおだし汁 キャベツ、かつおだし汁	パン粥
2 木	全粥 鮭と野菜のトマト煮 みそ汁(キャベツ、にんじん) だいこんスティック	米 鮭、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	ごま粥
3 金	柔らかうどん 野菜の煮物	うどん、鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 だいこん、きゅうり、かつおだし汁	ベビーおやき (さつまいも)
4 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
6 月	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 みそ汁(キャベツ、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 キャベツ、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
7 火	全粥 カレイと野菜の煮物 みそ汁(豆腐、たまねぎ) きゅうりスティック	米 カレイ、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 豆腐、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
8 水	全粥 ベビーミートローフ みそ汁(ブロッコリー、にんじん) ゆでかぼちゃ	米 鶏ミンチ、たまねぎ、豆腐、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 ブロッコリー、にんじん、みそ、かつおだし汁 かぼちゃ、かつおだし汁	しらす粥
9 木	全粥 鮭と野菜のごまみそ煮 すまし汁(たまねぎ、わかめ) ゆでキャベツ	米 鮭、だいこん、すりごま、みそ、かつおだし汁 たまねぎ、わかめ、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
10 金	具だくさん雑炊 みそ汁(豆腐、にんじん) りんごスティック	米、鶏ミンチ、たまねぎ、キャベツ、しょうゆ、かつおだし汁 豆腐、にんじん、みそ、かつおだし汁 りんご	赤ちゃんせんべい
13 月	全粥 鰯と野菜のみそ煮 すまし汁(たまねぎ、えのき) ゆでいんげん	米 鰯、にんじん、みそ、かつおだし汁 たまねぎ、えのき、しょうゆ、かつおだし汁 いんげん、かつおだし汁	にんじん粥
14 火	具だくさん雑炊 みそ汁(キャベツ、さつまいも) バナナスティック	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、さつまいも、みそ、かつおだし汁 バナナ	赤ちゃんせんべい
15 水	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 みそ汁(たまねぎ、ひじき) ゆでいんげん	米 鶏ミンチ、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 たまねぎ、ひじき、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 木	全粥 しらすと野菜のみそ煮 すまし汁(ほうれんそう、にんじん) だいこんスティック	米 しらす、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	ベビーおやき (じゃがいも)
17 金	柔らかスパゲティ 野菜の煮物	スパゲティ、ツナ水煮、たまねぎ、はくさい、トマトピューレ、 かつおだし汁 にんじん、かぼちゃ、かつおだし汁	野菜雑炊 (にんじん)
18 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6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 月	全粥 鮭と野菜の煮物 みそ汁(こまつな、豆腐) にんじんスティック	米 鮭、だいこん、しょうゆ、かつおだし汁 こまつな、豆腐、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 火	具だくさん雑炊 みそ汁(キャベツ、さつまいも) 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 キャベツ、さつまいも、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
22 水	全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 みそ汁(たまねぎ、わかめ) きゅうりスティック	米 鶏ミンチ、にんじん、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 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	ごま粥
23 木	全粥 カレイと野菜の煮物 みそ汁(にんじん、もやし) ゆでいんげん	米 カレイ、ほうれんそう、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	パン粥
24 金	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	赤ちゃんせんべい
25 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
27 月	全粥 鰯の野菜あんかけ みそ汁(にんじん、ひじき) ゆでかぼちゃ	米 鰯、たまねぎ、片栗粉、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
28 火	全粥 ベビー松風焼き すまし汁(こまつな、もやし) 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、もやし、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
29 水	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 みそ汁(にんじん、わかめ) ゆでブロッコリー	米 鶏ミンチ、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 ブロッコリー、かつおだし汁	バナナスティック
30 木	具だくさん雑炊 みそ汁(たまねぎ、はくさい) じゃがいもスティック	米、ツナ水煮、にんじん、キャベツ、トマトピューレ、 かつおだし汁 たまねぎ、はくさい、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

※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6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 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	ハイハイン
2 木	全粥 鮭と野菜のトロトロ煮 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	しらす粥
3 金	柔らかうどん 野菜の煮物	うどん、鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、かつおだし汁 だいこん、きゅうり、かつおだし汁	さつまいも煮
4 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
6 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	ハイハイン
7 火	全粥 カレイの野菜あんかけ 豆腐スープ	米 カレイ、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
8 水	全粥 ベビーミートローフ プロッコリースープ	米 鶏ミンチ、たまねぎ、豆腐、片栗粉、かつおだし汁 プロッコリー、かつおだし汁	ハイハイン
9 木	全粥 鮭の野菜あんかけ たまねぎスープ	米 鮭、だいこん、片栗粉、かつおだし汁 たまねぎ、かつおだし汁	しらす粥
10 金	具だくさん雑炊 豆腐スープ りんご煮	米、鶏ミンチ、たまねぎ、キャベツ、かつおだし汁 豆腐、かつおだし汁 りんご	ハイハイン
13 月	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	にんじん粥
14 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	ハイハイン
15 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、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 木	全粥 しらすの野菜あんかけ ほうれんそうスープ	米 しらす、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	じゃがいも煮
17 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、はくさい、かつおだし汁 にんじん、かぼちゃ、かつおだし汁	野菜雑炊 (にんじん)
18 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6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 月	全粥 鮭の野菜あんかけ こまつなスープ	米 鮭、だいこん、片栗粉、かつおだし汁 こまつな、かつおだし汁	ハイハイン
21 火	具だくさん雑炊 キャベツスープ	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	ハイハイン
22 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、にんじん、片栗粉、かつおだし汁 たまねぎ、かつおだし汁	しらす粥
23 木	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	ハイハイン
24 金	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 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
27 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
28 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	ハイハイン
29 水	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	バナナ煮
30 木	具だくさん雑炊 はくさいスープ	米、鶏ミンチ、にんじん、キャベツ、かつおだし汁 はくさい、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6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
1 水	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(ほうれんそう、にんじん)	米 豆腐、昆布だし汁 ほうれんそう、にんじん、昆布だし汁
2 木	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
3 金	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
4 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
6 月	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
7 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
8 水	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(かぼちゃ、たまねぎ)	米 しらす、昆布だし汁 かぼちゃ、たまねぎ、昆布だし汁
9 木	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
10 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 月	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 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
15 水	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(かぼちゃ、たまねぎ)	米 しらす、昆布だし汁 かぼちゃ、たまねぎ、昆布だし汁
16 木	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
17 金	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 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となっております。

離乳食献立表

2022年6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
20 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
21 火	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(さつまいも、キャベツ)	米 豆腐、昆布だし汁 さつまいも、キャベツ、昆布だし汁
22 水	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(たまねぎ、はくさい)	米 しらす、昆布だし汁 たまねぎ、はくさい、昆布だし汁
23 木	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(ほうれんそう、たまねぎ)	米 カレイ、昆布だし汁 ほうれんそう、たまねぎ、昆布だし汁
24 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
25 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
27 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
28 火	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
29 水	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
30 木	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

※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。