

離乳食献立表 30年度 2がつ

献立担当 佐藤(もんもん) もんもん保育園 苗・花もんもん保育園

月齢	おかず	ごはん	離乳の時期により、左記の表を目安に、食事を進めています。 基本にご家庭で使用した食品をベースに個々に対応し調理します。 (食品一覧表にて確認しております。月齢に合わせて使用食品を確認・ ご家庭での使用及び保育園への連絡をお願いします。)7~18ヶ月は乳児 食を食べやすくし、刻み薄味にしたもの・5~6ヶ月は素材そのものの味です。
5~6ヶ月	つぶし	10倍粥	
7~8ヶ月	あらつぶし	7倍粥・5倍粥・全粥	
9~11ヶ月	5mmキザミ	軟飯	
12ヶ月~18ヶ月	1cmキザミ	ごはん入り軟飯	

日付		12~18か月頃	9~11か月頃	7~8か月頃	5~6か月頃
1日(金)	昼	大豆としらすの混ぜごはん ほうとう風汁 切干大根のサラダ	大豆としらすの軟飯 ほうとう風汁 切干大根のサラダ	かゆ 具だくさんみそ汁 大豆と人参の煮物	かゆ みそ汁(上澄み) 豆腐のペースト 大根、人参、かぼちゃのペースト
15日(金)	夕	焼肉丼 スープ	豚肉と野菜のあんかけ丼 スープ		
4日(月)	昼	ご飯入り軟飯 みそ汁 大豆と豚肉の甘辛煮 ブロッコリーのマヨネーズ和え	軟飯 みそ汁 大豆と豚肉の甘辛煮 ブロッコリーのマヨネーズ和え	かゆ みそ汁 大豆の甘辛煮 ブロッコリーのおひたし	かゆ みそ汁(上澄み) 大豆のペースト ブロッコリー、人参、玉ねぎのペースト
18日(月)	夕	ご飯入り軟飯 スープ 鮭のタンドリー風 もやしと大根のゆかりあえ	軟飯 スープ 鮭のタンドリー風 もやしと大根の和え物		
5日(火)	昼	ご飯入り軟飯 スープ 鶏のかりかりチーズ焼き キャベツとわかめの和え物	軟飯 スープ 鶏のかりかりチーズ焼き キャベツとわかめの和え物	かゆ スープ 鶏肉の煮物 キャベツの和え物	かゆ スープ 豆腐のペースト キャベツ、人参、白菜のペースト
19日(火)	夕	白菜の卵とじ丼 みそ汁	白菜の卵とじ丼 みそ汁		
6日(水)	昼	ロールパン 豆乳スープ ポテトサラダ	食パン 豆乳スープ ポテトサラダ	パン粥 豆乳スープ ポテトサラダ	パン粥 豆乳スープ じゃが芋、人参、ほうれん草のペースト
20日(水)	夕	ご飯入り軟飯 みそ汁 豚肉と玉ねぎの炒め物 小松菜とえのきの海苔酢和え	軟飯 みそ汁 豚肉と玉ねぎの炒め煮 小松菜とえのきの和え物		
7日(木)	昼	ミートソーススパゲティ スープ	ミートソーススパゲティ スープ	スパゲティのトマト煮 スープ	うどんのくたくた煮 スープ 豆腐のペースト 玉ねぎ、人参、キャベツのペースト
21日(木)	夕	ご飯入り軟飯 すまし汁 中華風切干大根 長芋とキャベツのサラダ	軟飯 すまし汁 中華風切干大根 長芋とキャベツのサラダ		
8日(金)	昼	ご飯入り軟飯 みそ汁 魚の塩焼き 白菜とほうれん草のごま和え	軟飯 みそ汁 魚の塩焼き 白菜とほうれん草のごま和え	かゆ みそ汁 魚の塩焼き 白菜とほうれん草の和え物	かゆ みそ汁(上澄み) 白身魚のペースト 白菜、ほうれん草、人参のペースト
22日(金)	夕	ご飯入り軟飯 スープ 豆腐チャンプルー 粉ふき芋	軟飯 スープ 豆腐チャンプルー 粉ふき芋		
12日(火)	昼	ご飯入り軟飯 スープ 揚げ鮭のマヨソース チンゲン菜のナムル	軟飯 スープ 鮭のマヨソース チンゲン菜のナムル	かゆ スープ 煮魚 チンゲン菜のおひたし	かゆ スープ 白身魚のペースト チンゲン菜、人参、大根のペースト
26日(火)	夕	ご飯入り軟飯 みそ汁 厚揚げのそぼろ煮 きゅうりともやしの昆布和え	軟飯 みそ汁 厚揚げのそぼろ煮 きゅうりともやしの昆布煮		
13日(水)	昼	ご飯入り軟飯 みそ汁 長芋と豚肉の炒め物 ブロッコリーのおかか和え	軟飯 みそ汁 長芋と豚肉の炒め煮 ブロッコリーのおかか和え	かゆ みそ汁 煮魚 ブロッコリーのおかか和え	かゆ みそ汁(上澄み) 白身魚のペースト ブロッコリー、人参、ほうれん草のペースト
27日(水)	夕	ご飯入り軟飯 すまし汁 煮魚 ほうれん草の白和え	軟飯 すまし汁 煮魚 ほうれん草の白和え		
14日(木)	昼	ご飯入り軟飯 スープ ひき肉とチーズの卵焼き 白菜のコールスローサラダ	軟飯 スープ ひき肉とチーズの卵焼き 白菜のコールスローサラダ	かゆ スープ 煮魚 白菜のおひたし	かゆ スープ 煮魚 白菜、人参、玉ねぎのペースト
28日(木)	夕	ご飯入り軟飯 みそ汁 鶏肉と野菜のみそ煮 パスタサラダ	軟飯 みそ汁 鶏肉と野菜のみそ煮 パスタサラダ		
25日(月)	昼	ご飯入り軟飯 すまし汁 松風焼き 大根と人参の甘酢和え	軟飯 すまし汁 松風焼き 大根と人参の甘酢和え	かゆ すまし汁 豆腐のそぼろあんかけ 大根と人参の和え物	かゆ すまし汁 豆腐のペースト 大根、人参、玉ねぎのペースト
	夕	卵とじうどん	卵とじうどん		

- ※ 都合により献立を変更することがあります。ご了承ください。
- ※ 副菜の野菜は幼児食をさらに柔らかく煮てから味付けをしています。
- ※ 園で使用しているマヨネーズは卵抜きマヨネーズです。

