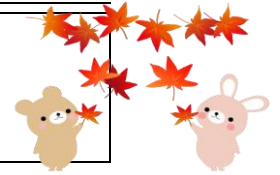


離乳食献立表 令和6年度 10月

献立担当 内富(花・もんもん)



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。 基本的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(火) 29日(火)	昼	ごはん入り軟飯 みそ汁 チキンハンバーグ 小松菜の青のり酢和え	軟飯 みそ汁 チキンハンバーグ 小松菜の青のり酢和え	かゆ みそ汁 チキンハンバーグ 小松菜と人参の和え物	かゆ みそ汁(上澄み) 豆腐のペースト 小松菜、人参、じゃが芋のペースト
	夕	ごはん入り軟飯 塩肉じゃが ブロッコリーのマヨネーズ和え	軟飯 塩肉じゃが ブロッコリーのマヨネーズ和え		
2日(水) 16日(水)	昼	さつまいもご飯のそぼろあんかけ(ごはん入り軟飯) 具だくさんみそ汁 デザート	さつまいもご飯のそぼろあんかけ(軟飯) 具だくさんみそ汁 デザート	さつまいもご飯のそぼろあんかけ(かゆ) 具だくさんみそ汁	かゆ みそ汁(上澄み) 白身魚のペースト 人参、さつまいも、キャベツのペースト
	夕	ごはん入り軟飯 魚の生姜焼き 春雨サラダ	軟飯 魚の照り焼き 春雨サラダ		
3日(木) 17日(木)	昼	カレーうどん ゼリー(薄め)	豚肉と野菜のあんかけうどん ゼリー(薄め)	鶏肉と野菜のあんかけうどん	うどん(ペースト) 豆腐のペースト 小松菜、人参、キャベツのペースト
	夕	ごはん入り軟飯 チキンハンバーグ キャベツのぬた和え	軟飯 チキンハンバーグ キャベツのぬた和え		
4日(金) 18日(金)	昼	ごはん入り軟飯 スープ 魚のパン粉焼き スパゲティサラダ	軟飯 スープ 魚の塩焼き スパゲティサラダ	かゆ スープ 魚の塩焼き スパゲティサラダ	かゆ スープ 白身魚のペースト きゅうり、人参、チンゲンサイのペースト
	夕	ごはん入り軟飯 豚肉とキャベツの重ね蒸し 粉ふき芋(青のり)	軟飯 豚肉とキャベツの重ね蒸し 粉ふき芋(青のり)		
5日(土) 19日(土)	昼	焼肉丼(ごはん入り軟飯) デザート	豚肉と野菜のあんかけ丼 デザート	鶏肉と野菜のあんかけ丼	かゆ スープ 豆腐のペースト かぼちゃ、人参、小松菜のペースト
	夕	ツナのとマトスパゲティ 野菜ジュース(希釈) デザート	ツナのとマトスパゲティ 野菜ジュース(希釈) デザート		
7日(月) 21日(月)	昼	ごはん入り軟飯 鶏肉のレモン煮 ブロッコリーのおかか和え	軟飯 鶏肉のレモン煮 ブロッコリーのおかか和え	かゆ 鶏肉のレモン煮 ブロッコリーのおかか和え	かゆ 白身魚のペースト 人参、ブロッコリー、南瓜のペースト
	夕	ごはん入り軟飯 家常豆腐 切干大根のごま酢和え	軟飯 家常豆腐 大根と人参の和え物		
8日(火) 22日(火)	昼	キャベツ入りコロッケ ひじきとほうれん草のサラダ	食パン スープ キャベツ入りコロッケ ひじきとほうれん草のサラダ	パン粥 スープ じゃが芋とキャベツの小判焼き 人参とほうれん草のサラダ	パン粥 スープ 豆腐のペースト ほうれん草、じゃが芋、人参のペースト
	夕	ごはん入り軟飯 魚のケチャップ焼き きゅうりの昆布和え	軟飯 魚のケチャップ焼き きゅうりの昆布和え		
9日(水) 23日(水)	昼	ごはん入り軟飯 みそ汁 豚肉のブルコギ風 さつまいものごま和え	軟飯 みそ汁 豚肉と野菜の炒め煮 さつまいもの甘煮	かゆ みそ汁 鶏肉と野菜の炒め煮 さつまいもの甘煮	かゆ みそ汁(上澄み) 白身魚のペースト 人参、小松菜、さつまいものペースト
	夕	豚肉と野菜の煮込みうどん すまし汁 デザート	豚肉と野菜の煮込みうどん すまし汁 デザート		
10日(木) 24日(木)	昼	マーボー丼(ごはん入り軟飯) すまし汁 ゼリー(薄め)	マーボー丼(軟飯) すまし汁 ゼリー(薄め)	マーボー丼(かゆ) すまし汁	かゆ すまし汁 豆腐のペースト 小松菜、人参、南瓜のペースト
	夕	ごはん入り軟飯 鶏肉の照り焼き 南瓜のサラダ	軟飯 鶏肉の照り焼き 南瓜のサラダ		
11日(金) 25日(金)	昼	ごはん入り軟飯 みそ汁 白身魚の塩焼き 大根のおかかマヨ和え	軟飯 みそ汁 白身魚の塩焼き 大根のおかかマヨ和え	かゆ みそ汁 白身魚の塩焼き 大根のおかかマヨ和え	かゆ みそ汁(上澄み) 白身魚のペースト きゅうり、大根、人参のペースト
	夕	ごはん入り軟飯 肉団子のクリーム和え ブロッコリーのサラダ	軟飯 肉団子のクリーム和え ブロッコリーのサラダ		
12日(土) 26日(土)	昼	和風スパゲティ デザート	和風スパゲティ デザート	和風スパゲティ	スパゲティ(ペースト) スープ 豆腐のペースト ブロッコリー、玉ねぎ、人参のペースト
	夕	わかめご飯(ごはん入り軟飯) 煮魚 小松菜のお浸し	わかめご飯(軟飯) 煮魚 小松菜のお浸し		
15日(火) 28日(月)	昼	ごはん入り軟飯 魚のみそ焼き 切干大根の中華サラダ	軟飯 魚のみそ焼き 大根ときゅうりのサラダ	かゆ 魚のみそ焼き 大根ときゅうりのサラダ	かゆ 白身魚のペースト 人参、きゅうり、大根のペースト
	夕	ごはん入り軟飯 大豆と鶏肉の甘辛煮 キャベツのおかか和え	軟飯 大豆と鶏肉の甘辛煮 キャベツのおかか和え		
30日(水)	昼	ごはん入り軟飯 みそ汁 鶏肉団子 ブロッコリーの和え物	軟飯 みそ汁 鶏肉団子 ブロッコリーの和え物	かゆ みそ汁 鶏肉団子 ブロッコリーの和え物	かゆ みそ汁(上澄み) 豆腐のペースト 人参、ブロッコリー、さつまいものペースト
	夕	ごはん入り軟飯 魚の梅照り焼き 切干大根サラダ	軟飯 魚の梅照り焼き 大根サラダ		
31日(木)	昼	バターチキンカレー(ごはん入り軟飯) 豆乳ヨーグルト デザート	鶏肉と野菜のトマト煮丼(軟飯) 豆乳ヨーグルト デザート	鶏肉と野菜のトマト煮丼(かゆ) 豆乳ヨーグルト	かゆ みそ汁(上澄み) 白身魚のペースト 人参、ほうれん草、玉ねぎのペースト
	夕	ごはん入り軟飯 シュウマイ 小松菜のツナ酢和え	軟飯 シュウマイ 小松菜のツナ酢和え		

※ 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軟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。

