

離乳食献立表 30年度 6がつ

献立担当 佐藤(もんもん) もんもん保育園 花・苗もんもん保育園

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。)9~18ヶ月は乳児 食を食べやすく刻み薄味にしたもの・6~8ヶ月は素材味の味付けです。	
5~6ヶ月	つぶし	10倍粥		
7~8ヶ月	5mmキザミ	7倍粥・5倍粥・全粥		
9~11ヶ月	1cmキザミ	軟飯		
12ヶ月~18ヶ月	普通食 刻み	軟飯		
日付		後期(12~18か月)	中期(7~11か月)	初期(6か月) 2回食移行時のみ
1日(金) 15日(金)	昼	軟飯 みそ汁 鮭の Tandori 風 もやしときゅうりの和え物	かゆ みそ汁 鮭の塩焼き もやしときゅうりの和え物	かゆ みそ汁上澄み 白身魚のペースト 人参・小松菜・大根のペースト
	夕	豚肉の味噌丼 すまし汁	かゆ すまし汁 野菜の味噌煮	
4日(月) 18日(月)	昼	軟飯 みそ汁 鶏肉のマーマレード焼き 大豆のサラダ	かゆ みそ汁 鶏肉の照り焼き 大豆のサラダ	かゆ みそ汁上澄み 大豆のペースト 人参・キャベツ・ほうれん草のペースト
	夕	カレーうどん	野菜のあんかけうどん	
5日(火) 19日(火)	昼	軟飯 スープ 魚のトマトチーズ焼き きゅうりとコーンのサラダ	かゆ スープ 魚のトマト焼き きゅうりのサラダ	かゆ スープ 白身魚のペースト 人参・玉ねぎのペースト
	夕	わかめと鶏肉の卵とじ丼 みそ汁 バナナヨーグルト	わかめと鶏肉の卵とじ粥 みそ汁 バナナヨーグルト	
6日(水) 20日(水)	昼	軟飯 すまし汁 鶏肉と野菜の甘酢煮 ポイルブロッコリー	かゆ すまし汁 鶏肉と野菜の煮物 ポイルブロッコリー	かゆ すまし汁 豆腐のペースト じゃが芋・人参・ブロッコリーのペースト
	夕	軟飯 スープ 肉豆腐 もやしのゆかり和え	かゆ スープ 肉豆腐 もやしの和え物	
7日(木) 21日(木)	昼	軟飯 みそ汁 ひき肉入り卵焼き 大根のおかかマヨ和え	かゆ みそ汁 ひき肉の卵とじ 大根のおかか煮	かゆ みそ汁 白身魚のペースト 人参・大根のペースト
	夕	軟飯 すまし汁 回鍋肉 ハッシュポテト	かゆ すまし汁 野菜の味噌炒め煮 ゆでじゃがいも	
8日(金) 22日(金)	昼	食パン 肉団子入りミルクスープ キャベツとえのきの中華和え	食パン 肉団子入りミルクスープ キャベツの和え物	パン粥 白身魚のペースト キャベツ・人参・かぼちゃのペースト
	夕	軟飯 みそ汁 魚のごま照り焼き きゅうりと人参の昆布和え	かゆ みそ汁 魚の照り焼き きゅうりと人参の昆布煮	
11日(月) 25日(月)	昼	軟飯 みそ汁 千草焼き卵 切干大根の旨煮	かゆ みそ汁 ほうれん草とひき肉の卵とじ 切干大根の旨煮	かゆ みそ汁 豆腐のペースト 人参・ほうれん草・キャベツのペースト
	夕	軟飯 すまし汁 豚肉の炒め物 枝豆とオクラの白和え	かゆ すまし汁 魚の煮つけ 枝豆とオクラの白和え	
12日(火) 26日(火)	昼	マーボー豆腐丼 すまし汁	マーボー豆腐丼 すまし汁	かゆ すまし汁 豆腐のペースト 人参・玉ねぎ・大根のペースト
	夕	とうもろこし入り軟飯 チキンスープ かぼちゃの洋風煮物	かゆ チキンスープ かぼちゃの煮物	
13日(水) 27日(水)	昼	食パン スープ ポークビーンズ ブロッコリーのごま和え	食パン スープ ポークビーンズ ブロッコリーの和え物	パン粥 スープ 大豆のペースト じゃが芋・人参・玉ねぎのペースト
	夕	軟飯 みそ汁 高野豆腐とツナのパン粉焼き 小松菜の中華和え	かゆ みそ汁 魚のパン粉焼き 小松菜の煮浸し	
14日(木) 28日(木)	昼	そばうどん ヨーグルト和え	そばうどん ヨーグルト和え	うどんのくたくた煮 すまし汁 白身魚のペースト キャベツ・人参・かぼちゃのペースト
	夕	軟飯 スープ パンプキンオムレツ コールスローサラダ	かゆ スープ かぼちゃと野菜の卵とじ コールスローサラダ	
29日(金)	昼	軟飯 みそ汁 鮭のムニエル ひじきのサラダ	かゆ みそ汁 鮭のムニエル ひじきのサラダ	かゆ みそ汁上澄み 白身魚のペースト 玉ねぎ・人参・じゃがいものペースト
	夕	軟飯 クリームシチュー スープ	かゆ クリームシチュー スープ	

※ 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。