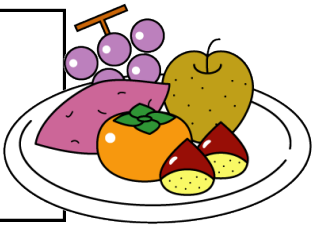


離乳食献立表 30年度 10がつ

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(月)	昼	ご飯入り軟飯 みそ汁 コーン焼き ブロッコリーと人参のおかか和え	軟飯 みそ汁 コーン焼き ブロッコリーと人参のおかか和え	かゆ みそ汁 焼き魚 ブロッコリーと人参のおかか煮	かゆ みそ汁(上澄み) 白身魚のペースト ブロッコリー・人参のペースト
	15日(月) 夕	ご飯入り軟飯 すまし汁 さつまいもと豚肉の甘辛炒め ほうれん草の磯和え	軟飯 すまし汁 さつまいもと豚肉の甘辛炒め煮 ほうれん草の磯和え		
2日(火)	昼	ご飯入り軟飯 みそ汁 鮭のタンドリー風 小松菜のツナ酢和え	軟飯 みそ汁 鮭のタンドリー風 小松菜のツナ和え	かゆ みそ汁 焼き魚 小松菜の煮浸し	かゆ みそ汁(上澄み) 白身魚のペースト 小松菜・人参・かぼちゃのペースト
	16日(火) 夕	マーボー豆腐丼 すまし汁	マーボー豆腐丼 すまし汁		
3日(水)	昼	てりやき野菜丼 スープ 磯辺さつまいも	てりやき野菜丼 スープ 磯辺さつまいも	かゆ スープ 鶏肉と野菜の煮物 ふかし芋	かゆ スープ 白身魚のペースト さつま芋・キャベツ・人参のペースト
	30日(火) 夕	ご飯入り軟飯 みそ汁 中華風厚焼き卵 きゅうりのごま和え	軟飯 みそ汁 中華風厚焼き卵 きゅうりの和え物		
4日(木)	昼	とん汁うどん フルーツヨーグルト	とん汁うどん フルーツヨーグルト	野菜あんかけうどん	うどんのくたくた煮 豆腐のペースト 大根・人参のペースト
	18日(木) 夕	ご飯入り軟飯 すまし汁 鶏肉団子 切干大根のサラダ	軟飯 すまし汁 鶏肉団子 切干大根のサラダ		
5日(金)	昼	ロールパン ミルクカレースープ コールスローサラダ	食パン ミルクスープ コールスローサラダ	パン粥 ミルクスープ キャベツの和え物	パン粥 スープ 豆腐のペースト 玉ねぎ・キャベツ・人参のペースト
	19日(金) 夕	ハヤシライス スープ	野菜のあんかけ丼 スープ		
9日(火)	昼	ご飯入り軟飯 みそ汁 鶏のから揚げ ひじきのサラダ	軟飯 みそ汁 鶏の照り焼き ひじきのサラダ	かゆ みそ汁 鶏の照り焼き ひじきの煮物	かゆ みそ汁(上澄み) 白身魚のペースト 玉ねぎ・人参・ほうれん草のペースト
	23日(火) 夕	ご飯入り軟飯 スープ 豚肉ときのこの炒め物 かぼちゃのチーズ焼き	軟飯 スープ 豚肉ときのこの炒め煮 かぼちゃの甘煮		
10日(水)	昼	ご飯入り軟飯 スープ 魚の煮付け ブロッコリーのごま和え	軟飯 スープ 魚の煮付け ブロッコリーの和え物	かゆ スープ 魚の煮付け ブロッコリーの和え物	かゆ スープ 白身魚のペースト ブロッコリー・人参・かぶのペースト
	29日(月) 夕	ご飯入り軟飯 すまし汁 豆腐のそぼろ味噌かけ わかめとえのきのさっぱり和え	軟飯 すまし汁 豆腐のそぼろ味噌かけ わかめのさっぱり和え		
11日(木)	昼	ご飯入り軟飯 みそ汁 ピザ風卵焼き キャベツの香り漬け	軟飯 みそ汁 ピザ風卵焼き キャベツの香り漬け	かゆ みそ汁 焼き魚 キャベツの煮浸し	かゆ みそ汁(上澄み) 白身魚のペースト キャベツ・人参・玉ねぎのペースト
	25日(木) 夕	カレースパゲティー	和風スパゲティー		
12日(金)	昼	ご飯入り軟飯 みそ汁 豚と大根の炒め煮 チンゲンサイのナムル	軟飯 みそ汁 豚と大根の炒め煮 チンゲンサイのナムル	かゆ みそ汁 魚と大根の煮物 チンゲンサイの和え物	かゆ みそ汁(上澄み) 豆腐のペースト チンゲンサイ・人参・大根のペースト
	26日(金) 夕	ご飯入り軟飯 スープ 鮭の塩焼き ごぼうとコーンのサラダ	軟飯 スープ 鮭の塩焼き ごぼうのサラダ		
17日(水)	昼	さつま芋軟飯 みそ汁 鶏のみそ焼き キャベツのサラダ	さつま芋軟飯 みそ汁 鶏のみそ焼き キャベツのサラダ	さつま芋入り粥 みそ汁 鶏のみそ焼き キャベツの和え物	かゆ みそ汁(上澄み) 豆腐のペースト さつま芋・人参・キャベツのペースト
	夕	食パン 大豆のスープ煮 マカロニサラダ	食パン 大豆のスープ煮 マカロニサラダ		
22日(月)	昼	ご飯入り軟飯 すまし汁 魚の照り焼き 春雨サラダ	軟飯 すまし汁 魚の照り焼き 春雨サラダ	かゆ すまし汁 魚の照り焼き 人参ときゅうりのサラダ	かゆ すまし汁 白身魚のペースト 人参・ほうれん草のペースト
	夕	ご飯入り軟飯 みそ汁 筑前煮 ハッシュポテト	軟飯 みそ汁 筑前煮 粉ふき芋		
31日(水)	昼	さつま芋軟飯 みそ汁 鮭のねぎみそ焼き キャベツのサラダ	さつま芋軟飯 みそ汁 鮭のねぎみそ焼き キャベツのサラダ	さつま芋入り粥 みそ汁 魚のみそ焼き キャベツの和え物	かゆ みそ汁(上澄み) 白身魚のペースト さつま芋・人参・キャベツのペースト
	夕	食パン 大豆のスープ煮 マカロニサラダ	食パン 大豆のスープ煮 マカロニサラダ		

※ 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。

