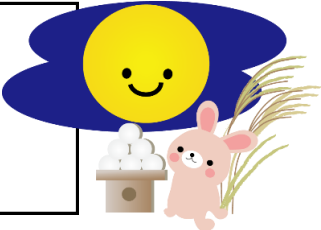


離乳食献立表 30年度 9がつ

立担当 三島(苗もんもん) もんもん保育園 苗・花もんもん保育]

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
3日(月)	昼	ご飯入り軟飯 みそ汁 魚のピッツァソース煮 ブロッコリーと豆腐のサラダ	軟飯 みそ汁 魚のピッツァソース煮 ブロッコリーと豆腐のサラダ	かゆ みそ汁 焼き魚 ブロッコリーと豆腐のサラダ	かゆ みそ汁(上澄み) 白身魚のペースト ブロッコリー、かぼちゃ、玉ねぎのペースト
	夕	野菜のカレーあんかけ丼 スープ	野菜のあんかけ丼 スープ		
4日(火)	昼	ご飯入り軟飯 すまし汁 鶏肉のさっぱり煮 チンゲンサイともやしのサラダ	軟飯 すまし汁 鶏肉のさっぱり煮 チンゲンサイのサラダ	かゆ すまし汁 鶏肉のさっぱり煮 チンゲンサイのサラダ	かゆ すまし汁 豆腐のペースト チンゲンサイ、人参、じゃがいものペースト
	夕	ご飯入り軟飯 みそ汁 肉じゃが ブロッコリーのゴマ和え	軟飯 みそ汁 肉じゃが ブロッコリーの和え物		
5日(水)	昼	ロールパン 大豆のカレースープ ハッシュドポテト	食パン 大豆のスープ 粉ふき芋	パン粥 大豆のスープ マッシュポテト	パン粥 スープ 大豆のペースト 人参、小松菜、じゃがいものペースト
	夕	チャーハン風まぜご飯 わかめスープ ひじきとこまつなのサラダ	チャーハン風軟飯 わかめスープ ひじきと小松菜のサラダ		
6日(木)	昼	さつま芋と塩昆布のごはん けんちん汁 鶏肉のこうじ焼き	さつまいもと塩昆布の軟飯 けんちん汁 鶏肉のこうじ焼き	さつまいも粥 けんちん汁 鶏肉のこうじ焼き	かゆ すまし汁 豆腐のペースト さつまいも、大根、人参のペースト
	夕	味噌ラーメン ヨーグルトゼリー	味噌煮込みうどん ヨーグルトゼリー		
7日(金)	昼	ご飯入り軟飯 みそ汁 切干大根入り卵焼き シャキシャキポテトサラダ	軟飯 みそ汁 切り干し大根入り卵焼き ポテトサラダ	かゆ みそ汁 魚の煮つけ ポテトサラダ	かゆ みそ汁(上澄み) 白身魚のペースト 人参、じゃがいも、キャベツのペースト
	夕	ご飯入り軟飯 スープ 白身魚のオーロラ焼き コールスローサラダ	軟飯 スープ 白身魚のオーロラ焼き コールスローサラダ		
10日(月)	昼	豆腐と野菜のあんかけ丼 スープ	豆腐と野菜のあんかけ丼 スープ	豆腐と野菜のあんかけ粥 スープ	かゆ スープ 豆腐のペースト キャベツ、人参、ブロッコリーのペースト
	夕	ご飯入り軟飯 みそ汁 松風焼き マカロニサラダ	軟飯 みそ汁 松風焼き マカロニサラダ		
11日(火)	昼	ご飯入り軟飯 みそ汁 じゃことねぎの卵焼き チンゲン菜の和え物	軟飯 みそ汁 じゃことねぎの卵焼き チンゲンサイの和え物	かゆ みそ汁 魚の照り焼き チンゲンサイの和え物	かゆ みそ汁(上澄み) 白身魚のペースト ほうれんそう、かぼちゃ、人参のペースト
	夕	ご飯入り軟飯 すまし汁 厚揚げのみそ炒め 南瓜の甘煮	軟飯 すまし汁 豆腐の味噌炒め 南瓜の甘煮		
12日(水)	昼	ご飯入り軟飯 すまし汁 豚肉と玉ねぎの焼肉風 キャベツのおかか和え	軟飯 すまし汁 豚肉と玉ねぎの焼肉風 キャベツのおかか和え	かゆ すまし汁 豆腐と玉ねぎの煮物 キャベツのお浸し	かゆ すまし汁 豆腐のペースト キャベツ、大根、じゃがいものペースト
	夕	ご飯入り軟飯 みそ汁 鮭のとろとろポテト焼き せん野菜サラダ	軟飯 みそ汁 鮭のとろとろポテト焼き せん野菜サラダ		
13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	野菜あんかけスパゲティ スープ	かゆ スープ 豆腐のペースト 人参、玉ねぎ、さつまいものペースト
	夕	ご飯入り軟飯 みそ汁 豆腐チャンプルー さつまいものゴマ和え	軟飯 みそ汁 豆腐チャンプルー さつまいもの甘煮		
14日(金)	昼	五目混ぜご飯 すまし汁 鮭のねぎみそ焼き きゅうりの昆布和え	五目軟飯 すまし汁 鮭のねぎみそ焼き きゅうりの昆布和え	かゆ すまし汁 焼き鮭 きゅうりの昆布煮	かゆ すまし汁 白身魚のペースト とうがん、人参、キャベツのペースト
	夕	ロールパン スープ 高野豆腐とツナのパン粉焼き キャベツのレモン醤油和え	食パン スープ 高野豆腐とツナのパン粉焼き キャベツのレモン醤油和え		
21日(金)	昼	野菜のカレーあんかけ丼 スープ	野菜のあんかけ丼 スープ	野菜のあんかけ粥 スープ	かゆ スープ 白身魚のペースト 人参、玉ねぎ、キャベツのペースト
	夕	ご飯入り軟飯 スープ 白身魚のオーロラ焼き コールスローサラダ	軟飯 スープ 白身魚のオーロラ焼き コールスローサラダ		
28日(金)	昼	五目混ぜご飯 すまし汁 鮭のねぎみそ焼き きゅうりの昆布和え	五目軟飯 すまし汁 鮭のねぎみそ焼き きゅうりの昆布和え	かゆ すまし汁 焼き鮭 きゅうりの昆布煮	かゆ すまし汁 白身魚のペースト とうがん、人参、キャベツのペースト
	夕	鶏そぼろうどん ヨーグルト和え	鶏そぼろうどん ヨーグルト和え		



※ 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。