

離乳食献立表 30年度 12がつ

献立担当 荏原(花もんもん) 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
3日(月) 17日(月)	昼	ご飯入り軟飯 みそ汁 白身魚のフライ ブロッコリーのおかか和え	軟飯 みそ汁 煮魚 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) カレイのペースト ブロッコリー・人参・じゃがいものペースト
	夕	肉たまあんかけうどん いちごヨーグルト	肉たまあんかけうどん いちごヨーグルト		
4日(火) 18日(火)	昼	豆腐のカレーあんかけ丼 みそ汁	豆腐の野菜あんかけ丼 みそ汁	かゆ みそ汁 豆腐の野菜あんかけ	かゆ みそ汁(上澄み) 豆腐のペースト 人参・チンゲンサイ・キャベツのペースト
	夕	ご飯入り軟飯 すまし汁 切り干し大根入り卵焼き れんこんの煮物	軟飯 すまし汁 切り干し大根入り卵焼き れんこんの煮物		
5日(水) 19日(水)	昼	ご飯入り軟飯 スープ チキンハンバーグ コロコロサラダ	軟飯 スープ チキンハンバーグ コロコロサラダ	かゆ スープ チキンハンバーグ コロコロサラダ	かゆ スープ 白身魚のペースト さつまいも・ブロッコリー・人参のペースト
	夕	ご飯入り軟飯 みそ汁 五目豆 コールスローサラダ	軟飯 みそ汁 五目豆 コールスローサラダ		
6日(木) 20日(木)	昼	野菜うどん ハッシュポテト	野菜うどん ハッシュポテト	野菜うどん 粉ふき芋	うどんのペースト 豆腐のペースト 人参・大根・白菜のペースト
	夕	ご飯入り軟飯(なめたけ入り) 具だくさん汁 豚肉と白菜の塩昆布炒め	軟飯(なめたけ入り) 具だくさん汁 豚肉と白菜の塩昆布炒め煮		
7日(金) 21日(金)	昼	ご飯入り軟飯 スープ ハンバーグ かぼちゃのサラダ	軟飯 スープ ハンバーグ かぼちゃのサラダ	かゆ スープ 豆腐の煮物 かぼちゃのサラダ	かゆ スープ 豆腐のペースト かぼちゃ・ほうれん草・じゃがいものペースト
	夕	ご飯入り軟飯 みそ汁 鮭の土佐焼き 長芋とウィンナーのソテー	軟飯 みそ汁 鮭の土佐焼き 長芋とのソテー		
10日(月)	昼	ご飯入り軟飯 スープ スパニッシュオムレツ ひじきのサラダ	軟飯 スープ スパニッシュオムレツ ひじきのサラダ	かゆ スープ 鮭の塩焼き じゃが芋のサラダ	かゆ スープ 鮭のペースト 人参・小松菜・じゃがいものペースト
	夕	ご飯入り軟飯 みそ汁 鶏肉団子 れんこんの炒め煮	軟飯 みそ汁 鶏肉団子 れんこんの炒め煮		
11日(火) 25日(火)	昼	ご飯入り軟飯 みそ汁 鮭の照り焼き チンゲンサイののり酢和え	軟飯 みそ汁 鮭の照り焼き チンゲンサイののり酢和え	かゆ みそ汁 鮭の照り焼き チンゲンサイの和え物	かゆ みそ汁(上澄み) 鮭のペースト チンゲンサイ・人参・キャベツのペースト
	夕	ご飯入り軟飯 ポトフ 白菜の和え物	ご飯入り軟飯 ポトフ 白菜の和え物		
12日(水) 26日(水)	昼	ロールパン スープ チリコンカン ビーフンサラダ	食パン スープ チリコンカン ビーフンサラダ	パン粥 スープ 大豆のトマト煮 ビーフンサラダ	パン粥 スープ 大豆のペースト ほうれん草・人参・かぶのペースト
	夕	ご飯入り軟飯 みそ汁 鶏肉の治部煮 ほうれん草のごま和え	軟飯 みそ汁 鶏肉の治部煮 ほうれん草の和え物		
13日(木) 27日(木)	昼	ご飯入り軟飯 すまし汁 豚肉と里芋のみそ煮 大根サラダ	軟飯 すまし汁 豚肉と里芋のみそ煮 大根サラダ	かゆ すまし汁 鶏肉と里芋のみそ煮 大根サラダ	かゆ すまし汁 豆腐のペースト 大根・人参・ブロッコリーのペースト
	夕	ご飯入り軟飯 みそ汁 じゃが芋とひき肉の炒め物 春雨サラダ	軟飯 みそ汁 じゃが芋とひき肉の炒め煮 春雨サラダ		
14日(金) 28日(金)	昼	ご飯入り軟飯 みそ汁 鶏肉ときのこの炒め煮 キャベツのサラダ	軟飯 みそ汁 鶏肉の煮物 キャベツのサラダ	かゆ みそ汁 鶏肉の煮物 キャベツのサラダ	かゆ みそ汁(上澄み) 白身魚のペースト キャベツ・人参・かぼちゃのペースト
	夕	ご飯入り軟飯 すまし汁 焼き豆腐の五目炒め煮 ブロッコリーのマヨネーズ焼き	軟飯 すまし汁 焼き豆腐の五目炒め煮 ブロッコリーのマヨネーズ焼き		

- ※ 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。

