

# 離乳食献立表 30年度 3がつ

献立担当 福井(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
1日(金)	昼	ご飯入り軟飯 すまし汁 マーボツナ	軟飯 すまし汁 マーボツナ	かゆ すまし汁 豆腐とツナの煮物	かゆ すまし汁 豆腐のペースト 大根、人参、かぼちゃのペースト
15日(金)	※15日夕食 別メニュー	夕	夕		
4日(月)	昼	ご飯入り軟飯 みそ汁 卵とビーフンのソテー もやし中華風和え物	軟飯 みそ汁 卵とビーフンのソテー もやし中華風和え物	野菜煮込みうどん	うどんくたくた煮 スープ 大豆のペースト ほうれん草、人参、玉ねぎのペースト
18日(月)	夕	夕	夕		
5日(火)	昼	ご飯入り軟飯 みそ汁 魚の塩麹焼き ほうれん草の磯和え	軟飯 みそ汁 魚の塩麹焼き ほうれん草の和え物	かゆ みそ汁 魚の塩麹焼き ほうれん草の和え物	かゆ みそ汁(上澄み) 白身魚のペースト ほうれん草、人参、玉ねぎのペースト
19日(火)	夕	夕	夕		
6日(水)	昼	ご飯入り軟飯 みそ汁 豆腐ハンバーグ 南瓜サラダ	軟飯 みそ汁 豆腐ハンバーグ 南瓜サラダ	かゆ みそ汁 豆腐の野菜の煮物	かゆ みそ汁(上澄み) 豆腐のペースト 南瓜、人参、大根のペースト
20日(水)	夕	夕	夕		
7日(木)	昼	ご飯入り軟飯 すまし汁 カレー風卵焼き(29日/韓国風卵焼) ひじきのサラダ	軟飯 すまし汁 卵焼き きゅうりとにんじんの和え物	かゆ すまし汁 煮魚 きゅうりとにんじんの和え物	かゆ すまし汁 白身魚のペースト 玉ねぎ、人参、白菜のペースト
29日(木)	夕	夕	夕		
8日(金)	昼	ロールパン 具沢山スープ 鶏肉のレモン焼き	食パン 具沢山スープ 鶏肉のレモン焼き	パン粥 具沢山スープ 鶏肉の煮物	パン粥 スープ 豆腐のペースト 白菜、ほうれん草、人参のペースト
22日(金)	夕	夕	夕		
11日(月)	昼	ご飯入り軟飯 みそ汁 魚のムニエル ブロッコリーのおかか和え	軟飯 みそ汁 魚のムニエル 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) 白身魚のペースト チンゲン菜、人参、大根のペースト
25日(月)	夕	夕	夕		
12日(火)	昼	ご飯入り軟飯 すまし汁 ひじき入り卵焼き 小松菜とツナのお浸し	軟飯 すまし汁 卵焼き 小松菜とツナのお浸し	かゆ すまし汁 煮魚 小松菜とツナのお浸し	かゆ すまし汁 白身魚のペースト 小松菜、人参、のペースト
12日(火)	夕	夕	夕		
13日(水)	昼	ドライカレー スープ	野菜のあんかけ粥 スープ	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、玉ねぎのペースト
27日(水)	夕	夕	夕		
14日(木)	昼	ミルクラーメン ほうれん草のなめたけ和え	煮込みうどん ほうれん草の和え物	煮込みうどん ほうれん草の和え物	うどんのくたくた煮 スープ 豆腐のペースト ほうれん草、人参、玉ねぎのペースト
28日(木)	夕	夕	夕		
26日(火)	昼	ご飯入り軟飯 すまし汁 しゅうまい 小松菜とツナのお浸し	軟飯 すまし汁 煮魚 小松菜とツナのお浸し	かゆ すまし汁 煮魚 小松菜とツナのお浸し	かゆ すまし汁 白身魚のペースト 小松菜、人参、のペースト
26日(火)	夕	夕	夕		

- ※ 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。