

# 離乳食献立表 31年度 4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) 15日(月)	昼 ご飯入り軟飯 みそ汁 魚の煮つけ ほうれん草のお浸し 夕 ご飯入り軟飯 すまし汁 じゃがいものころ煮 春雨サラダ	軟飯 みそ汁 魚の煮つけ ほうれん草のお浸し 軟飯 すまし汁 じゃがいものころ煮 人参ときゅうりのサラダ	かゆ みそ汁 魚の煮つけ ほうれん草のお浸し	かゆ みそ汁上澄み 白身魚のペースト ほうれん草・人参・じゃがいものペースト
2日(火) 16日(火)	昼 ご飯入り軟飯 みそ汁 鶏肉のマヨネーズ焼き 切り干し大根のサラダ 夕 肉たまあんかけうどん	軟飯 みそ汁 鶏肉のマヨネーズ焼き 切り干し大根のサラダ 肉たまあんかけうどん	かゆ みそ汁 鶏肉の照り焼き 切り干し大根のサラダ	かゆ みそ汁上澄み 豆腐のペースト ほうれん草・人参・かぶのペースト
3日(水) 17日(水)	昼 ご飯入り軟飯 スープ 高野豆腐とひき肉の煮物 フレンチサラダ 夕 ご飯入り軟飯 スープ 肉団子のトマトソース煮 かぼちゃの煮物	軟飯 スープ 豆腐とひき肉の煮物 フレンチサラダ 軟飯 スープ 肉団子のトマトソース煮 かぼちゃの煮物	かゆ スープ 豆腐とひき肉の煮物 フレンチサラダ	かゆ スープ 豆腐のペースト キャベツ・人参・かぼちゃのペースト
4日(木) 18日(木)	昼 ロールパン スープ 鮭の塩こうじ焼き コールスローサラダ 夕 ご飯入り軟飯 みそ汁 ミートローフ ひじきのサラダ	ロールパン スープ 鮭の塩こうじ焼き コールスローサラダ 軟飯 みそ汁 ミートローフ ひじきの煮物	食パン スープ 鮭の塩こうじ焼き コールスローサラダ	パン粥 スープ 白身魚のペースト キャベツ・人参・大根のペースト
5日(金) 19日(金)	昼 クリームシチュー丼 ※19日はハヤシ スープ 夕 ご飯入り軟飯 みそ汁 鮭の照り焼き 里芋の煮物	野菜のクリーム煮 軟飯 スープ 軟飯 みそ汁 鮭の照り焼き 里芋の煮物	野菜のクリーム煮 かゆ スープ	かゆ スープ 豆腐のペースト ブロッコリー・人参・じゃがいものペースト
8日(月) 22日(月)	昼 ご飯入り軟飯 スープ 松風焼き マカロニサラダ 夕 ご飯入り軟飯 みそ汁 大根と豚肉の煮物 キャベツとツナのくたっと蒸し	軟飯 スープ 松風焼き マカロニサラダ 軟飯 みそ汁 大根と鶏肉の煮物 キャベツとツナのくたっと蒸し	かゆ スープ 鶏肉と豆腐の煮物 マカロニサラダ	かゆ スープ 豆腐のペースト ほうれん草・人参・大根のペースト
9日(火) 23日(火)	昼 マーボー丼 スープ 夕 ご飯入り軟飯 みそ汁 さわらのこうじ焼き もやしの甘酢和え	豆腐のそぼろあん 軟飯 スープ 軟飯 みそ汁 さわらのこうじ焼き キャベツの甘酢和え	豆腐のそぼろあん かゆ スープ	かゆ スープ 豆腐のペースト 人参・かぼちゃ・キャベツのペースト
10日(水) 24日(水)	昼 ご飯入り軟飯 みそ汁 肉じゃが わかめとえのきのさっぱり和え 夕 ご飯入り軟飯 みそ汁 焼き豆腐の五目炒め ブロッコリーのおかか和え	軟飯 みそ汁 肉じゃが わかめのくたくた煮 軟飯 みそ汁 焼き豆腐の五目炒め煮 ブロッコリーのおかか和え	かゆ みそ汁 肉じゃが わかめのくたくた煮	かゆ みそ汁 白身魚のペースト 人参・じゃがいも・ブロッコリーのペースト
11日(木) 25日(木)	昼 豚汁うどん ゼリー 夕 ご飯入り軟飯 みそ汁 じゃがいもと鶏肉の甘辛炒め煮 白和え	豚汁うどん ゼリー 軟飯 みそ汁 じゃがいもと鶏肉の甘辛炒め煮 白和え	具だくさんうどん	うどんのペースト みそ汁上澄み 豆腐・大根・人参・じゃがいものペースト
12日(金) 26日(金)	昼 ご飯入り軟飯 みそ汁 鮭の塩焼き ほうれん草ともやしのり酢和え 夕 ご飯入り軟飯 すまし汁 豚肉の卵炒め アスパラポテトサラダ	軟飯 みそ汁 鮭の塩焼き ほうれん草の和え物 軟飯 すまし汁 豚肉の卵炒め アスパラポテトサラダ	かゆ みそ汁 鮭の塩焼き ほうれん草の和え物	かゆ みそ汁上澄み 鮭のペースト ほうれん草・人参・かぼちゃのペースト

※ 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。

