

# 離乳食献立表 2019年 11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(金) 18日(月)	昼	ご飯入り軟飯 みそ汁 すき焼き風煮物 スイートポテトサラダ	軟飯 みそ汁 すき焼き風煮物 スイートポテトサラダ	かゆ みそ汁 すき焼き風煮物 スイートポテトサラダ	かゆ みそ汁(上澄み) 豆腐のペースト さつまいも・人参・白菜のペースト
	夕	ご飯入り軟飯 鶏肉のごまみそ焼き かぶの塩昆布あえ	軟飯 鶏肉のみそ焼き かぶの和え物		
5日(火) 19日(火)	昼	ご飯入り軟飯 すまし汁 鮭のちゃんちゃん焼き 大根のおかかマヨ和え	軟飯 すまし汁 鮭のちゃんちゃん焼き 大根の和え物	かゆ すまし汁 鮭のちゃんちゃん焼き 大根の和え物	かゆ すまし汁 白身魚のペースト キャベツ・人参・大根のペースト
	夕	ご飯入り軟飯 さつまいもと鶏肉の甘辛炒め ほうれん草のごま和え	軟飯 さつまいもと鶏肉の甘辛炒め煮 ほうれん草の和え物		
6日(水)	昼	ロールパン ポークビーンズ カリフラワーのサラダ	食パン ポークビーンズ カリフラワーのサラダ	パン粥 大豆と野菜のトマト煮 カリフラワーのサラダ	パン粥 スープ 大豆のペースト 玉ねぎ・人参・カリフラワーのペースト
	夕	ご飯入り軟飯 豆腐と野菜の煮物 白菜の甘酢和え	軟飯 豆腐と野菜の煮物 白菜の甘酢和え		
7日(木) 21日(木)	昼	焼うどん スープ ヨーグルト和え	焼うどん スープ	あんかけうどん スープ	うどんのくたくた煮 スープ 豆腐のペースト キャベツ・ブロッコリー・人参のペースト
	夕	ご飯入り軟飯 筑前煮 蒸し南瓜	軟飯 筑前煮 蒸し南瓜		
8日(金) 22日(金)	昼	ご飯入り軟飯 みそ汁 鶏肉の煮物 ブロッコリーの和え物	軟飯 みそ汁 鶏肉の煮物 ブロッコリーの和え物	かゆ みそ汁 鶏肉の煮物 ブロッコリーの和え物	かゆ みそ汁(上澄み) 大豆のペースト 人参・玉ねぎ・ブロッコリーのペースト
	夕	ご飯入り軟飯 さわらの蒸し味噌焼き ひじきのサラダ	軟飯 さわらの蒸し味噌焼き ひじきの煮物		



11日(月) 25日(月)	昼	ご飯入り軟飯 すまし汁 煮魚 ほうれん草のなめたけ和え	軟飯 すまし汁 煮魚 ほうれん草の和え物	かゆ すまし汁 煮魚 ほうれん草の和え物	かゆ すまし汁 白身魚のペースト ほうれん草・南瓜・人参のペースト
	夕	和風スパゲティ ブロッコリーの三色サラダ	和風スパゲティ ブロッコリーの三色サラダ		
12日(火) 26日(火)	昼	ご飯入り軟飯 みそ汁 鶏肉の照り焼き 切干大根の旨煮	軟飯 みそ汁 鶏肉の照り焼き 野菜の旨煮	かゆ みそ汁 鶏の照り焼き 野菜の旨煮	かゆ みそ汁(上澄み) 白身魚のペースト ほうれん草・人参・さつま芋のペースト
	夕	ビビンバ丼(ご飯入り軟飯) さつま芋スティック	ビビンバ丼(軟飯) さつま芋スティック		
13日(水) 27日(水)	昼	ご飯入り軟飯 すまし汁 松風焼き れんこんのシャキシャキサラダ	軟飯 すまし汁 松風焼き 人参ときゅうりのサラダ	かゆ すまし汁 松風焼き 人参ときゅうりのサラダ	かゆ すまし汁 豆腐のペースト 玉ねぎ・人参・さつま芋のペースト
	夕	ご飯入り軟飯 柳川風卵とじ チンゲンサイともやしの海苔酢和え	軟飯 柳川風卵とじ チンゲンサイともやしの和え物		
14日(木) 28日(木)	昼	秋野菜カレーライス スープ	秋野菜のあんかけ丼(軟飯) スープ	秋野菜のあんかけ丼(かゆ) スープ	かゆ スープ 大豆のペースト 人参・さつま芋・ブロッコリーのペースト
	夕	炊き込みご飯入り軟飯 お豆腐揚げの甘辛煮 白菜の和え物	炊き込み軟飯 お豆腐揚げの煮物 白菜の和え物		
15日(金) 29日(金)	昼	ミルクラーメン きゅうりのゆかり和え 苺ゼリー	和風うどん きゅうりのゆかり和え	和風うどん きゅうりのゆかり和え	うどんくたくた煮 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 厚揚げの中華あんかけ じゃが芋のきんぴら	軟飯 豆腐の中華あんかけ じゃが芋のきんぴら		
20日(水)	昼	ロールパン 豆乳スープ コテージパイ カリフラワーのサラダ	食パン 豆乳スープ じゃが芋と鶏ひき肉の炒め煮 カリフラワーのサラダ	パン粥 豆乳スープ じゃが芋と鶏ひき肉の炒め煮 カリフラワーのサラダ	かゆ みそ汁(上澄み) 豆腐のペースト 人参・ほうれん草・カリフラワーのペースト
	夕	ご飯入り軟飯 野菜と豆腐の煮物 白菜の甘酢和え	軟飯 野菜と豆腐の煮物 白菜の甘酢和え		

※ 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。