

離乳食献立表 令和元年度 1月

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
6日(月) 20日(月)	昼	そばろ丼(ご飯入り軟飯) みそ汁	そばろ丼(軟飯) みそ汁	そばろ丼(かゆ) みそ汁	かゆ みそ汁(上澄み) 白身魚のペースト ほうれん草・人参・じゃが芋のペースト
	夕	ご飯入り軟飯 さわらの照り焼き コロコロサラダ	軟飯 さわらの照り焼き コロコロサラダ		
7日(火) 21日(火)	昼	味噌煮込みうどん フルーツポンチ	味噌煮込みうどん	味噌煮込みうどん	うどんのペースト みそ汁(上澄み) 白身魚のペースト 人参・キャベツ・大根のペースト
	夕	ご飯入り軟飯 タラのみぞれ煮 白菜の塩昆布和え	軟飯 タラのみぞれ煮 白菜の塩昆布和え		
8日(水) 22日(水)	昼	マーボー丼(ご飯入り軟飯) すまし汁	マーボー丼(軟飯) すまし汁	マーボー丼(かゆ) すまし汁	かゆ すまし汁 豆腐のペースト 人参・玉ねぎ・白菜のペースト
	夕	ご飯入り軟飯 鶏肉のトマト煮込み コールスローサラダ	軟飯 鶏肉のトマト煮込み コールスローサラダ		
9日(木) 23日(木)	昼	ご飯入り軟飯 みそ汁 塩肉じゃが ブロッコリーとしらすのナムル風	軟飯 みそ汁 塩肉じゃが ブロッコリーとしらすの和え物	かゆ みそ汁 塩肉じゃが ブロッコリーとしらすの和え物	かゆ みそ汁(上澄み) 白身魚のペースト ブロッコリー・人参・じゃが芋のペースト
	夕	ご飯入り軟飯 里芋の煮物 ひじきのサラダ	軟飯 里芋の煮物 ひじきのサラダ		
10日(金) 24日(金)	昼	ご飯入り軟飯 すまし汁 鮭のヨーグルトみそ焼き キャベツのレモン醤油和え	軟飯 すまし汁 鮭のヨーグルトみそ焼き キャベツの和え物	かゆ すまし汁 鮭のヨーグルトみそ焼き キャベツの和え物	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 ほうれん草のオムレツ 春雨サラダ	軟飯 ほうれん草の卵とじ 春雨サラダ		
14日(火) 30日(木)	昼	ロールパン スープ マカロニチキングラタン ブロッコリーのおかか和え	食パン スープ マカロニチキングラタン ブロッコリーのおかか和え	パン粥 スープ 鶏肉のクリーム煮 ブロッコリーのおかか和え	パン粥 スープ 豆腐のペースト ブロッコリー・人参・ほうれん草のペースト
	夕	ご飯入り軟飯 豆腐とツナのハンバーグ ほうれん草のごま和え	軟飯 豆腐とツナのハンバーグ ほうれん草の和え物		



15日(水) 29日(水)	昼	ご飯入り軟飯 みそ汁 焼き豆腐の五目炒め かぼちゃの甘煮	軟飯 みそ汁 焼き豆腐の五目炒め かぼちゃの甘煮	かゆ みそ汁 豆腐と野菜の煮物 かぼちゃの甘煮	かゆ みそ汁(上澄み) 豆腐のペースト かぼちゃ・大根・人参のペースト
	夕	ご飯入り軟飯 厚焼き卵 チンゲンサイともやしの海苔酢和え	軟飯 厚焼き卵 チンゲンサイともやしの海苔酢和え		
16日(木) 28日(火)	昼	ご飯入り軟飯 みそ汁 煮魚 もやしとわかめのポン酢和え	軟飯 みそ汁 煮魚 人参の和え物	かゆ みそ汁 煮魚 人参の和え物	かゆ みそ汁(上澄み) 白身魚のペースト 人参・さつまいも・ブロッコリーのペースト
	夕	ご飯入り軟飯 さつまいもと鶏肉の塩きんぴら ブロッコリーのマヨネーズ焼き	軟飯 さつまいもと鶏肉の塩きんぴら ブロッコリーのマヨネーズ焼き		
17日(金) 31日(金)	昼	ご飯入り軟飯 みそ汁 鮭の塩焼き チンゲン菜の和え物	軟飯 みそ汁 鮭の塩焼き チンゲン菜の和え物	かゆ みそ汁 鮭の塩焼き チンゲン菜の和え物	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
	夕	ご飯入り軟飯 鶏のから揚げ れんこんのサラダ	軟飯 鶏の照り焼き れんこんのサラダ		
27日(月)	昼	ご飯入り軟飯 すまし汁 魚のおろしがけ 里芋のごまみそマヨ和え	軟飯 すまし汁 魚のおろしがけ 里芋のみそマヨ和え	かゆ すまし汁 魚のおろしがけ かぼちゃの煮物	かゆ すまし汁 白身魚のペースト 小松菜・人参・大根のペースト
	夕	ご飯入り軟飯 豆腐と豚肉の和風炒め 小松菜としめじの煮びたし	軟飯 豆腐と豚肉の和風炒め 小松菜としめじの煮びたし		



- ※ 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。