

離乳食献立表 令和2年度 6月

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
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

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。

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	中華丼 みそ汁	中華丼 みそ汁	大豆と野菜のあんかけ粥 みそ汁	かゆ みそ汁上澄み 大豆のペースト 人参・チンゲン菜・キャベツのペースト
	夕	ごはん入り軟飯 鶏のから揚げ 大豆のサラダ	軟飯 鶏の照り焼き 大豆のサラダ		
2日(火) 16日(火)	昼	ごはん入り軟飯 スープ 魚のトマトチーズ焼き きゅうりとコーンのサラダ	軟飯 スープ 魚のトマト煮 きゅうりのサラダ	かゆ スープ 魚のトマト煮 きゅうりのサラダ	かゆ スープ 白身魚のペースト 人参・トマト・玉ねぎのペースト
	夕	ごはん入り軟飯 豚肉と野菜の卵とじ ゆで野菜	軟飯 豚肉と野菜の卵とじ ゆで野菜		
3日(水) 17日(水)	昼	ごはん入り軟飯 みそ汁 鶏肉と野菜の甘酢煮 もやしとわかめのナムル	軟飯 みそ汁 鶏肉と野菜の煮物	かゆ みそ汁 鶏肉と野菜の煮物	かゆ みそ汁上澄み 豆腐のペースト 人参・じゃが芋・ほうれん草のペースト
	夕	マーボーツナ丼(ごはん入り軟飯) かぼちゃのバターソテー	マーボーツナ丼(軟飯) かぼちゃのバターソテー		
4日(木) 18日(木)	昼	ごはん入り軟飯 すまし汁 豆腐のコーンみそ焼き 大根の梅マヨ和え	軟飯 すまし汁 豆腐のみそ焼き 大根の和え物	かゆ すまし汁 豆腐のみそ焼き 大根の和え物	かゆ すまし汁 豆腐のペースト 人参・大根・キャベツのペースト
	夕	ごはん入り軟飯 ウィンナーと野菜の炒め物 フライドポテト	軟飯 ツナと野菜の炒め物 ふかし芋		
5日(金) 19日(金)	昼	にんじんライス(ごはん入り軟飯) 肉団子入りミルクスープ ブロッコリーの和え物	にんじんライス(軟飯) ミルクスープ ブロッコリーの和え物	かゆ 大豆入りスープ ブロッコリーの和え物	かゆ スープ 大豆のペースト ブロッコリー・人参・南瓜のペースト
	夕	ごはん入り軟飯 煮魚 キャベツとえのきの中華和え	軟飯 煮魚 キャベツの和え物		
8日(月) 22日(月)	昼	ごはん入り軟飯 みそ汁 チキンハンバーグ きゅうりのおかか和え	軟飯 みそ汁 チキンハンバーグ きゅうりのおかか和え	かゆ スープ チキンハンバーグ きゅうりの和え物	かゆ スープ 豆腐のペースト 人参・かぼちゃ・大根のペースト
	夕	ごはん入り軟飯 豚肉のしょうが焼き 枝豆とおくらの白和え	軟飯 豚肉の炒め煮 白和え		

9日(火) 23日(火)	昼	ご飯入り軟飯 みそ汁 魚のカレー焼き 切干大根のサラダ	軟飯 みそ汁 魚の照り焼き きゅうりと人参の和え物	かゆ みそ汁 魚の照り焼き きゅうりと人参の和え物	かゆ みそ汁上澄み 白身魚のペースト 人参・小松菜・南瓜のペースト
	夕	とうもろこしご飯入り軟飯 シュウマイ かぼちゃとベーコンの洋風煮物	とうもろこしご飯(軟飯) 蒸し魚 かぼちゃの煮物		
10日(水) 24日(水)	昼	ロールパン スープ ポークビーンズ ブロッコリーのサラダ	食パン スープ ポークビーンズ ブロッコリーのサラダ	パン粥 スープ 大豆と野菜のトマト煮 ブロッコリーのサラダ	パン粥 スープ 大豆のペースト じゃが芋・人参・ブロッコリーのペースト
	夕	ご飯入り軟飯 高野豆腐とツナのパン粉焼き 大根のゆかり和え	軟飯 高野豆腐とツナのパン粉焼き 大根の和え物		
11日(木) 25日(木)	昼	しそそばうどん ヨーグルト和え	あんかけうどん	あんかけうどん	うどんくたくた煮 スープ 豆腐のペースト 人参・キャベツ・玉ねぎのペースト
	夕	ご飯入り軟飯 スペイン風オムレツ コールスローサラダ	軟飯 スペイン風オムレツ コールスローサラダ		
12日(金) 26日(金)	昼	豚肉の味噌丼 すまし汁 長芋のさっぱり漬け	豚肉の味噌丼 すまし汁 長芋の煮物	かゆ すまし汁 大豆と野菜のみそ煮	かゆ すまし汁 大豆のペースト 人参・玉ねぎ・キャベツのペースト
	夕	ご飯入り軟飯 野菜の中華風煮物	軟飯 野菜と豚肉の煮物		
29日(月)	昼	ご飯入り軟飯 すまし汁 白身魚のフライ 春雨サラダ	軟飯 すまし汁 煮魚 人参といんげんの煮びたし	かゆ すまし汁 煮魚 人参といんげんの煮びたし	かゆ すまし汁 白身魚のペースト 人参・いんげん・冬瓜のペースト
	夕	ご飯入り軟飯 素麺チャンプルー 塩ゆで枝豆	軟飯 素麺チャンプルー		
30日(火)	昼	ミルクラーメン ふかし芋	豚肉と野菜のうどん ふかし芋	豆腐と野菜のうどん ふかし芋	うどんくたくた煮 スープ 豆腐のペースト 人参・さつま芋・キャベツのペースト
	夕	ご飯入り軟飯 中華風ローストチキン	軟飯 鶏肉の照り焼き		

