

離乳食献立表 R2年度7がつ

献立担当 内富(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(水)	昼	夏野菜のドライカレー(ごはん入り軟飯) みそ汁 デザート	夏野菜のトマトシチュー(軟飯) みそ汁 デザート	夏野菜のトマトシチュー(かゆ) みそ汁 デザート	かゆ みそ汁(上澄み) 白身魚のペースト 人参・ナス・大根のペースト
	夕	塩昆布ごはん(ごはん入り軟飯) 大根と鶏肉の煮物 ひじきのサラダ	塩昆布ごはん(軟飯) 大根と鶏肉の煮物 ひじきのサラダ		
2日(木) 16日(木)	昼	ロールパン スープ コロケ ブロッコリーサラダ	食パン スープ じゃが芋の小判焼き(鶏肉) ブロッコリーサラダ	パン粥 スープ じゃが芋の小判焼き(鶏肉) ブロッコリーサラダ	パン粥 スープ 豆腐のペースト ブロッコリー・人参・じゃが芋のペースト
	夕	ごはん入り軟飯 豚肉の焼肉風 きゅうりのゆかり和え	軟飯 豚肉の焼肉風 きゅうりのゆかり和え		
3日(金) 17日(金)	昼	ごはん入り軟飯 みそ汁 鮭の生姜焼き キャベツのサラダ	軟飯 みそ汁 鮭の照り焼き キャベツのサラダ	かゆ みそ汁 鮭の照り焼き キャベツのサラダ	かゆ みそ汁(上澄み) 鮭のペースト キャベツ・人参・小松菜のペースト
	夕	ごはん入り軟飯 えのき入りつくね こまつなのお浸し	軟飯 鶏つくね こまつなのお浸し		
6日(月)	昼	ごはん入り軟飯 みそ汁 鶏の照り焼き 切干大根の旨煮	軟飯 みそ汁 鶏の照り焼き 切干大根の旨煮	かゆ みそ汁 鶏の照り焼き いんげんと人参のサラダ	かゆ みそ汁(上澄み) 豆腐のペースト いんげん・人参・ほうれん草のペースト
	夕	ごはん入り軟飯 カレイのみそ焼き キャベツのおかか和え	軟飯 カレイのみそ焼き キャベツのおかか和え		
7日(火)	昼	七タうどん シュウマイ デザート	七タうどん シュウマイ デザート	七タうどん 白身魚の煮つけ	うどん(ペースト) 白身魚のペースト きゅうり・人参・かぼちゃのペースト
	夕	ゆかりごはん(ごはん入り軟飯) 豆腐のみそ炒め 焼きかぼちゃ	ゆかりごはん(軟飯) 豆腐のみそ炒め 焼きかぼちゃ		
8日(水)	昼	ごはん入り軟飯 すまし汁 松風焼き ブロッコリーとじゃこのナムル	軟飯 すまし汁 松風焼き ブロッコリーとじゃこの和え物	かゆ すまし汁 松風焼き ブロッコリーとじゃこの和え物	かゆ すまし汁 豆腐のペースト ブロッコリー・人参・じゃが芋のペースト
	夕	ロールパン 夏のポテトグラタン 春雨とえのきのサラダ	食パン 夏のポテトグラタン 人参ときゅうりのサラダ		



9日(木) 30日(木)	昼	豚肉とキャベツのあんかけ丼(ご飯入り軟飯) みそ汁 デザート	豚肉とキャベツのあんかけ丼(軟飯) みそ汁 デザート	鶏肉とキャベツのあんかけ丼(かゆ) みそ汁	かゆ みそ汁(上澄み) 豆腐のペースト キャベツ・人参・チンゲンサイのペースト
	夕	ご飯入り軟飯 鶏肉のケチャップ焼き チンゲンサイの海苔酢和え	軟飯 鶏肉のケチャップ焼き チンゲンサイの和え物		
10日(金)	昼	ご飯入り軟飯 スープ 鮭のパン粉焼き マカロニサラダ	軟飯 スープ 鮭の塩焼き マカロニサラダ	かゆ スープ 鮭の塩焼き マカロニサラダ	かゆ スープ 鮭のペースト きゅうり・人参・キャベツのペースト
	夕	焼きそば ゆでとうもろこし バナナヨーグルト	焼きそば バナナヨーグルト		
13日(月) 27日(月)	昼	ご飯入り軟飯 みそ汁 魚のレモン醤油焼き ビーフンサラダ	軟飯 みそ汁 魚のレモン醤油焼き ビーフンサラダ	かゆ みそ汁 魚のレモン醤油焼き ビーフンサラダ	かゆ みそ汁(上澄み) 白身魚のペースト ほうれん草・人参・ブロッコリーのペースト
	夕	ご飯入り軟飯 肉団子と野菜のコンソメ煮 ポイルブロッコリー	軟飯 肉団子と野菜の煮物 ポイルブロッコリー		
14日(火) 28日(火)	昼	ミートソーススパゲティ フルーツポンチ	ミートソーススパゲティ フルーツポンチ	トマトと鶏肉のスパゲティ	スープスパゲティ(ペースト) 豆腐のペースト じゃが芋・人参・ブロッコリーのペースト
	夕	ご飯入り軟飯 鮭のねぎ塩焼き ひじきの煮物	軟飯 鮭の塩焼き ひじきの煮物		
15日(水) 29日(水)	昼	ご飯入り軟飯 みそ汁 鶏肉の竜田揚げ ツナと大根のさっと煮	軟飯 みそ汁 鶏肉の照り焼き ツナと大根のさっと煮	かゆ みそ汁 鶏肉の照り焼き ツナと大根のさっと煮	かゆ みそ汁(上澄み) 白身魚のペースト 大根・小松菜・人参のペースト
	夕	ご飯入り軟飯 凍り豆腐と挽き肉の煮物 オクラのおかか和え	軟飯 鶏団子の煮物 オクラのおかか和え		
20日(月)	昼	ご飯入り軟飯 みそ汁 シュウマイ 切干大根のサラダ	軟飯 みそ汁 シュウマイ 切干大根のサラダ	かゆ みそ汁 白身魚の煮つけ きゅうりと人参のサラダ	かゆ みそ汁(上澄み) 白身魚のペースト ほうれん草・人参・キャベツのペースト
	夕	ご飯入り軟飯 カレイのみそ焼き キャベツのおかか和え	軟飯 カレイのみそ焼き キャベツのおかか和え		
21日(火)	昼	ご飯入り軟飯 みそ汁 豚肉のこうじ焼き ポテトサラダ	軟飯 みそ汁 豚肉のこうじ焼き ポテトサラダ	かゆ みそ汁 鶏肉のこうじ焼き ポテトサラダ	かゆ みそ汁(上澄み) 豆腐のペースト じゃが芋・人参・きゅうりのペースト
	夕	ゆかりごはん(ご飯入り軟飯) 豆腐のみそ炒め 焼きかぼちゃ	ゆかりごはん(軟飯) 豆腐のみそ炒め 焼きかぼちゃ		
22日(水)	昼	ご飯入り軟飯 みそ汁 鶏肉の照り焼き ブロッコリーの和え物	軟飯 みそ汁 鶏肉の照り煮 ブロッコリーの和え物	かゆ みそ汁 鶏肉の照り煮 ブロッコリーの和え物	かゆ みそ汁(上澄み) 白身魚のペースト 人参・ブロッコリー・ほうれん草のペースト
	夕	焼うどん ゆでとうもろこし デザート	焼うどん デザート		

※ 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。