

離乳食献立表 R2年度1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
4日(月) 18日(月)	昼	そばろ丼(ごはん入り軟飯) 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) 豆腐のペースト 人参・ほうれん草・さつま芋のペースト
	夕	ごはん入り軟飯 チキンナゲット コロコロサラダ	軟飯 鶏肉団子 コロコロサラダ		
5日(火) 19日(火)	昼	ごはん入り軟飯 すまし汁 鮭のヨーグルトみそ焼き ブロッコリーのおかか和え	軟飯 すまし汁 鮭のヨーグルトみそ焼き ブロッコリーのおかか和え	かゆ すまし汁 鮭のヨーグルトみそ焼き ブロッコリーのおかか和え	かゆ すまし汁 白身魚のペースト ブロッコリー・人参・大根のペースト
	夕	ごはん入り軟飯 お豆腐揚げのみぞれ煮 白菜の塩昆布和え	軟飯 お豆腐のみぞれ煮 白菜の煮びたし		
6日(水) 20日(水)	昼	あんかけ焼きそば スープ	あんかけうどん スープ	あんかけうどん スープ	うどんくたくた煮 スープ 豆腐のペースト 人参・玉ねぎ・ほうれん草のペースト
	夕	ごはん入り軟飯 松風焼き きゅうりと長芋のさっぱり漬け	軟飯 松風焼き きゅうりと長芋の和え物		
7日(木) 21日(木)	昼	ごはん入り軟飯 みそ汁 生揚げの五目炒め 南瓜の甘煮	軟飯 みそ汁 豆腐と野菜の炒め煮 南瓜の甘煮	かゆ みそ汁 豆腐と野菜の炒め煮 南瓜の甘煮	かゆ みそ汁(上澄み) 豆腐のペースト 南瓜・人参・キャベツのペースト
	夕	ハヤシライス フレンチサラダ	軟飯 豚肉と野菜のトマト煮 フレンチサラダ		
8日(金) 22日(金)	昼	ごはん入り軟飯 みそ汁 さわらのゆず照り焼き ほうれん草のナムル	軟飯 みそ汁 さわらの照り焼き ほうれん草のナムル	かゆ みそ汁 煮魚 ほうれん草の和え物	かゆ みそ汁(上澄み) 白身魚のペースト 人参・ほうれん草・かぶのペースト
	夕	ごはん入り軟飯 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		

12日(火) 26日(火)	昼	ご飯入り軟飯 みそ汁 じゃがいもとツナのお焼き キャベツのレモン醤油和え	軟飯 みそ汁 じゃがいもとツナのお焼き キャベツの煮びたし	かゆ みそ汁 じゃがいもとツナのお焼き キャベツの煮びたし	かゆ みそ汁(上澄み) 豆腐のペースト 人参・キャベツ・じゃがいも
	夕	ご飯入り軟飯 さつまいもと鶏の塩きんぴら ブロッコリーのチーズ焼き	軟飯 さつまいもと鶏の塩きんぴら 焼きブロッコリー		
13日(水) 27日(水)	昼	ご飯入り軟飯 スープ マーボー豆腐	軟飯 スープ マーボー豆腐	かゆ スープ マーボー豆腐	かゆ スープ 豆腐のペースト 人参・小松菜・たまねぎのペースト
	夕	ご飯入り軟飯 肉じゃが ほうれん草の磯あえ	軟飯 肉じゃが ほうれん草のあえ物		
14日(木) 28日(木)	昼	ご飯入り軟飯 すまし汁 シュウマイ 切干大根の旨煮	軟飯 すまし汁 煮魚 切干大根の旨煮	かゆ すまし汁 煮魚 大根の旨煮	かゆ すまし汁 白身魚のペースト 人参・だいこん・白菜のペースト
	夕	ご飯入り軟飯 鶏肉と野菜のクリーム煮	軟飯 鶏肉と野菜のクリーム煮		
15日(金) 29日(金)	昼	ご飯入り軟飯 みそ汁 魚のピッツァソースがけ ポイルブロッコリー	軟飯 みそ汁 魚のトマトソースがけ ポイルブロッコリー	かゆ みそ汁 魚のトマトソースがけ ポイルブロッコリー	かゆ みそ汁(上澄み) 白身魚のペースト 人参・ブロッコリー・たまねぎのペースト
	夕	豚肉と白菜のあんかけうどん	豚肉と白菜のあんかけうどん		
25日(月)	昼	ロールパン スープ マカロニチキングラタン 大根サラダ	食パン スープ マカロニチキングラタン 大根サラダ	食パン スープ 野菜と鶏肉の豆乳煮 大根サラダ	パン粥 スープ 豆腐のペースト 人参・たまねぎ・大根のペースト
	夕	ご飯入り軟飯 蒸し鮭の照りつけ 小松菜とえのきの和え物	軟飯 蒸し鮭の照りつけ 小松菜の和え物		

- ※ 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。

