

離乳食献立表

2019年5月

離乳食初期(5~6ヶ月)

日 曜	献立	材 料 名
7 火	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(かぼちゃ、にんじん)	米 カレイ、昆布だし汁 かぼちゃ、にんじん、昆布だし汁
8 水	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(にんじん、たまねぎ)	米 豆腐、昆布だし汁 にんじん、たまねぎ、昆布だし汁
9 木	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(キャベツ、にんじん)	米 しらす、昆布だし汁 キャベツ、にんじん、昆布だし汁
10 金	にんじん粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(じゃがいも、にんじん)	米、にんじん カレイ、昆布だし汁 じゃがいも、にんじん、昆布だし汁
11 土	しらす粥 野菜ペースト(たまねぎ、にんじん)	米、しらす たまねぎ、にんじん、昆布だし汁
13 月	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(キャベツ、たまねぎ)	米 カレイ、昆布だし汁 キャベツ、たまねぎ、昆布だし汁
14 火	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(たまねぎ、にんじん)	米 豆腐、昆布だし汁 たまねぎ、にんじん、昆布だし汁
15 水	全粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(こまつな、たまねぎ)	米 しらす、昆布だし汁 こまつな、たまねぎ、昆布だし汁
16 木	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(じゃがいも、にんじん)	米 カレイ、昆布だし汁 じゃがいも、にんじん、昆布だし汁
17 金	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(たまねぎ、かぼちゃ)	米 豆腐、昆布だし汁 たまねぎ、かぼちゃ、昆布だし汁
18 土	しらす粥 野菜ペースト(にんじん、たまねぎ)	米、しらす にんじん、たまねぎ、昆布だし汁
20 月	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(じゃがいも、にんじん)	米 カレイ、昆布だし汁 じゃがいも、にんじん、昆布だし汁
21 火	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(にんじん、キャベツ)	米 しらす、昆布だし汁 にんじん、キャベツ、昆布だし汁
22 水	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(じゃがいも、たまねぎ)	米 豆腐、昆布だし汁 じゃがいも、たまねぎ、昆布だし汁
23 木	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(たまねぎ、キャベツ)	米 カレイ、昆布だし汁 たまねぎ、キャベツ、昆布だし汁
24 金	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(にんじん、たまねぎ)	米 しらす、昆布だし汁 にんじん、たまねぎ、昆布だし汁
25 土	しらす粥 野菜ペースト(たまねぎ、さつまいも)	米、しらす たまねぎ、さつまいも、昆布だし汁

離乳食献立表

2019年5月

離乳食初期(5~6ヶ月)

日 曜	献立	材 料 名
27 月	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(じゃがいも、にんじん)	米 豆腐、昆布だし汁 じゃがいも、にんじん、昆布だし汁
28 火	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(たまねぎ、にんじん)	米 しらす、昆布だし汁 たまねぎ、にんじん、昆布だし汁
29 水	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(キャベツ、かぼちゃ)	米 豆腐、昆布だし汁 キャベツ、かぼちゃ、昆布だし汁
30 木	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(だいこん、こまつな)	米 カレイ、昆布だし汁 だいこん、こまつな、昆布だし汁
31 金	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(たまねぎ、かぼちゃ)	米 しらす、昆布だし汁 たまねぎ、かぼちゃ、昆布だし汁

※材料の都合により献立を変更する場合がございます。

離乳食献立表

2019年5月

離乳食中期(7~8ヶ月)

日 曜	献立	材 料 名
7 火	全粥 焼きカレー にんじんといんげんのとろみスープ	米 カレー、昆布だし汁 にんじん、いんげん、片栗粉、昆布だし汁
8 水	全粥 豆腐と野菜の煮物 たまねぎスープ	米 豆腐、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁 たまねぎ、昆布だし汁
9 木	全粥 ベビーハンバーグ キャベツスープ	米 豆腐、鶏ミンチ、たまねぎ、片栗粉、昆布だし汁 キャベツ、昆布だし汁
10 金	にんじん粥 じゃがいものそぼろ煮 アスパラのスープ	米、にんじん 鶏ミンチ、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁 アスパラガス、昆布だし汁
11 土	しらす粥 野菜のトロトロ煮	米、しらす たまねぎ、にんじん、さといも、片栗粉、昆布だし汁
13 月	全粥 カレーのたまねぎあんかけ キャベツのスープ	米 カレー、たまねぎ、にんじん、片栗粉、昆布だし汁 キャベツ、昆布だし汁
14 火	全粥 豆腐とにんじんの煮物 ブロッコリーのスープ	米 豆腐、にんじん、たまねぎ、片栗粉、昆布だし汁 ブロッコリー、昆布だし汁
15 水	全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 たまねぎスープ	米 鶏ミンチ、にんじん、こまつな、片栗粉、昆布だし汁 たまねぎ、昆布だし汁
16 木	全粥 サケと野菜の旨煮 トマトスープ	米 さけ、にんじん、じゃがいも、アスパラガス、昆布だし汁 トマト、たまねぎ、昆布だし汁
17 金	全粥 豆腐のかぼちゃあんかけ きゅうりサラダ	米 豆腐、たまねぎ、かぼちゃ、片栗粉、昆布だし汁 きゅうり、昆布だし汁
18 土	しらす粥 野菜のトロトロ煮	米、しらす にんじん、たまねぎ、キャベツ、片栗粉、昆布だし汁
20 月	全粥 カレーのブロッコリーあんかけ にんじんのスープ	米 カレー、ブロッコリー、にんじん、片栗粉、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
21 火	全粥 ベビー八宝菜 たまねぎのスープ	米 鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、キャベツ、片栗粉、昆布だし汁 たまねぎ、昆布だし汁
22 水	全粥 里芋のベビーコロッセ キャベツのスープ	米 鶏ミンチ、さといも、たまねぎ、片栗粉、昆布だし汁 キャベツ、昆布だし汁
23 木	全粥 鶏ミンチと野菜の炒め煮 かぼちゃのスープ	米 鶏ミンチ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁 かぼちゃ、昆布だし汁
24 金	全粥 マーボー豆腐風煮物 たまねぎのスープ	米 豆腐、鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、片栗粉、昆布だし汁 たまねぎ、昆布だし汁
25 土	しらす粥 ゴロゴロ野菜の煮物	米、しらす たまねぎ、さつまいも、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁

離乳食献立表

2019年5月

離乳食中期(7~8ヶ月)

日 曜	献立	材 料 名
27 月	全粥 焼きサケのたまねぎあんかけ にんじんスープ	米 さけ、たまねぎ、キャベツ、片栗粉、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
28 火	全粥 じゃがいものおやき 具だくさんスープ	米 鶏ミンチ、じゃがいも、片栗粉、昆布だし汁 たまねぎ、にんじん、こまつな、昆布だし汁
29 水	全粥 炒り豆腐風煮物 にんじんのスープ	米 豆腐、鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
30 木	全粥 カレーと野菜の煮物 だいこんのスープ	米 カレー、にんじん、こまつな、昆布だし汁 だいこん、昆布だし汁
31 金	具だくさん粥 キャベツのスープ かぼちゃのマッシュ	米、鶏ミンチ、にんじん、たまねぎ キャベツ、昆布だし汁 かぼちゃ、昆布だし汁

※材料の都合により献立を変更する場合がございます。

離乳食献立表

2019年5月

離乳食後期(9~11ヶ月)

日 曜	献立	材 料 名
7 火	全粥 焼きさば にんじんといんげんのとろみスープ ゆでかぼちゃ	米 さば、昆布だし汁 にんじん、いんげん、しょうゆ、片栗粉、昆布だし汁 かぼちゃ、昆布だし汁
8 水	全粥 豆腐と野菜の煮物 たまねぎのすまし汁 にんじんスティック	米 豆腐、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、昆布だし汁 たまねぎ、しょうゆ、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
9 木	全粥 ベビーハンバーグ キャベツのみそ汁 ゆでいんげん	米 豆腐、鶏ミンチ、たまねぎ、しょうゆ、片栗粉、昆布だし汁 キャベツ、みそ、昆布だし汁 いんげん、昆布だし汁
10 金	にんじん粥 じゃがいものそぼろ煮 アスパラのスープ ゆでじゃがいも	米、にんじん 鶏ミンチ、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、昆布だし汁 アスパラガス、昆布だし汁 じゃがいも、昆布だし汁
11 土	しらす粥 野菜のトロトロ煮 バナナ	米、しらす たまねぎ、にんじん、さといも、しょうゆ、片栗粉、昆布だし汁 バナナ
13 月	全粥 カレイのたまねぎあんかけ キャベツのすまし汁 にんじんスティック	米 カレイ、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、片栗粉、昆布だし汁 キャベツ、しょうゆ、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
14 火	全粥 豆腐とにんじんの煮物 ブロッコリーのスープ ゆでかぼちゃ	米 豆腐、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、片栗粉、昆布だし汁 ブロッコリー、昆布だし汁 かぼちゃ、昆布だし汁
15 水	全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 たまねぎのすまし汁 にんじんスティック	米 鶏ミンチ、にんじん、こまつな、しょうゆ、片栗粉、昆布だし汁 たまねぎ、しょうゆ、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
16 木	全粥 サケと野菜の旨煮 トマトスープ	米 さけ、にんじん、じゃがいも、アスパラガス、しょうゆ、昆布だし汁 トマト、たまねぎ、昆布だし汁
17 金	全粥 豆腐のかぼちゃあんかけ きゅうりのスティックサラダ	米 豆腐、たまねぎ、かぼちゃ、しょうゆ、片栗粉、昆布だし汁 きゅうり、昆布だし汁
18 土	しらす粥 野菜のトロトロ煮 バナナ	米、しらす にんじん、たまねぎ、キャベツ、しょうゆ、片栗粉、昆布だし汁 バナナ
20 月	全粥 カレイのブロッコリーの旨煮 にんじんのスープ 粉ふき芋	米 カレイ、ブロッコリー、にんじん、しょうゆ、片栗粉、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁 じゃがいも、昆布だし汁
21 火	全粥 ベビー八宝菜 たまねぎのスープ ゆでいんげん	米 鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、キャベツ、しょうゆ、片栗粉、昆布だし汁 たまねぎ、昆布だし汁 いんげん、昆布だし汁
22 水	全粥 里芋のベビーコロッケ キャベツのみそ汁 ゆでじゃがいも	米 鶏ミンチ、さといも、たまねぎ、しょうゆ、片栗粉、昆布だし汁 キャベツ、みそ、昆布だし汁 じゃがいも、昆布だし汁
23 木	全粥 鶏ミンチと野菜の炒め煮 かぼちゃのすまし汁 にんじんスティック	米 鶏ミンチ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁 かぼちゃ、しょうゆ、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
24 金	全粥 マーボー豆腐風煮物 たまねぎのスープ きゅうりスティック	米 豆腐、鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、みそ、片栗粉、昆布だし汁 たまねぎ、昆布だし汁 きゅうり、昆布だし汁
25 土	しらす粥 ゴロゴロ野菜の煮物 バナナ	米、しらす たまねぎ、さつまいも、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、昆布だし汁 バナナ

離乳食献立表

2019年5月

離乳食後期(9～11ヶ月)

日 曜	献立	材 料 名
27 月	全粥 焼きサケのたまねぎあんかけ にんじんのスープ きゅうりスティック	米 さけ、たまねぎ、キャベツ、しょうゆ、片栗粉、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁 きゅうり、昆布だし汁
28 火	全粥 じゃがいものおやき 具だくさんみそ汁	米 鶏ミンチ、じゃがいも、しょうゆ、片栗粉、昆布だし汁 たまねぎ、にんじん、こまつな、みそ、昆布だし汁
29 水	全粥 炒り豆腐風煮物 にんじんのみそ汁 ゆでかぼちゃ	米 豆腐、鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、砂糖、昆布だし汁 にんじん、みそ、昆布だし汁 かぼちゃ、昆布だし汁
30 木	全粥 カレーと野菜の煮物 だいこんのすまし汁 にんじんスティック	米 カレー、にんじん、こまつな、しょうゆ、昆布だし汁 だいこん、しょうゆ、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
31 金	具だくさん粥 キャベツのスープ かぼちゃのマッシュ	米、鶏ミンチ、にんじん、たまねぎ キャベツ、昆布だし汁 かぼちゃ、昆布だし汁

※材料の都合により献立を変更する場合がございます。