

離乳食献立表

2019年6月

離乳食初期(5~6ヶ月)

日 曜	献立	材 料 名
1 土	しらす粥 野菜ペースト(さつまいも、にんじん)	米、しらす さつまいも、にんじん、昆布だし汁
3 月	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
4 火	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(たまねぎ、にんじん)	米 カレイ、昆布だし汁 たまねぎ、にんじん、昆布だし汁
5 水	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(キャベツ、にんじん)	米 豆腐、昆布だし汁 キャベツ、にんじん、昆布だし汁
6 木	つぶし粥 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
7 金	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(にんじん、ほうれんそう)	米 豆腐、昆布だし汁 にんじん、ほうれんそう、昆布だし汁
8 土	しらす粥 野菜ペースト(たまねぎ、にんじん、キャベツ)	米、しらす たまねぎ、にんじん、キャベツ、昆布だし汁
10 月	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(じゃがいも、キャベツ)	米 カレイ、昆布だし汁 じゃがいも、キャベツ、昆布だし汁
11 火	にんじん粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(たまねぎ、にんじん)	米、にんじん 豆腐、昆布だし汁 たまねぎ、にんじん、昆布だし汁
12 水	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(じゃがいも、にんじん)	米 しらす、昆布だし汁 じゃがいも、にんじん、昆布だし汁
13 木	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 金	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(にんじん、キャベツ)	米 豆腐、昆布だし汁 にんじん、キャベツ、昆布だし汁
17 月	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(キャベツ、じゃがいも)	米 カレイ、昆布だし汁 キャベツ、じゃがいも、昆布だし汁
18 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
19 水	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(キャベツ、かぼちゃ)	米 しらす、昆布だし汁 キャベツ、かぼちゃ、昆布だし汁
20 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

離乳食献立表

2019年6月

離乳食初期(5~6ヶ月)

日 曜	献立	材 料 名
21 金	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
22 土	しらす粥 野菜ペースト(たまねぎ、かぼちゃ、にんじん)	米、しらす たまねぎ、にんじん、かぼちゃ、昆布だし汁
24 月	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(こまつな、たまねぎ)	米 カレイ、昆布だし汁 こまつな、たまねぎ、昆布だし汁
25 火	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
26 水	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(にんじん、じゃがいも)	米 豆腐、昆布だし汁 にんじん、じゃがいも、昆布だし汁
27 木	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(さつまいも、にんじん)	米 カレイ、昆布だし汁 さつまいも、にんじん、昆布だし汁
28 金	にんじん粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(キャベツ、かぼちゃ)	米、にんじん しらす、昆布だし汁 キャベツ、かぼちゃ、昆布だし汁
29 土	しらす粥 野菜ペースト(たまねぎ、にんじん、かぼちゃ)	米、しらす たまねぎ、にんじん、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6月

離乳食中期(7~8ヶ月)

日 曜	献立	材 料 名
1 土	しらす粥 根菜の旨煮	米、しらす たまねぎ、にんじん、さつまいも、昆布だし汁
3 月	全粥 鶏ミンチと野菜のトマト煮 ポテトサラダ	米 鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、トマトペースト、片栗粉、昆布だし汁 じゃがいも、にんじん、昆布だし汁
4 火	全粥 カレーの磯辺焼き たまねぎスープ	全粥 カレー、あおのり、昆布だし汁 たまねぎ、にんじん、昆布だし汁
5 水	全粥 豆腐と野菜の旨煮 キャベツスープ	米 豆腐、たまねぎ、にんじん、はくさい、片栗粉、昆布だし汁 キャベツ、昆布だし汁
6 木	全粥 鶏だんごのにんじんあんかけ こまつなスープ	米 鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、片栗粉、昆布だし汁 こまつな、昆布だし汁
7 金	全粥 豆腐としらすのコロコロ煮 たまねぎスープ	米 豆腐、しらす、にんじん、片栗粉、昆布だし汁 たまねぎ、昆布だし汁
8 土	しらす粥 具たくさん野菜のとろみ煮	米、しらす たまねぎ、にんじん、キャベツ、片栗粉、昆布だし汁
10 月	全粥 サケのソテー コロコロスープ	米 サケ、昆布だし汁 たまねぎ、にんじん、じゃがいも、昆布だし汁
11 火	にんじん粥 鶏ミンチと野菜の煮物 かぼちゃスープ	米、にんじん 鶏ミンチ、たまねぎ、片栗粉、昆布だし汁 かぼちゃ、昆布だし汁
12 水	全粥 豆腐の野菜あんかけ たまねぎスープ	米 豆腐、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
13 木	全粥 キャベツとたまねぎの柔らか炒め にんじんスープ	米 鶏ミンチ、キャベツ、たまねぎ、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
14 金	全粥 具たくさん野菜の煮込みスープ かぼちゃのマッシュ	米 たまねぎ、にんじん、キャベツ、昆布だし汁 かぼちゃ、昆布だし汁
17 月	全粥 カレーの野菜あんかけ じゃがいもスープ	米 カレー、たまねぎ、キャベツ、片栗粉、昆布だし汁 じゃがいも、昆布だし汁
18 火	全粥 ベビーマーボー豆腐 キャベツスープ	米 豆腐、鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、片栗粉、昆布だし汁 キャベツ、昆布だし汁
19 水	全粥 サケのソテー たまねぎあんかけ にんじんスープ	米 サケ、たまねぎ、片栗粉、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
20 木	にんじん粥 ジャーマンポテト風おやき トマトスープ	米、にんじん じゃがいも、にんじん、たまねぎ、片栗粉、昆布だし汁 トマト、昆布だし汁

離乳食献立表

2019年6月

離乳食中期(7~8ヶ月)

日 曜	献立	材 料 名
21 金	全粥 豆腐と野菜の煮物 にんじんスープ	米 豆腐、たまねぎ、にんじん、片栗粉、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
22 土	しらす粥 鶏ミンチのと野菜の煮物	米、しらす 鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、キャベツ、片栗粉、昆布だし汁
24 月	全粥 サケの小松菜あんかけ たまねぎスープ	米 サケ、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
25 火	全粥 鶏だんごのトマト煮 かぼちゃスープ	米 鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、トマトペースト、片栗粉、昆布だし汁 かぼちゃ、昆布だし汁
26 水	全粥 ベビーハンバーグ ころころスープ	米 鶏ミンチ、豆腐、たまねぎ、片栗粉、昆布だし汁 にんじん、じゃがいも、昆布だし汁
27 木	全粥 カレーのにんじんあんかけ さつまいもスープ	米 カレー、にんじん、片栗粉、昆布だし汁 さつまいも、昆布だし汁
28 金	にんじん粥 しらすとたまねぎのトロみ煮 キャベツスープ	米、にんじん しらす、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
29 土	しらす粥 たまねぎとにんじんの旨煮	米、しらす 鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、片栗粉、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6月

離乳食後期(9～11ヶ月)

日 曜	献立	材 料 名
1 土	しらす粥 根菜の旨煮 バナナ	米、しらす たまねぎ、にんじん、さつまいも、しょうゆ、昆布だし汁 バナナ
3 月	全粥 鶏ミンチと野菜のトマト煮 ポテトサラダ みかん	米 鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、トマトペースト、しょうゆ、砂糖、片栗粉、昆布だし汁 じゃがいも、にんじん、昆布だし汁 みかん
4 火	全粥 カレーの磯辺焼き たまねぎのみそ汁 ゆでかぼちゃ	全粥 カレー、あおのり、昆布だし汁 たまねぎ、にんじん、みそ、昆布だし汁 かぼちゃ、昆布だし汁
5 水	全粥 豆腐と野菜の旨煮 キャベツのみそ汁 きゅうりスティック	米 豆腐、たまねぎ、にんじん、はくさい、しょうゆ、片栗粉、昆布だし汁 キャベツ、みそ、昆布だし汁 きゅうり、昆布だし汁
6 木	全粥 鶏だんごのにんじんあんかけ こまつなスープ にんじんスティック	米 鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、片栗粉、昆布だし汁 こまつな、しょうゆ、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
7 金	全粥 豆腐としらすのコロコロ煮 たまねぎスープ ゆでいんげん	米 豆腐、しらす、にんじん、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 いんげん、昆布だし汁
8 土	しらす粥 具だくさん野菜のとろみ煮 バナナ	米、しらす たまねぎ、にんじん、キャベツ、みそ、片栗粉、昆布だし汁 バナナ
10 月	全粥 サケのソテー コロコロスープ 粉ふき芋	米 サケ、昆布だし汁 たまねぎ、にんじん、じゃがいも、しょうゆ、昆布だし汁 じゃがいも、昆布だし汁
11 火	にんじん粥 鶏ミンチと野菜のみそ煮 かぼちゃスープ きゅうりスティック	米、にんじん 鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、みそ、片栗粉、昆布だし汁 かぼちゃ、しょうゆ、昆布だし汁 きゅうり、昆布だし汁
12 水	全粥 豆腐の野菜あんかけ たまねぎのみそ汁 にんじんスティック	米 豆腐、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、片栗粉、昆布だし汁 たまねぎ、みそ、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
13 木	全粥 キャベツとたまねぎの柔らかのみそ炒め にんじんスープ ゆでかぼちゃ	米 鶏ミンチ、キャベツ、たまねぎ、みそ、昆布だし汁 にんじん、しょうゆ、昆布だし汁 かぼちゃ、昆布だし汁
14 金	全粥 具だくさん野菜の煮込みスープ かぼちゃのマッシュ ゆでいんげん	米 たまねぎ、にんじん、キャベツ、しょうゆ、昆布だし汁 かぼちゃ、昆布だし汁 いんげん、昆布だし汁
17 月	全粥 カレーの野菜あんかけ じゃがいものみそ汁 にんじんスティック	米 カレー、たまねぎ、キャベツ、しょうゆ、片栗粉、昆布だし汁 じゃがいも、みそ、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
18 火	全粥 ベビーマーボー豆腐 キャベツスープ 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、砂糖、片栗粉、昆布だし汁 キャベツ、しょうゆ、昆布だし汁 きゅうり、昆布だし汁
19 水	全粥 サケのソテー たまねぎあんかけ にんじんスープ バナナ	米 サケ、たまねぎ、しょうゆ、片栗粉、昆布だし汁 にんじん、しょうゆ、昆布だし汁 バナナ
20 木	にんじん粥 ジャーマンポテト風おやき トマトスープ 粉ふき芋	米、にんじん じゃがいも、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、片栗粉、昆布だし汁 トマト、しょうゆ、昆布だし汁 じゃがいも、昆布だし汁

離乳食献立表

2019年6月

離乳食後期(9~11ヶ月)

日 曜	献立	材 料 名
21 金	全粥 豆腐と野菜の煮物 にんじんスープ ゆでかぼちゃ	米 豆腐、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、片栗粉、昆布だし汁 にんじん、しょうゆ、昆布だし汁 かぼちゃ、昆布だし汁
22 土	しらす粥 鶏ミンチのと野菜の煮物 バナナ	米、しらす 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 バナナ
24 月	全粥 鮭の小松菜あんかけ たまねぎのみそ汁 にんじんスティック	米 さけ、にんじん、こまつな、しょうゆ、片栗粉、昆布だし汁 たまねぎ、みそ、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
25 火	全粥 鶏だんごのトマト煮 かぼちゃスープ きゅうりスティック	米 鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、トマトペースト、しょうゆ、片栗粉、昆布だし汁 かぼちゃ、しょうゆ、昆布だし汁 きゅうり、昆布だし汁
26 水	全粥 ベビーハンバーグ ころころスープ 粉ふき芋	米 鶏ミンチ、豆腐、たまねぎ、しょうゆ、片栗粉、昆布だし汁 にんじん、じゃがいも、しょうゆ、昆布だし汁 じゃがいも、昆布だし汁
27 木	全粥 カレイのにんじんあんかけ さつまいものみそ汁 ゆでいんげん	米 カレイ、にんじん、しょうゆ、片栗粉、昆布だし汁 さつまいも、みそ、昆布だし汁 いんげん、昆布だし汁
28 金	にんじん粥 しらすとたまねぎのトロみ煮 キャベツスープ りんご	米、にんじん しらす、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、片栗粉、昆布だし汁 キャベツ、昆布だし汁 りんご
29 土	しらす粥 たまねぎとにんじんの旨煮 バナナ	米、しらす 鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、片栗粉、昆布だし汁 バナナ

※材料の都合により献立を変更する場合がございます。