

離乳食献立表

2019年8月

離乳食初期(5~6ヶ月)

日 曜	献立	材 料 名
1 木	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(かぼちゃ・たまねぎ)	米 カレイ、昆布だし汁 かぼちゃ、たまねぎ、昆布だし汁
2 金	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(だいこん・にんじん)	米 豆腐、昆布だし汁 だいこん、にんじん、昆布だし汁
3 土	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(かぼちゃ・たまねぎ)	米 しらす、昆布だし汁 たまねぎ、かぼちゃ、昆布だし汁
5 月	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(にんじん・かぼちゃ)	米 カレイ、昆布だし汁 にんじん、かぼちゃ、昆布だし汁
6 火	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(たまねぎ・じゃがいも)	米 しらす、昆布だし汁 たまねぎ、じゃがいも、昆布だし汁
7 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
8 木	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(キャベツ・にんじん)	米 カレイ、昆布だし汁 キャベツ、にんじん、昆布だし汁
9 金	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
10 土	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
13 火	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(にんじん・かぼちゃ)	米 しらす、昆布だし汁 にんじん、かぼちゃ、昆布だし汁
14 水	にんじん粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(たまねぎ・かぼちゃ)	米 カレイ、昆布だし汁 たまねぎ、かぼちゃ、昆布だし汁
15 木	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
16 金	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(にんじん・かぼちゃ)	米 カレイ、昆布だし汁 にんじん、かぼちゃ、昆布だし汁
17 土	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
19 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
20 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

離乳食献立表

2019年8月

離乳食初期(5~6ヶ月)

日 曜	献立	材 料 名
21 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
22 木	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
23 金	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(にんじん・かぼちゃ)	米 豆腐、昆布だし汁 にんじん、かぼちゃ、昆布だし汁
24 土	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 月	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(こまつな・にんじん)	米 カレイ、昆布だし汁 こまつな、にんじん、昆布だし汁
27 火	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(キャベツ・たまねぎ)	米 豆腐、昆布だし汁 キャベツ、たまねぎ、昆布だし汁
28 水	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(にんじん・かぼちゃ)	米 カレイ、昆布だし汁 にんじん、かぼちゃ、昆布だし汁
29 木	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
30 金	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(はくさい・にんじん)	米 しらす、昆布だし汁 はくさい、にんじん、昆布だし汁
31 土	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 カレイ、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8月

離乳食中期(7~8ヶ月)

日 曜	献立	材 料 名
1 木	全粥 鶏ミンチと野菜のトマト煮込み 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
2 金	そばろ粥 大根と人参のスープ	米、鶏ミンチ、にんじん だいこん、にんじん、昆布だし汁
3 土	しらす粥 野菜のトロトロ煮	米、しらす たまねぎ、かぼちゃ、片栗粉、昆布だし汁
5 月	全粥 カレイの野菜あんかけ にんじんスープ	米 カレイ、いんげん、にんじん、片栗粉、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
6 火	全粥 ベビーハンバーグ たまねぎスープ	米 鶏ミンチ、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
7 水	全粥 豆腐と野菜のトマト煮込み にんじんスープ	米 豆腐、たまねぎ、にんじん、トマトペースト、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
8 木	全粥 野菜の炒め煮 かぼちゃスープ	米 鶏ミンチ、キャベツ、にんじん、昆布だし汁 かぼちゃ、昆布だし汁
9 金	全粥 ベビーマーボー豆腐 なすスープ	米 豆腐、たまねぎ、にんじん、片栗粉、昆布だし汁 なす、昆布だし汁
10 土	しらす粥 野菜のトロトロ煮	米、しらす たまねぎ、さといも、片栗粉、昆布だし汁
13 火	そばろ粥 里芋のマッシュ	米、鶏ミンチ さといも、昆布だし汁
14 水	にんじん粥 ブロッコリーのとろみ煮	米、にんじん ブロッコリー、たまねぎ、片栗粉、昆布だし汁
15 木	トマト粥 しらすと野菜の煮物	米、トマトペースト しらす、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁
16 金	全粥 鮭のソテー 具だくさんスープ	米 さけ、昆布だし汁 たまねぎ、にんじん、かぼちゃ、昆布だし汁
17 土	しらす粥 野菜のトロトロ煮	米、しらす たまねぎ、かぼちゃ、片栗粉、昆布だし汁
19 月	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 キャベツスープ	米 鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、昆布だし汁 キャベツ、昆布だし汁
20 火	全粥 豆腐の野菜あんかけ トマトスープ	米 豆腐、たまねぎ、にんじん、片栗粉、昆布だし汁 トマト、昆布だし汁

離乳食献立表

2019年8月

離乳食中期(7~8ヶ月)

日 曜	献立	材 料 名
21 水	全粥 ベビーコロッセ にんじんスープ	米 鶏ミンチ、じゃがいも、たまねぎ、片栗粉、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
22 木	全粥 カレイのさっぱりあんかけ かぼちゃスープ	米 カレイ、たまねぎ、にんじん、トマト、片栗粉、昆布だし汁 かぼちゃ、昆布だし汁
23 金	ビビンバ風野菜粥 具だくさんスープ	米、鶏ミンチ、ほうれんそう、にんじん たまねぎ、にんじん、かぼちゃ、昆布だし汁
24 土	しらす粥 野菜のトロトロ煮	米、しらす たまねぎ、さといも、片栗粉、昆布だし汁
26 月	全粥 鮭と小松菜の煮物 かぼちゃスープ	米 さけ、こまつな、たまねぎ、昆布だし汁 かぼちゃ、昆布だし汁
27 火	全粥 豆腐と人参のコロコロ煮 キャベツスープ	米 豆腐、にんじん、たまねぎ、昆布だし汁 キャベツ、昆布だし汁
28 水	ほうれんそう粥 きゅうりとにんじんの白和え風 かぼちゃスープ	米、ほうれんそう きゅうり、たまねぎ、豆腐、昆布だし汁 かぼちゃ、昆布だし汁
29 木	全粥 豆腐だんご野菜あんかけ たまねぎスープ	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
30 金	全粥 鶏ミンチの具だくさん煮物 なすスープ	米 鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁 なす、昆布だし汁
31 土	しらす粥 野菜のトロトロ煮	米、しらす たまねぎ、かぼちゃ、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8月

離乳食後期(9~11ヶ月)

日 曜	献立	材 料 名
1 木	全粥 鶏ミンチと野菜のトマト煮込み かぼちゃスープ にんじんスティック	米 鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、トマトペースト、片栗粉、しょうゆ、砂糖、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
2 金	そばろ粥 にんじんとだいこんのすまし汁 だいこんスティック	米、鶏ミンチ、にんじん にんじん、だいこん、しょうゆ、昆布だし汁 だいこん、昆布だし汁
3 土	しらす粥 野菜のトロトロ煮	米、しらす たまねぎ、かぼちゃ、片栗粉、しょうゆ、昆布だし汁
5 月	全粥 カレイの野菜あんかけ にんじんのすまし汁 ゆでいんげん	米 カレイ、いんげん、にんじん、片栗粉、しょうゆ、昆布だし汁 にんじん、しょうゆ、昆布だし汁 いんげん、昆布だし汁
6 火	全粥 ベビーハンバーグ たまねぎスープ 粉ふき芋	米 鶏ミンチ、豆腐、たまねぎ、にんじん、片栗粉、しょうゆ、昆布だし汁 たまねぎ、昆布だし汁 じゃがいも、昆布だし汁
7 水	全粥 豆腐と野菜のトマト煮込み にんじんスープ かぼちゃのマッシュ	米 豆腐、たまねぎ、にんじん、トマトペースト、しょうゆ、砂糖、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁 かぼちゃ、昆布だし汁
8 木	全粥 野菜の炒め煮 かぼちゃスープ ゆでいんげん	米 鶏ミンチ、キャベツ、にんじん、もやし、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
9 金	全粥 ベビーマーボー豆腐 なすスープ にんじんスティック	米 豆腐、たまねぎ、にんじん、片栗粉、みそ、しょうゆ、昆布だし汁 なす、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
10 土	しらす粥 野菜のトロトロ煮	米、しらす たまねぎ、さといも、片栗粉、しょうゆ、昆布だし汁
13 火	そばろ粥 里芋のマッシュ にんじんスティック	米、鶏ミンチ さといも、しょうゆ、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
14 水	にんじん粥 ブロッコリーのとろみ煮 オレンジ	米、にんじん ブロッコリー、たまねぎ、しょうゆ、片栗粉、昆布だし汁 オレンジ
15 木	トマト粥 しらすと野菜の煮物 にんじんスティック	米、トマトペースト しらす、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
16 金	全粥 鮭のソテー 具だくさんみそ汁 ゆでいんげん	米 さけ、昆布だし汁 たまねぎ、にんじん、かぼちゃ、みそ、昆布だし汁 いんげん、昆布だし汁
17 土	しらす粥 野菜のトロトロ煮	米、しらす たまねぎ、かぼちゃ、片栗粉、しょうゆ、昆布だし汁
19 月	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 キャベツスープ きゅうりスティック	米 鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、しょうゆ、昆布だし汁 キャベツ、昆布だし汁 きゅうり、昆布だし汁
20 火	全粥 豆腐の野菜あんかけ トマトスープ ゆでかぼちゃ	米 豆腐、たまねぎ、にんじん、片栗粉、しょうゆ、昆布だし汁 トマト、昆布だし汁 かぼちゃ、昆布だし汁

離乳食献立表

2019年8月

離乳食後期(9~11ヶ月)

日 曜	献立	材 料 名
21 水	全粥 ベビーコロッケ にんじんスープ じゃがいもスティック	米 鶏ミンチ、じゃがいも、たまねぎ、片栗粉、しょうゆ、砂糖、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁 じゃがいも、昆布だし汁
22 木	全粥 カレーのさっぱりあんかけ かぼちゃのみそ汁 ゆでいんげん	米 カレー、たまねぎ、にんじん、トマト、片栗粉、しょうゆ、昆布だし汁 かぼちゃ、みそ、昆布だし汁 いんげん、昆布だし汁
23 金	ビビンバ風野菜粥 具だくさんスープ きゅうりスティック	米、鶏ミンチ、ほうれんそう、にんじん たまねぎ、にんじん、かぼちゃ、もやし、昆布だし汁 きゅうり、昆布だし汁
24 土	全粥 野菜のトロトロ煮	米 たまねぎ、さといも、片栗粉、しょうゆ、昆布だし汁
26 月	全粥 鮭と小松菜のみそ煮 かぼちゃスープ にんじんスティック	米 さけ、こまつな、たまねぎ、片栗粉、みそ、昆布だし汁 かぼちゃ、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
27 火	全粥 豆腐と人参のコロコロ煮 キャベツスープ じゃがいもスティック	米 豆腐、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、昆布だし汁 キャベツ、昆布だし汁 じゃがいも、昆布だし汁
28 水	ほうれんそう粥 きゅうりとにんじんの白和え風 かぼちゃスープ きゅうりスティック	米、ほうれんそう きゅうり、にんじん、豆腐、しょうゆ、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁 かぼちゃ、昆布だし汁
29 木	全粥 豆腐だんご野菜あんかけ たまねぎのみそ汁 にんじんスティック	米 豆腐、鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、片栗粉、しょうゆ、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
30 金	全粥 鶏ミンチの具だくさん煮物 なすのみそ汁 バナナ	米 鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、昆布だし汁 なす、みそ、昆布だし汁 バナナ
31 土	しらす粥 野菜のトロトロ煮	米、しらす たまねぎ、かぼちゃ、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。