

離乳食献立表

2019年12月

離乳食初期(5~6ヶ月)

日 曜	献立	材 料 名
2 月	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
3 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
4 水	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
5 木	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 かれい、昆布だし汁 こまつな、にんじん、昆布だし汁
6 金	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
7 土	しらす粥 野菜ペースト(たまねぎ、かぼちゃ)	米、しらす たまねぎ、かぼちゃ、昆布だし汁
9 月	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(にんじん、たまねぎ)	米 カレイ、昆布だし汁 にんじん、たまねぎ、昆布だし汁
10 火	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
11 水	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
12 木	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
13 金	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(にんじん、たまねぎ)	米 カレイ、昆布だし汁 にんじん、たまねぎ、昆布だし汁
16 月	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
17 火	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(にんじん、ほうれんそう)	米 しらす、昆布だし汁 にんじん、ほうれんそう、昆布だし汁
18 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

離乳食献立表

2019年12月

離乳食初期(5~6ヶ月)

日 曜	献立	材 料 名
19 木	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
20 金	かぼちゃ粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(にんじん、たまねぎ)	米、かぼちゃ カレイ、昆布だし汁 にんじん、たまねぎ、昆布だし汁
21 土	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
23 月	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(にんじん、はくさい)	米 豆腐、昆布だし汁 にんじん、はくさい、昆布だし汁
24 火	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
25 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
26 木	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(だいこん、にんじん)	米 カレイ、昆布だし汁 だいこん、にんじん、昆布だし汁
27 金	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
28 土	しらす粥 野菜ペースト(たまねぎ、かぼちゃ)	米、しらす 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12月

離乳食後期(7~8ヶ月)

日 曜	献立	材 料 名
2 月	全粥 鶏肉と野菜の煮物 にんじんスープ	米 鶏ミンチ、たまねぎ、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
3 火	全粥 たらの野菜あんかけ ほうれんそうスープ	米 タラ、たまねぎ、にんじん、片栗粉、昆布だし汁 ほうれんそう、昆布だし汁
4 水	全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 だいこんスープ	米 鶏ミンチ、だいこん、にんじん、片栗粉、昆布だし汁 だいこん、昆布だし汁
5 木	具だくさん粥 小松菜スープ	米、豆腐、たまねぎ、はくさい こまつな、昆布だし汁
6 金	全粥 鮭の具だくさん煮物 たまねぎスープ	米 サケ、じゃがいも、にんじん、昆布だし汁 たまねぎ、昆布だし汁
7 土	しらす粥 かぼちゃのそぼろ煮	米、しらす 鶏ミンチ、たまねぎ、かぼちゃ、片栗粉、昆布だし汁
9 月	全粥 鮭の野菜あんかけ はくさいスープ	米 サケ、たまねぎ、にんじん、片栗粉、昆布だし汁 はくさい、昆布だし汁
10 火	全粥 豆腐と鶏ミンチの煮物 じゃがいもスープ	米 豆腐、鶏ミンチ、にんじん、昆布だし汁 じゃがいも、昆布だし汁
11 水	全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 キャベツスープ	米 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
12 木	全粥 豆腐の具だくさん煮物 だいこんスープ	米 豆腐、はくさい、にんじん、昆布だし汁 だいこん、昆布だし汁
13 金	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 にんじんスープ	米 鶏ミンチ、たまねぎ、キャベツ、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
16 月	全粥 鶏肉と野菜の煮物 にんじんスープ	米 鶏ミンチ、たまねぎ、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
17 火	全粥 たらの野菜あんかけ ほうれんそうスープ	米 タラ、たまねぎ、にんじん、片栗粉、昆布だし汁 ほうれんそう、昆布だし汁
18 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、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

離乳食献立表

2019年12月

離乳食中期(7~8ヶ月)

日 曜	献立	材 料 名
19 木	全粥 豆腐の具たくさん煮物 こまつなスープ	米 豆腐、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁 こまつな、昆布だし汁
20 金	全粥 鶏ミンチの具たくさん煮物 たまねぎスープ	米 鶏ミンチ、かぼちゃ、にんじん、昆布だし汁 たまねぎ、昆布だし汁
21 土	しらす粥 かぼちゃのそぼろ煮	米、しらす 鶏ミンチ、たまねぎ、かぼちゃ、片栗粉、昆布だし汁
23 月	全粥 鮭の野菜あんかけ はくさいスープ	米 サケ、たまねぎ、にんじん、片栗粉、昆布だし汁 はくさい、昆布だし汁
24 火	全粥 豆腐と鶏ミンチの煮物 たまねぎスープ	米 豆腐、鶏ミンチ、にんじん、昆布だし汁 たまねぎ、昆布だし汁
25 水	全粥 豆腐の具たくさん煮物 キャベツスープ	米 豆腐、じゃがいも、にんじん、昆布だし汁 キャベツ、昆布だし汁
26 木	全粥 鮭と野菜の煮物 だいこんスープ	米 鮭、はくさい、にんじん、昆布だし汁 だいこん、昆布だし汁
27 金	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 にんじんスープ	米 鶏ミンチ、たまねぎ、キャベツ、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
28 土	しらす粥 かぼちゃのそぼろ煮	米、しらす 鶏ミンチ、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12月

離乳食後期(9~11ヶ月)

日 曜	献立	材 料 名
2 月	全粥 鶏肉と野菜の煮物 にんじんのみそ汁 ゆでいんげん	米 鶏ミンチ、たまねぎ、しょうゆ、昆布だし汁 にんじん、みそ、昆布だし汁 いんげん、昆布だし汁
3 火	全粥 たらの野菜あんかけ ほうれんそうのみそ汁 にんじんスティック	米 タラ、たまねぎ、にんじん、片栗粉、しょうゆ、昆布だし汁 ほうれんそう、みそ、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
4 水	全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 だいこんスープ ゆでいんげん	米 鶏ミンチ、だいこん、にんじん、片栗粉、しょうゆ、昆布だし汁 だいこん、昆布だし汁 いんげん、昆布だし汁
5 木	具だくさん粥 小松菜のみそ汁 にんじんスティック	米、豆腐、たまねぎ、はくさい こまつな、みそ、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
6 金	全粥 鮭の具だくさん煮物 たまねぎのみそ汁 ゆでブロッコリー	米 サケ、じゃがいも、にんじん、しょうゆ、昆布だし汁 たまねぎ、みそ、昆布だし汁 ブロッコリー、昆布だし汁
7 土	しらす粥 かぼちゃのそぼろ煮	米、しらす 鶏ミンチ、たまねぎ、かぼちゃ、片栗粉、しょうゆ、昆布だし汁
9 月	全粥 鮭の野菜あんかけ はくさいスープ だいこんスティック	米 サケ、だいこん、にんじん、片栗粉、しょうゆ、昆布だし汁 はくさい、昆布だし汁 だいこん、昆布だし汁
10 火	全粥 豆腐と鶏ミンチの煮物 じゃがいものみそ汁 きゅうりスティック	米 豆腐、鶏ミンチ、にんじん、しょうゆ、昆布だし汁 じゃがいも、みそ、昆布だし汁 きゅうり、昆布だし汁
11 水	全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 キャベツのみそ汁 にんじんスティック	米 鶏ミンチ、たまねぎ、片栗粉、しょうゆ、昆布だし汁 キャベツ、みそ、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
12 木	全粥 豆腐の具だくさん煮物 だいこんのみそ汁 ゆでいんげん	米 豆腐、はくさい、にんじん、しょうゆ、昆布だし汁 だいこん、みそ、昆布だし汁 いんげん、昆布だし汁
13 金	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 にんじんスープ きゅうりスティック	米 鶏ミンチ、たまねぎ、キャベツ、しょうゆ、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁 きゅうり、昆布だし汁
16 月	全粥 鶏肉と野菜の煮物 にんじんのみそ汁 ゆでいんげん	米 鶏ミンチ、たまねぎ、しょうゆ、昆布だし汁 にんじん、みそ、昆布だし汁 いんげん、昆布だし汁
17 火	全粥 たらの野菜あんかけ ほうれんそうのみそ汁 にんじんスティック	米 タラ、たまねぎ、にんじん、片栗粉、しょうゆ、昆布だし汁 ほうれんそう、みそ、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
18 水	全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 だいこんスープ ゆでいんげん	米 鶏ミンチ、だいこん、にんじん、片栗粉、しょうゆ、昆布だし汁 だいこん、昆布だし汁 いんげん、昆布だし汁

離乳食献立表

2019年12月

離乳食後期(9~11ヶ月)

日 曜	献立	材 料 名
19 木	全粥 豆腐の具たくさん煮物 こまつなのみそ汁 にんじんスティック	米 豆腐、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、昆布だし汁 こまつな、みそ、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
20 金	全粥 鶏ミンチの具たくさん煮物 たまねぎのみそ汁 ゆでブロッコリー	米 鶏ミンチ、かぼちゃ、にんじん、しょうゆ、昆布だし汁 たまねぎ、みそ、昆布だし汁 ブロッコリー、昆布だし汁
21 土	しらす粥 かぼちゃのそぼろ煮	米、しらす 鶏ミンチ、たまねぎ、かぼちゃ、片栗粉、しょうゆ、昆布だし汁
23 月	全粥 鮭の野菜あんかけ はくさいスープ だいこんスティック	米 サケ、だいこん、にんじん、片栗粉、しょうゆ、昆布だし汁 はくさい、昆布だし汁 だいこん、昆布だし汁
24 火	全粥 豆腐と鶏ミンチの煮物 たまねぎのみそ汁 ゆでいんげん	米 豆腐、鶏ミンチ、にんじん、しょうゆ、昆布だし汁 たまねぎ、みそ、昆布だし汁 いんげん、昆布だし汁
25 水	全粥 豆腐の具たくさん煮物 キャベツのみそ汁 きゅうりスティック	米 豆腐、じゃがいも、にんじん、しょうゆ、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
26 木	全粥 鮭と野菜の煮物 だいこんのみそ汁 にんじんスティック	米 鮭、はくさい、にんじん、しょうゆ、昆布だし汁 だいこん、みそ、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
27 金	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 にんじんスープ きゅうりスティック	米 鶏ミンチ、たまねぎ、キャベツ、しょうゆ、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁 きゅうり、昆布だし汁
28 土	しらす粥 かぼちゃのそぼろ煮	米、しらす 鶏ミンチ、たまねぎ、かぼちゃ、片栗粉、しょうゆ、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。