

離乳食献立表

2020年2月

離乳食後期(5~6ヶ月)

日 曜	献立	材 料 名
1 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
3 月	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(だいこん、にんじん)	米 しらす、昆布だし汁 だいこん、にんじん、昆布だし汁
4 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
5 水	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
6 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
7 金	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
8 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
10 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
12 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
13 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
14 金	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(じゃがいも、たまねぎ)	米 カレイ、昆布だし汁 じゃがいも、たまねぎ、昆布だし汁
15 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
17 月	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(にんじん、はくさい)	米 しらす、昆布だし汁 にんじん、はくさい、昆布だし汁
18 火	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

2020年2月

離乳食後期(5~6ヶ月)

日 曜	献立	材 料 名
19 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
20 木	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
21 金	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(じゃがいも、たまねぎ)	米 しらす、昆布だし汁 じゃがいも、たまねぎ、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)	米、しらす たまねぎ、かぼちゃ、昆布だし汁
25 火	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(にんじん、だいこん)	米 カレイ、昆布だし汁 にんじん、だいこん、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、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
27 木	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(ほうれんそう、にんじん)	米 カレイ、昆布だし汁 ほうれんそう、にんじん、昆布だし汁
28 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
29 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

2020年2月

離乳食中期(7~8ヶ月)

日 曜	献立	材 料 名
1 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
3 月	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、たまねぎ、にんじん、片栗粉、昆布だし汁 だいこん、昆布だし汁
4 火	全粥 豆腐のそぼろ煮 たまねぎスープ	米 鶏ミンチ、豆腐、チンゲンサイ、片栗粉、昆布だし汁 たまねぎ、昆布だし汁
5 水	全粥 鶏じゃが煮 にんじんスープ	米 鶏ミンチ、じゃがいも、片栗粉、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
6 木	全粥 鮭の具だくさん煮物 キャベツスープ	米 サケ、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁 キャベツ、昆布だし汁
7 金	具だくさん粥 じゃがいもスープ	米、鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん じゃがいも、昆布だし汁
8 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
10 月	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 はくさいスープ	米 鶏ミンチ、にんじん、たまねぎ、昆布だし汁 はくさい、昆布だし汁
12 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
13 木	全粥 鮭の野菜あんかけ にんじんスープ	米 サケ、ほうれんそう、たまねぎ、片栗粉、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
14 金	具だくさん粥 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 キャベツ、昆布だし汁
15 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
17 月	全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 はくさいスープ	米 鶏ミンチ、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
18 火	全粥 豆腐のそぼろ煮 たまねぎスープ	米 鶏ミンチ、豆腐、チンゲンサイ、片栗粉、昆布だし汁 たまねぎ、昆布だし汁

離乳食献立表

2020年2月

離乳食中期(7~8ヶ月)

日 曜	献立	材 料 名
19 水	全粥 鶏じゃが煮 にんじんスープ	米 鶏ミンチ、じゃがいも、片栗粉、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
20 木	全粥 鮭の野菜あんかけ キャベツスープ	米 サケ、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
21 金	具だくさん粥 じゃがいもスープ	米、鶏ミンチ、にんじん、たまねぎ じゃがいも、昆布だし汁
22 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
25 火	全粥 豆腐と野菜の煮物 はくさいスープ	米 豆腐、にんじん、たまねぎ、昆布だし汁 はくさい、昆布だし汁
26 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
27 木	全粥 鮭の野菜あんかけ たまねぎスープ	米 サケ、ほうれんそう、にんじん、片栗粉、昆布だし汁 たまねぎ、昆布だし汁
28 金	具だくさん粥 にんじんスープ	米、鶏ミンチ、たまねぎ、キャベツ にんじん、昆布だし汁
29 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

2020年2月

離乳食後期(9~11ヶ月)

日 曜	献立	材 料 名
1 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
3 月	全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 だいこんのみそ汁 きゅうりスティック	米 鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、片栗粉、しょうゆ、昆布だし汁 だいこん、みそ、昆布だし汁 きゅうり、昆布だし汁
4 火	全粥 豆腐のそぼろ煮 たまねぎのみそ汁 にんじんスティック	米 鶏ミンチ、豆腐、チンゲンサイ、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
5 水	全粥 鶏じゃが煮 にんじのみそ汁 ゆでいんげん	米 鶏ミンチ、じゃがいも、片栗粉、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
6 木	全粥 鮭の具だくさん煮物 キャベツのみそ汁 きゅうりスティック	米 サケ、たまねぎ、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
7 金	具だくさん粥 じゃがいものみそ汁 ゆでブロッコリー	米、鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん じゃがいも、みそ、昆布だし汁 ブロッコリー、昆布だし汁
8 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
10 月	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 はくさいのみそ汁 じゃがいもスティック	米 鶏ミンチ、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、昆布だし汁 はくさい、みそ、昆布だし汁 じゃがいも、昆布だし汁
12 水	全粥 鶏ミンチと野菜のみそ煮 キャベツスープ にんじんスティック	米 鶏ミンチ、たまねぎ、片栗粉、みそ、昆布だし汁 キャベツ、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
13 木	全粥 鮭の野菜あんかけ にんじのみそ汁 ゆでいんげん	米 サケ、ほうれんそう、たまねぎ、片栗粉、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
14 金	具だくさん粥 キャベツのみそ汁 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 キャベツ、みそ、昆布だし汁 きゅうり、昆布だし汁
15 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
17 月	全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 はくさいのみそ汁 じゃがいもスティック	米 鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、片栗粉、しょうゆ、昆布だし汁 はくさい、みそ、昆布だし汁 じゃがいも、昆布だし汁
18 火	全粥 豆腐のそぼろ煮 たまねぎのみそ汁 にんじんスティック	米 鶏ミンチ、豆腐、チンゲンサイ、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

離乳食献立表

2020年2月

離乳食後期(9~11ヶ月)

日 曜	献立	材 料 名
19 水	全粥 鶏じゃが煮 にんじんのみそ汁 ゆでいんげん	米 鶏ミンチ、じゃがいも、片栗粉、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
20 木	全粥 鮭の野菜あんかけ キャベツのみそ汁 きゅうりスティック	米 サケ、たまねぎ、にんじん、片栗粉、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
21 金	具だくさん粥 じゃがいものみそ汁 にんじんスティック	米、鶏ミンチ、にんじん、たまねぎ じゃがいも、みそ、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
22 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
25 火	全粥 豆腐と野菜の煮物 はくさいのみそ汁 だいこんスティック	米 豆腐、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、昆布だし汁 はくさい、みそ、昆布だし汁 だいこん、昆布だし汁
26 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
27 木	全粥 鮭の野菜あんかけ たまねぎのみそ汁 ゆでいんげん	米 サケ、ほうれんそう、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 いんげん、昆布だし汁
28 金	具だくさん粥 にんじんのみそ汁 きゅうりスティック	米、鶏ミンチ、たまねぎ、キャベツ にんじん、みそ、昆布だし汁 きゅうり、昆布だし汁
29 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。