

# 離乳食献立表

2021年1月 フジオひまわり保育園

離乳食後期(9~11ヵ月)

日曜	献立	材料名
4月	全粥 鮭と野菜の煮物 豆腐のみそ汁 ゆでいんげん	米 鮭、かぼちゃ、しょうゆ、かつおだし汁 豆腐、みそ、かつおだし汁 いんげん、かつおだし汁
5火	全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 はくさいのみそ汁 だいこんスティック	米 鶏ミンチ、にんじん、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 はくさい、みそ、かつおだし汁 だいこん、かつおだし汁
6水	具だくさん雑炊 たまねぎのみそ汁 ゆでキャベツ	米、鶏ミンチ、にんじん、はくさい、しょうゆ、かつおだし汁 たまねぎ、みそ、かつおだし汁 キャベツ、かつおだし汁
7木	全粥 鶏ミンチと豆腐のトロトロ煮 かぼちゃのみそ汁 ゆでブロッコリー	米 鶏ミンチ、豆腐、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 かぼちゃ、しょうゆ、かつおだし汁 ブロッコリー、かつおだし汁
8金	具だくさん雑炊 ほうれんそうのみそ汁 ゆでいんげん	米、鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 ほうれんそう、みそ、かつおだし汁 いんげん、かつおだし汁
9土	しらす粥 かぼちゃのそぼろ煮	米、しらす 鶏ミンチ、かぼちゃ、たまねぎ、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁
12火	全粥 カレーと野菜のトロトロ煮 たまねぎのみそ汁 ゆでかぼちゃ	米 カレー、にんじん、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 たまねぎ、みそ、かつおだし汁 かぼちゃ、かつおだし汁
13水	全粥 鶏ミンチと豆腐の煮物 にんじのみそ汁 ゆでキャベツ	米 鶏ミンチ、豆腐、しょうゆ、かつおだし汁 にんじん、みそ、かつおだし汁 キャベツ、かつおだし汁
14木	具だくさん雑炊 じゃがいものみそ汁 きゅうりスティック	米、鶏ミンチ、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、かつおだし汁 じゃがいも、みそ、かつおだし汁 きゅうり、かつおだし汁
15金	全粥 鮭の野菜あんかけ はくさいのみそ汁 にんじんスティック	米 鮭、たまねぎ、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 はくさい、みそ、かつおだし汁 にんじん、かつおだし汁
16土	しらす粥 かぼちゃのそぼろ煮	米、しらす 鶏ミンチ、かぼちゃ、たまねぎ、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁
18月	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 にんじのみそ汁 だいこんスティック	米 鶏ミンチ、たまねぎ、しょうゆ、かつおだし汁 にんじん、みそ、かつおだし汁 だいこん、かつおだし汁
19火	具だくさん雑炊 かぼちゃのみそ汁 きゅうりスティック	米、鶏ミンチ、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、かつおだし汁 かぼちゃ、みそ、かつおだし汁 きゅうり、かつおだし汁
20水	柔らかスパゲティ 野菜スティック	スパゲティ、鶏ミンチ、たまねぎ、こまつな、しょうゆ、かつおだし汁 ブロッコリー、にんじん、かつおだし汁

※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

2021年1月 フジオひまわり保育園

離乳食後期(9~11ヵ月)

日曜	献立	材料名	午後おやつ
21 木	全粥 鶏ミンチと野菜のトマト煮 キャベツのみそ汁 きゅうりスティック	米 鶏ミンチ、にんじん、トマトピューレ、かつおだし汁 キャベツ、みそ、かつおだし汁 きゅうり、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
22 金	全粥 カレーと野菜の煮物 こまつなのみそ汁 にんじんスティック	米 カレー、たまねぎ、しょうゆ、かつおだし汁 こまつな、みそ、かつおだし汁 にんじん、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
23 土	しらす粥 かぼちゃのそぼろ煮	米、しらす 鶏ミンチ、かぼちゃ、たまねぎ、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
25 月	全粥 鮭と豆腐の煮物 たまねぎのみそ汁 にんじんスティック	米 鮭、豆腐、しょうゆ、かつおだし汁 たまねぎ、みそ、かつおだし汁 にんじん、かつおだし汁	ベビーおやき
26 火	具だくさん雑炊 豆腐のみそ汁 ゆでいんげん	米、鶏ミンチ、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、かつおだし汁 豆腐、みそ、かつおだし汁 いんげん、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
27 水	全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 はくさいのみそ汁 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、かつおだし汁 はくさい、みそ、かつおだし汁 にんじん、かつおだし汁	バナナスティック
28 木	全粥 カレーの野菜あんかけ たまねぎのみそ汁 だいこんスティック	米 カレー、にんじん、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 たまねぎ、みそ、かつおだし汁 だいこん、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
29 金	具だくさん雑炊 豆腐のみそ汁 きゅうりスティック	米、鶏ミンチ、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、かつおだし汁 豆腐、みそ、かつおだし汁 きゅうり、かつおだし汁	りんごスティック
30 土	しらす粥 かぼちゃのそぼろ煮	米、しらす 鶏ミンチ、かぼちゃ、たまねぎ、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい

※材料の都合により献立を変更する場合がございます。

※午前のおやつは赤ちゃんせんべいとなっております。

# 離乳食献立表

2021年1月 フジオひまわり保育園

離乳食中期 (7~8ヵ月)

日曜	献立	材料名
4月	全粥 鮭と野菜の煮物 豆腐スープ	米 鮭、かぼちゃ、昆布だし汁 豆腐、昆布だし汁
5火	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、にんじん、片栗粉、昆布だし汁 はくさい、昆布だし汁
6水	具だくさん雑炊 たまねぎスープ	米、鶏ミンチ、にんじん、はくさい、昆布だし汁 たまねぎ、昆布だし汁
7木	全粥 鶏ミンチと豆腐のトロトロ煮 かぼちゃスープ	米 鶏ミンチ、豆腐、片栗粉、昆布だし汁 かぼちゃ、昆布だし汁
8金	具だくさん雑炊 ほうれんそうスープ	米、鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁 ほうれんそう、昆布だし汁
9土	しらす粥 かぼちゃのそぼろ煮	米、しらす 鶏ミンチ、かぼちゃ、たまねぎ、片栗粉、昆布だし汁
12火	全粥 カレイと野菜のトロトロ煮 たまねぎスープ	米 カレイ、にんじん、片栗粉、昆布だし汁 たまねぎ、昆布だし汁
13水	全粥 鶏ミンチと豆腐の煮物 にんじんスープ	米 鶏ミンチ、豆腐、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
14木	具だくさん雑炊 じゃがいもスープ	米、鶏ミンチ、にんじん、たまねぎ、昆布だし汁 じゃがいも、昆布だし汁
15金	全粥 鮭の野菜あんかけ はくさいスープ	米 鮭、たまねぎ、片栗粉、昆布だし汁 はくさい、昆布だし汁
16土	しらす粥 かぼちゃのそぼろ煮	米、しらす 鶏ミンチ、かぼちゃ、たまねぎ、片栗粉、昆布だし汁
18月	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、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
19火	具だくさん雑炊 かぼちゃスープ	米、鶏ミンチ、にんじん、たまねぎ、昆布だし汁 かぼちゃ、昆布だし汁
20水	柔らかスパゲティ 野菜の煮物	スパゲティ、鶏ミンチ、たまねぎ、こまつな、昆布だし汁 ブロッコリー、にんじん、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

2021年1月 フジオひまわり保育園

離乳食中期(7~8ヵ月)

日曜	献立	材料名	午後おやつ
21 木	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 キャベツスープ	米 鶏ミンチ、にんじん、昆布だし汁 キャベツ、昆布だし汁	ハイハイ
22 金	全粥 カレーと野菜の煮物 こまつなスープ	米 カレー、たまねぎ、昆布だし汁 こまつな、昆布だし汁	ハイハイ
23 土	しらす粥 かぼちゃのそぼろ煮	米、しらす 鶏ミンチ、かぼちゃ、たまねぎ、片栗粉、昆布だし汁	ハイハイ
25 月	全粥 鮭と豆腐の煮物 たまねぎスープ	米 鮭、豆腐、昆布だし汁 たまねぎ、昆布だし汁	ふかしいも
26 火	具だくさん雑炊 豆腐スープ	米、鶏ミンチ、にんじん、たまねぎ、昆布だし汁 豆腐、昆布だし汁	ハイハイ
27 水	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、片栗粉、昆布だし汁 はくさい、昆布だし汁	バナナ煮
28 木	全粥 カレーの野菜あんかけ たまねぎスープ	米 カレー、にんじん、片栗粉、昆布だし汁 たまねぎ、昆布だし汁	ハイハイ
29 金	具だくさん雑炊 豆腐スープ	米、鶏ミンチ、にんじん、たまねぎ、昆布だし汁 豆腐、昆布だし汁	りんご煮
30 土	しらす粥 かぼちゃのそぼろ煮	米、しらす 鶏ミンチ、かぼちゃ、たまねぎ、片栗粉、昆布だし汁	ハイハイ

※材料の都合により献立を変更する場合がございます。

※午前のおやつはハイハイとなっております。

# 離乳食献立表

2021年1月 フジオひまわり保育園

離乳食初期 (5~6ヵ月)

日 曜	献立	材料名
4 月	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(かぼちゃ)	米 豆腐、昆布だし汁 かぼちゃ、昆布だし汁
5 火	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(にんじん、はくさい)	米 カレイ、昆布だし汁 にんじん、はくさい、昆布だし汁
6 水	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
7 木	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(かぼちゃ、たまねぎ)	米 豆腐、昆布だし汁 かぼちゃ、たまねぎ、昆布だし汁
8 金	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(にんじん、ほうれんそう)	米 カレイ、昆布だし汁 にんじん、ほうれんそう、昆布だし汁
9 土	しらす粥 野菜ペースト(かぼちゃ、たまねぎ)	米、しらす かぼちゃ、たまねぎ、昆布だし汁
12 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
13 水	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
14 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
15 金	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(たまねぎ、はくさい)	米 しらす、昆布だし汁 たまねぎ、はくさい、昆布だし汁
16 土	しらす粥 野菜ペースト(かぼちゃ、たまねぎ)	米、しらす かぼちゃ、たまねぎ、昆布だし汁
18 月	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(たまねぎ、だいこん)	米 豆腐、昆布だし汁 たまねぎ、だいこん、昆布だし汁
19 火	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
20 水	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 こまつな、たまねぎ、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

2021年1月 フジオひまわり保育園

離乳食初期 (5~6ヵ月)

日 曜	献立	材料名
2 1 木	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
2 2 金	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(にんじん、こまつな)	米 カレイ、昆布だし汁 にんじん、こまつな、昆布だし汁
2 3 土	しらす粥 野菜ペースト(かぼちゃ、たまねぎ)	米、しらす かぼちゃ、たまねぎ、昆布だし汁
2 5 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
2 6 火	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(たまねぎ、ほうれんそう)	米 カレイ、昆布だし汁 たまねぎ、ほうれんそう、昆布だし汁
2 7 水	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(たまねぎ、はくさい)	米 しらす、昆布だし汁 たまねぎ、はくさい、昆布だし汁
2 8 木	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
2 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
3 0 土	しらす粥 野菜ペースト(かぼちゃ、たまねぎ)	米、しらす かぼちゃ、たまねぎ、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。

※午前・午後ともにおやつはハイハインとなっております。