

# 離乳食献立表

2021年3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
1月	全粥 鶏ミンチと野菜のトマト煮 たまねぎのみそ汁 じゃがいもスティック	米 鶏ミンチ、ブロッコリー、トマトピューレ、かつおだし汁 たまねぎ、みそ、かつおだし汁 じゃがいも、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
2火	全粥 カレイの野菜あんかけ ほうれんそうのみそ汁 にんじんスティック	米 カレイ、たまねぎ、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 ほうれんそう、みそ、かつおだし汁 にんじん、かつおだし汁	キャベツ粥
3水	鮭雑炊 豆腐のみそ汁 ゆでいんげん	米、鮭、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
4木	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 はくさいのみそ汁 ゆでキャベツ	米 鶏ミンチ、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 はくさい、みそ、かつおだし汁 キャベツ、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
5金	全粥 ベビーマーボー豆腐 にんじんのすまし汁 きゅうりスティック	米 鶏ミンチ、豆腐、たまねぎ、片栗粉、みそ、かつおだし汁 にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 きゅうり、かつおだし汁	ベビーおやき
6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
8月	全粥 鮭の野菜あんかけ にんじのみそ汁 きゅうりスティック	米 サケ、たまねぎ、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 にんじん、みそ、かつおだし汁 きゅうり、かつおだし汁	にんじん粥
9火	全粥 ベビー松風焼き こまつなのすまし汁 にんじんスティック	米 鶏ミンチ、たまねぎ、豆腐、片栗粉、みそ、かつおだし汁 こまつな、しょうゆ、かつおだし汁 にんじん、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
10水	具だくさん雑炊 たまねぎのみそ汁 ゆでいんげん	米、鶏ミンチ、はくさい、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 たまねぎ、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
11木	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 だいこんのみそ汁 ゆでブロッコリー	米 鶏ミンチ、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 だいこん、みそ、かつおだし汁 ブロッコリー、かつおだし汁	ほうれんそう粥
12金	全粥 カレイの野菜あんかけ ほうれんそうのみそ汁 ゆでいんげん	米 カレイ、にんじん、片栗粉、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	ベビーおやき
13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
15月	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 にんじのみそ汁 ゆでかぼちゃ	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 かぼちゃ、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
16火	具だくさん雑炊 たまねぎのみそ汁 ゆでいんげん	米、鶏ミンチ、にんじん、ブロッコリー、しょうゆ、かつおだし汁 たまねぎ、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
17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、かつおだし汁 キャベツ、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

※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3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
18 木	全粥 カレーと野菜の煮物 にんじんのみそ汁 ゆでかぼちゃ	米 カレー、こまつな、しょうゆ、かつおだし汁 にんじん、みそ、かつおだし汁 かぼちゃ、かつおだし汁	にんじん粥
19 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	赤ちゃんせんべい
22 月	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 サケ、こまつな、しょうゆ、かつおだし汁 だいこん、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 火	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、たまねぎ、にんじん、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	赤ちゃんせんべい
24 水	全粥 鶏ミンチと野菜のトマト煮 たまねぎのみそ汁 だいこんスティック	米 鶏ミンチ、じゃがいも、トマトピューレ、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	りんごスティック
25 木	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、キャベツ、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	赤ちゃんせんべい
26 金	具だくさん雑炊 豆腐のみそ汁 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 豆腐、みそ、かつおだし汁 いんげん、かつおだし汁	バナナスティック
27 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
29 月	全粥 カレーと野菜の煮物 はくさいのみそ汁 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 はくさい、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
30 火	柔らかスパゲティ ゆでブロッコリー	スパゲティ、鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、 かつおだし汁 ブロッコリー、かつおだし汁	しらす粥
31 水	具だくさん雑炊 豆腐のみそ汁 さつまいもスティック	米、鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 豆腐、みそ、かつおだし汁 さつまいも、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3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
1月	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 たまねぎスープ	米 鶏ミンチ、ブロッコリー、昆布だし汁 たまねぎ、昆布だし汁	ハイハイ
2火	全粥 カレイの野菜あんかけ ほうれんそうスープ	米 カレイ、たまねぎ、片栗粉、昆布だし汁 ほうれんそう、昆布だし汁	キャベツ粥
3水	鮭雑炊 豆腐スープ	米、鮭、にんじん、たまねぎ、昆布だし汁 豆腐、昆布だし汁	ハイハイ
4木	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、昆布だし汁 はくさい、昆布だし汁	ハイハイ
5金	全粥 鶏ミンチと豆腐のトロトロ煮 にんじんスープ	米 鶏ミンチ、豆腐、たまねぎ、片栗粉、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁	さつまいも煮
6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
8月	全粥 鮭の野菜あんかけ 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	にんじん粥
9火	全粥 ベビー松風焼き こまつなスープ	米 鶏ミンチ、たまねぎ、豆腐、片栗粉、昆布だし汁 こまつな、昆布だし汁	ハイハイ
10水	具だくさん雑炊 たまねぎスープ	米、鶏ミンチ、はくさい、にんじん、昆布だし汁 たまねぎ、昆布だし汁	ハイハイ
11木	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 だいこんスープ	米 鶏ミンチ、にんじん、昆布だし汁 だいこん、昆布だし汁	ほうれんそう粥
12金	全粥 カレイの野菜あんかけ ほうれんそうスープ	米 カレイ、にんじん、片栗粉、昆布だし汁 ほうれんそう、昆布だし汁	さつまいも煮
13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
15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	ハイハイ
16火	具だくさん雑炊 たまねぎスープ	米、鶏ミンチ、にんじん、ブロッコリー、昆布だし汁 たまねぎ、昆布だし汁	ハイハイ
17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	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3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
18 木	全粥 カレーと野菜の煮物 にんじんスープ	米 カレー、こまつな、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁	にんじん粥
19 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	ハイハイ
22 月	全粥 鮭と野菜の煮物 だいこんスープ	米 サケ、こまつな、昆布だし汁 だいこん、昆布だし汁	ハイハイ
23 火	具だくさん雑炊 じゃがいもスープ	米、鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁 じゃがいも、昆布だし汁	ハイハイ
24 水	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 たまねぎスープ	米 鶏ミンチ、じゃがいも、昆布だし汁 たまねぎ、昆布だし汁	りんご煮
25 木	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、キャベツ、片栗粉、昆布だし汁 はくさい、昆布だし汁	ハイハイ
26 金	具だくさん雑炊 豆腐スープ	米、鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁 豆腐、昆布だし汁	バナナ煮
27 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
29 月	全粥 カレーと野菜の煮物 はくさいスープ	米 カレー、たまねぎ、昆布だし汁 はくさい、昆布だし汁	ハイハイ
30 火	柔らかスパゲティ ゆでブロッコリー	スパゲティ、鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁 ブロッコリー、昆布だし汁	しらす粥
31 水	具だくさん雑炊 豆腐スープ	米、鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁 豆腐、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3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
1月	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(ブロッコリー、たまねぎ)	米 豆腐、昆布だし汁 ブロッコリー、たまねぎ、昆布だし汁
2火	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(ほうれんそう、たまねぎ)	米 カレイ、昆布だし汁 ほうれんそう、たまねぎ、昆布だし汁
3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
4木	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
5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
6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
8月	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
9火	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(こまつな、たまねぎ)	米 豆腐、昆布だし汁 こまつな、たまねぎ、昆布だし汁
10水	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
11木	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(にんじん、だいこん)	米 豆腐、昆布だし汁 にんじん、だいこん、昆布だし汁
12金	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
13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
15月	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
16火	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(ブロッコリー、たまねぎ)	米 豆腐、昆布だし汁 ブロッコリー、たまねぎ、昆布だし汁
17水	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

※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。

# 離乳食献立表

2021年3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
18 木	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(こまつな、にんじん)	米 しらす、昆布だし汁 こまつな、にんじん、昆布だし汁
19 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 月	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(こまつな、だいこん)	米 カレイ、昆布だし汁 こまつな、だいこん、昆布だし汁
23 火	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
24 水	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
25 木	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
26 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
27 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
29 月	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(たまねぎ、はくさい)	米 カレイ、昆布だし汁 たまねぎ、はくさい、昆布だし汁
30 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
31 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

※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。