

離乳食献立表

2022年7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 金	具だくさん雑炊 すまし汁(ほうれんそう、しいたけ) ゆでいんげん	米、鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、みそ、かつおだし汁 ほうれんそう、しいたけ、しょうゆ、かつおだし汁 いんげん、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
2 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
4 月	全粥 鮭と野菜のみそ煮 すまし汁(たまねぎ、ひじき) にんじんスティック	米 鮭、こまつな、みそ、かつおだし汁 たまねぎ、ひじき、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
5 火	具だくさん雑炊 みそ汁(豆腐、はくさい) 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 豆腐、はくさい、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
6 水	全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 みそ汁(キャベツ、もやし) さつまいもスティック	米 鶏ミンチ、たまねぎ、しょうゆ、片栗粉、かつおだし汁 キャベツ、もやし、みそ、かつおだし汁 さつまいも、かつおだし汁	しらす粥
7 木	具だくさん雑炊 みそ汁(キャベツ、かぼちゃ) バナナステック	米、しらす、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、かつおだし汁 キャベツ、かぼちゃ、みそ、かつおだし汁 バナナ	柔らかそうめん (にんじん)
8 金	全粥 カレイの野菜あんかけ みそ汁(もやし、にんじん) だいこんスティック	米 カレイ、こまつな、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 もやし、にんじん、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
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	赤ちゃんせんべい
11 月	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 みそ汁(はくさい、たまねぎ) 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 はくさい、たまねぎ、みそ、かつおだし汁 ブロッコリー、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
12 火	全粥 ベビーコロッケ みそ汁(だいこん、にんじん) ゆでキャベツ	米 鶏ミンチ、かぼちゃ、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 だいこん、にんじん、みそ、かつおだし汁 キャベツ、かつおだし汁	パン粥
13 水	全粥 鯖のみぞれ煮 みそ汁(はくさい、なす) にんじんスティック	米 鯖、だいこん、しょうゆ、片栗粉、かつおだし汁 はくさい、なす、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
14 木	全粥 しらすの野菜あんかけ みそ汁(にんじん、たまねぎ) ゆでいんげん	米 しらす、キャベツ、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 にんじん、たまねぎ、みそ、かつおだし汁 いんげん、かつおだし汁	にんじん粥
15 金	全粥 肉じゃが みそ汁(豆腐、ほうれんそう) にんじんスティック	米 鶏ミンチ、じゃがいも、しょうゆ、かつおだし汁 豆腐、ほうれんそう、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
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	赤ちゃんせんべい
19 火	具だくさん雑炊 みそ汁(キャベツ、じゃがいも) ゆでいんげん	米、鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、トマトピューレ、 かつおだし汁 キャベツ、じゃがいも、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

※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

2022年7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
20 水	全粥 カレーと野菜の煮物 みそ汁(もやし、にんじん) ゆでかぼちゃ	米 カレー、こまつな、しょうゆ、かつおだし汁 もやし、にんじん、みそ、かつおだし汁 かぼちゃ、かつおだし汁	リゾット風 (たまねぎ、にんじん、 トマトピューレ)
21 木	具だくさん雑炊 みそ汁(たまねぎ、わかめ) ゆでブロッコリー	米、鶏ミンチ、ほうれんそう、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 たまねぎ、わかめ、みそ、かつおだし汁 ブロッコリー、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
22 金	全粥 豆腐のそぼろ煮 みそ汁(かぼちゃ、いんげん) きゅうりスティック	米 鶏ミンチ、豆腐、しょうゆ、片栗粉、かつおだし汁 かぼちゃ、いんげん、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
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 鮭の野菜あんかけ みそ汁(さつまいも、たまねぎ) きゅうりスティック	米 鮭、にんじん、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 さつまいも、たまねぎ、みそ、かつおだし汁 きゅうり、かつおだし汁	ごま粥
26 火	全粥 ベビー松風焼き すまし汁(こまつな、しめじ) にんじんスティック	米 鶏ミンチ、豆腐、たまねぎ、片栗粉、みそ、かつおだし汁 こまつな、しめじ、しょうゆ、かつおだし汁 にんじん、かつおだし汁	フルーツヨーグルト (バナナ)
27 水	全粥 鱈の野菜あんかけ みそ汁(たまねぎ、なす) ゆでいんげん	米 鱈、かぼちゃ、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 たまねぎ、なす、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
28 木	全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 みそ汁(もやし、こまつな) 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 もやし、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
29 金	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、ほうれんそう、しょうゆ、 かつおだし汁 かぼちゃ、にんじん、かつおだし汁	しらす粥
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

2022年7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 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、かつおだし汁 ほうれんそう、かつおだし汁	ハイハイン
2 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、かつおだし汁	ハイハイン
4 月	全粥 鮭の野菜あんかけ たまねぎスープ	米 鮭、こまつな、片栗粉、かつおだし汁 たまねぎ、かつおだし汁	ハイハイン
5 火	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、かつおだし汁 豆腐、かつおだし汁	ハイハイン
6 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、かつおだし汁 キャベツ、かつおだし汁	しらす粥
7 木	具だくさん雑炊 かぼちゃスープ バナナ煮	米、しらす、にんじん、たまねぎ、かつおだし汁 かぼちゃ、かつおだし汁 バナナ	柔らかそうめん (にんじん)
8 金	全粥 カレイの野菜あんかけ にんじんスープ	米 カレイ、こまつな、片栗粉、かつおだし汁 にんじん、かつおだし汁	ハイハイン
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、かつおだし汁	ハイハイン
11 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、にんじん、片栗粉、かつおだし汁 はくさい、かつおだし汁	ハイハイン
12 火	全粥 ベビーコロケ だいこんスープ	米 鶏ミンチ、かぼちゃ、片栗粉、かつおだし汁 だいこん、かつおだし汁	ハイハイン
13 水	全粥 鮭のみぞれ煮 はくさいスープ	米 鮭、だいこん、片栗粉、かつおだし汁 はくさい、かつおだし汁	ハイハイン
14 木	全粥 しらすの野菜あんかけ にんじんスープ	米 しらす、キャベツ、片栗粉、かつおだし汁 にんじん、かつおだし汁	にんじん粥
15 金	全粥 野菜のそぼろ煮 ほうれんそうスープ	米 鶏ミンチ、じゃがいも、片栗粉、かつおだし汁 ほうれんそう、かつおだし汁	ハイハイン
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、かつおだし汁	ハイハイン
19 月	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、かつおだし汁 じゃがいも、かつおだし汁	ハイハイン

※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ンとなっております。

離乳食献立表

2022年7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
20 水	全粥 カレイの野菜あんかけ にんじんスープ	米 カレイ、こまつな、片栗粉、かつおだし汁 にんじん、かつおだし汁	野菜粥 (たまねぎ、にんじん)
21 木	具だくさん雑炊 たまねぎスープ	米、鶏ミンチ、ほうれんそう、にんじん、かつおだし汁 たまねぎ、かつおだし汁	ハイハイン
22 金	全粥 豆腐のそぼろ煮 かぼちゃスープ	米 鶏ミンチ、豆腐、片栗粉、かつおだし汁 かぼちゃ、かつおだし汁	ハイハイン
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、かつおだし汁	ハイハイン
25 月	全粥 鮭の野菜あんかけ さつまいもスープ	米 鮭、にんじん、片栗粉、かつおだし汁 さつまいも、かつおだし汁	しらす粥
26 火	全粥 ベビー松風焼き こまつなスープ	米 鶏ミンチ、豆腐、たまねぎ、片栗粉、かつおだし汁 こまつな、かつおだし汁	バナナ煮
27 水	全粥 カレイの野菜あんかけ たまねぎスープ	米 カレイ、かぼちゃ、片栗粉、かつおだし汁 たまねぎ、かつおだし汁	ハイハイン
28 木	全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 こまつなスープ	米 鶏ミンチ、たまねぎ、片栗粉、かつおだし汁 こまつな、かつおだし汁	ハイハイン
29 金	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、ほうれんそう、かつおだし汁 かぼちゃ、にんじん、かつおだし汁	しらす粥
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、かつおだし汁	ハイハイン

※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ンとなっております。

離乳食献立表

2022年7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 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
2 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
4 月	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
5 火	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(たまねぎ、はくさい)	米 豆腐、昆布だし汁 たまねぎ、はくさい、昆布だし汁
6 水	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(キャベツ、さつまいも)	米 カレイ、昆布だし汁 キャベツ、さつまいも、昆布だし汁
7 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
8 金	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
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
11 月	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(はくさい、たまねぎ)	米 豆腐、昆布だし汁 はくさい、たまねぎ、昆布だし汁
12 火	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
13 水	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(はくさい、にんじん)	米 カレイ、昆布だし汁 はくさい、にんじん、昆布だし汁
14 木	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(キャベツ、たまねぎ)	米 しらす、昆布だし汁 キャベツ、たまねぎ、昆布だし汁
15 金	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
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
19 月	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

※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

2022年7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
20 水	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(かぼちゃ、にんじん)	米 豆腐、昆布だし汁 かぼちゃ、にんじん、昆布だし汁
21 木	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
22 金	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(かぼちゃ)	米 カレイ、昆布だし汁 かぼちゃ、昆布だし汁
23 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
25 月	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(たまねぎ、さつまいも)	米 しらす、昆布だし汁 たまねぎ、さつまいも、昆布だし汁
26 火	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(にんじん、こまつな)	米 豆腐、昆布だし汁 にんじん、こまつな、昆布だし汁
27 水	つぶし粥 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
28 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
29 金	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(ほうれんそう、にんじん)	米 豆腐、昆布だし汁 ほうれんそう、にんじん、昆布だし汁
30 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。