

# 離乳食献立表

2022年9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 木	全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 みそ汁(ほうれんそう、もやし) ゆでいんげん	米 鶏ミンチ、なす、しょうゆ、片栗粉、かつおだし汁 ほうれんそう、もやし、みそ、かつおだし汁 いんげん、かつおだし汁	玄米フレーク粥
2 金	具だくさん雑炊 みそ汁(こまつな、油揚げ) ゆでかぼちゃ	米、鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 こまつな、油揚げ、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
3 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
5 月	全粥 カレイと野菜の煮物 みそ汁(えのき、にんじん) ゆでいんげん	米 カレイ、たまねぎ、しょうゆ、かつおだし汁 えのき、にんじん、みそ、かつおだし汁 いんげん、かつおだし汁	ベビー鶏団子 (豆腐、たまねぎ かつおだし汁)
6 火	全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 みそ汁(わかめ、はくさい) きゅうりスティック	米 鶏ミンチ、にんじん、しょうゆ、片栗粉、かつおだし汁 わかめ、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
7 水	具だくさん雑炊 みそ汁(キャベツ、じゃがいも) バナナスティック	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、じゃがいも、みそ、かつおだし汁 バナナ	ベビーおやき (かぼちゃ)
8 木	全粥 ベビー松風焼き すまし汁(もやし、こまつな) 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 もやし、こまつな、しょうゆ、かつおだし汁 にんじん、かつおだし汁	パン粥
9 金	全粥 鯖の野菜あんかけ みそ汁(にんじん、こまつな) だいこんスティック	米 鯖、たまねぎ、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 にんじん、こまつな、みそ、かつおだし汁 だいこん、かつおだし汁	ベビーおやき (さつまいも)
10 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
12 月	全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 みそ汁(豆腐、にんじん) ゆでかぼちゃ	米 鶏ミンチ、はくさい、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 豆腐、にんじん、みそ、かつおだし汁 かぼちゃ、かつおだし汁	ベビーおやき (じゃがいも)
13 火	全粥 しらすと野菜の煮物 みそ汁(かぼちゃ、たまねぎ) ゆでいんげん	米 しらす、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 かぼちゃ、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
14 水	全粥 鮭と野菜の煮物 みそ汁(たまねぎ、ひじき) にんじんスティック	米 鮭、ほうれんそう、しょうゆ、かつおだし汁 たまねぎ、ひじき、みそ、かつおだし汁 にんじん、かつおだし汁	にんじん粥
15 木	全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 みそ汁(にんじん、わかめ) ゆでキャベツ	米 鶏ミンチ、たまねぎ、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 にんじん、わかめ、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
16 金	具だくさん雑炊 みそ汁(はくさい、えのき) ゆでブロッコリー	米、しらす、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 はくさい、えのき、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
17 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9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 火	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 みそ汁(たまねぎ、豆腐) ゆでいんげん	米 鶏ミンチ、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 たまねぎ、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
21 水	全粥 カレーと野菜の煮物 みそ汁(こまつな、もやし) 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、もやし、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
22 木	貝だくさん雑炊 みそ汁(豆腐、わかめ) ゆでかぼちゃ	米、しらす、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 豆腐、わかめ、みそ、かつおだし汁 かぼちゃ、かつおだし汁	柔らかそうめん (にんじん)
24 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
26 月	全粥 鮭の野菜あんかけ みそ汁(豆腐、わかめ) ゆでいんげん	米 鮭、かぼちゃ、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 豆腐、わかめ、みそ、かつおだし汁 いんげん、かつおだし汁	しらす粥
27 火	全粥 鶏ミンチと野菜のみそ煮 すまし汁(だいこん、にんじん) きゅうりスティック	米 鶏ミンチ、たまねぎ、みそ、かつおだし汁 だいこん、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 きゅうり、かつおだし汁	パン粥
28 水	全粥 カレーと野菜のトマト煮 みそ汁(たまねぎ、にんじん) じゃがいもスティック	米 カレー、ブロッコリー、トマトピューレ、かつおだし汁 たまねぎ、にんじん、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
29 木	全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 みそ汁(はくさい、にんじん) ゆでいんげん	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、にんじん、みそ、かつおだし汁 ゆでいんげん、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
30 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 キャベツ、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

2022年9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 木	全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 ほうれんそうスープ	米 鶏ミンチ、なす、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
2 金	具だくさん雑炊 こまつなスープ	米、鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、かつおだし汁 こまつな、かつおだし汁	ハイハイ
3 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
5 月	全粥 カレイの野菜あんかけ にんじんスープ	米 カレイ、たまねぎ、片栗粉、かつおだし汁 にんじん、かつおだし汁	ハイハイ
6 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、かつおだし汁 はくさい、かつおだし汁	ハイハイ
7 水	具だくさん雑炊 じゃがいもスープ バナナ煮	米、しらす、にんじん、たまねぎ、かつおだし汁 じゃがいも、かつおだし汁 バナナ	かぼちゃ煮
8 木	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	ハイハイ
9 金	全粥 カレイの野菜あんかけ にんじんスープ	米 カレイ、たまねぎ、片栗粉、かつおだし汁 にんじん、かつおだし汁	さつまいも煮
10 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
12 月	全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 豆腐スープ	米 鶏ミンチ、はくさい、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 豆腐、にんじん、みそ、かつおだし汁 かぼちゃ、かつおだし汁	じゃがいも煮
13 火	全粥 しらすの野菜あんかけ かぼちゃスープ	米 しらす、にんじん、片栗粉、かつおだし汁 かぼちゃ、かつおだし汁	ハイハイ
14 水	全粥 鮭の野菜あんかけ たまねぎスープ	米 鮭、ほうれんそう、片栗粉、かつおだし汁 たまねぎ、かつおだし汁	にんじん粥
15 木	全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 にんじんスープ	米 鶏ミンチ、たまねぎ、片栗粉、かつおだし汁 にんじん、かつおだし汁	ハイハイ
16 金	具だくさん雑炊 はくさいスープ	米、しらす、たまねぎ、にんじん、かつおだし汁 はくさい、かつおだし汁	ハイハイ
17 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

※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

2022年9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 火	全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 豆腐スープ	米 鶏ミンチ、にんじん、片栗粉、かつおだし汁 豆腐、かつおだし汁	ハイハイ
21 水	全粥 カレーの野菜あんかけ こまつなスープ	米 カレー、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
22 木	具だくさん雑炊 豆腐スープ	米、しらす、たまねぎ、にんじん、かつおだし汁 豆腐、かつおだし汁	柔らかそうめん (にんじん)
24 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
26 月	全粥 鮭の野菜あんかけ 豆腐スープ	米 鮭、かぼちゃ、片栗粉、かつおだし汁 豆腐、かつおだし汁	しらす粥
27 火	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、片栗粉、かつおだし汁 だいこん、かつおだし汁	ハイハイ
28 水	全粥 カレーの野菜あんかけ たまねぎスープ	米 カレー、ブロッコリー、片栗粉、かつおだし汁 たまねぎ、かつおだし汁	ハイハイ
29 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、たまねぎ、片栗粉、かつおだし汁 はくさい、かつおだし汁	ハイハイ
30 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 キャベツ、にんじん、かつおだし汁	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

2022年9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 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
2 金	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
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
5 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
6 火	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(はくさい、にんじん)	米 しらす、昆布だし汁 はくさい、にんじん、昆布だし汁
7 水	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(キャベツ、じゃがいも)	米 豆腐、昆布だし汁 キャベツ、じゃがいも、昆布だし汁
8 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
9 金	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
10 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 月	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(はくさい、にんじん)	米 鶏ミンチ、はくさい、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 豆腐、にんじん、みそ、かつおだし汁 かぼちゃ、かつおだし汁
13 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
14 水	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(ほうれんそう、たまねぎ)	米 豆腐、昆布だし汁 ほうれんそう、たまねぎ、昆布だし汁
15 木	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
16 金	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(はくさい、たまねぎ)	米 カレイ、昆布だし汁 はくさい、たまねぎ、昆布だし汁
17 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。

# 離乳食献立表

2022年9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 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
21 水	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(にんじん、こまつな)	米 しらす、昆布だし汁 にんじん、こまつな、昆布だし汁
22 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
24 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
26 月	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(かぼちゃ)	米 しらす、昆布だし汁 かぼちゃ、昆布だし汁
27 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
28 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
29 木	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(はくさい、たまねぎ)	米 しらす、昆布だし汁 はくさい、たまねぎ、昆布だし汁
30 金	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

※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。