

# 離乳食献立表

2022年10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 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
3 月	全粥 鱈と野菜の煮物 みそ汁(ほうれんそう、にんじん) さつまいもスティック	米 鱈、たまねぎ、しょうゆ、かつおだし汁 ほうれんそう、にんじん、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
4 火	具だくさん雑炊 みそ汁(にんじん、もやし) きゅうりスティック	米、鶏ミンチ、たまねぎ、キャベツ、しょうゆ、かつおだし汁 にんじん、もやし、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
5 水	全粥 ベビー松風焼き すまし汁(こまつな、えのき) ゆでいんげん	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、えのき、しょうゆ、かつおだし汁 いんげん、かつおだし汁	柔らかうどん (キャベツ、にんじん)
6 木	全粥 鮭の野菜あんかけ みそ汁(キャベツ、にんじん) だいこんスティック	米 鮭、たまねぎ、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 キャベツ、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
8 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 火	全粥 カレイの野菜あんかけ みそ汁(豆腐、わかめ) ゆでいんげん	米 カレイ、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	赤ちゃんせんべい
12 水	具だくさん雑炊 みそ汁(こまつな、キャベツ) 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、キャベツ、みそ、かつおだし汁 かぼちゃ、かつおだし汁	パン粥
13 木	全粥 ツナと野菜の煮物 みそ汁(たまねぎ、にんじん) ゆでブロッコリー	米 ツナ水煮、かぼちゃ、しょうゆ、かつおだし汁 たまねぎ、にんじん、みそ、かつおだし汁 ブロッコリー、かつおだし汁	ごま粥
14 金	柔らかそうめん 野菜の煮物	そうめん、鶏ミンチ、ほうれんそう、たまねぎ、しょうゆ、 かつおだし汁 にんじん、かぼちゃ、かつおだし汁	ベビーおやき (さつまいも)
15 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
17 月	全粥 鮭の野菜あんかけ みそ汁(にんじん、ひじき) じゃがいもスティック	米 鮭、たまねぎ、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 にんじん、ひじき、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
18 火	具だくさん雑炊 みそ汁(キャベツ、いんげん) バナナスティック	米、鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 キャベツ、いんげん、みそ、かつおだし汁 バナナ	赤ちゃんせんべい
19 水	全粥 カレイの野菜あんかけ みそ汁(たまねぎ、わかめ) にんじんスティック	米 カレイ、じゃがいも、片栗粉、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 にんじん、かつおだし汁	ごま粥
20 木	全粥 ベビーマーボー豆腐 すまし汁(こまつな、もやし) ゆでいんげん	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、もやし、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

※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10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 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、キャベツ、トマトピューレ、 かつおだし汁 にんじん、かぼちゃ、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
22 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
24 月	全粥 カレイと野菜の煮物 みそ汁(さつまいも、いんげん) だいこんスティック	米 カレイ、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 さつまいも、いんげん、みそ、かつおだし汁 だいこん、かつおだし汁	コーンフレーク粥
25 火	全粥 鶏ミンチの野菜のトロトロ煮 みそ汁(はくさい、ひじき) 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、ひじき、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 水	具だくさん雑炊 みそ汁(キャベツ、えのき) ゆでいんげん	米、しらす、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 キャベツ、えのき、みそ、かつおだし汁 いんげん、かつおだし汁	パン粥
27 木	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 みそ汁(たまねぎ、もやし) きゅうりスティック	米 鶏ミンチ、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 たまねぎ、もやし、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
28 金	全粥 鯖の野菜あんかけ みそ汁(豆腐、にんじん) ゆでかぼちゃ	米 鯖、たまねぎ、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	赤ちゃんせんべい
29 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
31 月	全粥 ベビーハンバーグ みそ汁(にんじん、しめじ) ゆでブロッコリー	米 鶏ミンチ、豆腐、たまねぎ、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 にんじん、しめじ、みそ、かつおだし汁 ブロッコリー、かつおだし汁	ベビーおやき (かぼちゃ)

※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10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 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
3 月	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、かつおだし汁 ほうれんそう、かつおだし汁	ハイハイン
4 火	具だくさん雑炊 にんじんスープ	米、鶏ミンチ、たまねぎ、キャベツ、かつおだし汁 にんじん、かつおだし汁	りんご煮
5 水	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	柔らかうどん (キャベツ、にんじん)
6 木	全粥 鮭の野菜あんかけ キャベツスープ	米 鮭、たまねぎ、片栗粉、かつおだし汁 キャベツ、かつおだし汁	ハイハイン
8 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 火	全粥 カレイの野菜あんかけ 豆腐スープ	米 カレイ、かぼちゃ、片栗粉、かつおだし汁 豆腐、かつおだし汁	ハイハイン
12 水	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	ハイハイン
13 木	全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 たまねぎスープ	米 鶏ミンチ、かぼちゃ、片栗粉、かつおだし汁 たまねぎ、かつおだし汁	しらす粥
14 金	柔らかそうめん 野菜の煮物	そうめん、鶏ミンチ、ほうれんそう、たまねぎ、かつおだし汁 にんじん、かぼちゃ、かつおだし汁	さつまいも煮
15 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
17 月	全粥 鮭の野菜あんかけ にんじんスープ	米 鮭、たまねぎ、片栗粉、かつおだし汁 にんじん、かつおだし汁	ハイハイン
18 火	具だくさん雑炊 キャベツスープ バナナ煮	米、鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、かつおだし汁 キャベツ、かつおだし汁 バナナ	ハイハイン
19 水	全粥 カレイの野菜あんかけ たまねぎスープ	米 カレイ、じゃがいも、片栗粉、かつおだし汁 たまねぎ、かつおだし汁	しらす粥
20 木	全粥 豆腐のそぼろあんかけ こまつなスープ	米 鶏ミンチ、豆腐、たまねぎ、かつおだし汁 こまつな、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10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 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、キャベツ、かつおだし汁 にんじん、かぼちゃ、かつおだし汁	ハイハイ
22 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
24 月	全粥 カレイの野菜あんかけ さつまいもスープ	米 カレイ、にんじん、片栗粉、かつおだし汁 さつまいも、かつおだし汁	ハイハイ
25 火	全粥 鶏ミンチの野菜のトロトロ煮 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
26 水	具だくさん雑炊 キャベツスープ	米、しらす、たまねぎ、にんじん、かつおだし汁 キャベツ、かつおだし汁	ハイハイ
27 木	全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 たまねぎスープ	米 鶏ミンチ、にんじん、片栗粉、かつおだし汁 たまねぎ、かつおだし汁	ハイハイ
28 金	全粥 カレイの野菜あんかけ 豆腐スープ	米 カレイ、たまねぎ、片栗粉、かつおだし汁 豆腐、かつおだし汁	ハイハイ
29 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
31 月	全粥 ベビーハンバーグ にんじんスープ	米 鶏ミンチ、豆腐、たまねぎ、片栗粉、かつおだし汁 にんじん、かつおだし汁	かぼちゃ煮

※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10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 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
3 月	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(ほうれんそう、さつまいも)	米 カレイ、昆布だし汁 ほうれんそう、さつまいも、昆布だし汁
4 火	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
5 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
6 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
8 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 火	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
12 水	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(こまつな、たまねぎ)	米 カレイ、昆布だし汁 こまつな、たまねぎ、昆布だし汁
13 木	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(じゃがいも、にんじん)	米 しらす、昆布だし汁 じゃがいも、にんじん、昆布だし汁
14 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
15 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
17 月	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
18 火	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
19 水	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
20 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

※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10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 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
2 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
2 4 月	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(さつまいも、だいこん)	米 豆腐、昆布だし汁 さつまいも、だいこん、昆布だし汁
2 5 火	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
2 6 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
2 7 木	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(たまねぎ、だいこん)	米 カレイ、昆布だし汁 たまねぎ、だいこん、昆布だし汁
2 8 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
2 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
3 1 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

※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となっております。