

離乳食献立表

2022年12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 鶏ミンチと野菜の煮物 みそ汁(たまねぎ、えのき) 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 たまねぎ、えのき、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
2 金	具だくさん雑炊 みそ汁(豆腐、ひじき) りんごスティック	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、ひじき、みそ、かつおだし汁 りんご	ベビーおやき (さつまいも)
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 鮭の野菜あんかけ みそ汁(にんじん、はくさい) 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、はくさい、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
6 火	全粥 ベビー松風焼き すまし汁(こまつな、えのき) 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、えのき、しょうゆ、かつおだし汁 にんじん、かつおだし汁	パン粥
7 水	全粥 ベビーマーボー豆腐 すまし汁(にんじん、もやし) 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、もやし、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 (じゃがいも)
8 木	全粥 カレイの野菜あんかけ みそ汁(キャベツ、にんじん) だいこんスティック	米 カレイ、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
9 金	具だくさん雑炊 みそ汁(ほうれんそう、かぼちゃ) ゆでいんげん	米、鶏ミンチ、だいこん、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 ほうれんそう、かぼちゃ、みそ、かつおだし汁 いんげん、かつおだし汁	柔らかビーフン (たまねぎ、にんじん)
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 鮭の野菜あんかけ みそ汁(ほうれんそう、しめじ) 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 ほうれんそう、しめじ、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
13 火	具だくさん雑炊 みそ汁(キャベツ、かぼちゃ) にんじんスティック	米、鶏ミンチ、たまねぎ、さつまいも、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 にんじん、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
14 水	全粥 鶏ミンチと野菜のトマト煮 みそ汁(だいこん、しめじ) ゆでブロッコリー	米 鶏ミンチ、たまねぎ、トマトピューレ、かつおだし汁 だいこん、しめじ、みそ、かつおだし汁 ブロッコリー、かつおだし汁	しらす粥
15 木	具だくさん雑炊 みそ汁(キャベツ、もやし) ゆでいんげん	米、鶏ミンチ、こまつな、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 キャベツ、もやし、みそ、かつおだし汁 いんげん、かつおだし汁	ベビーおやき (じゃがいも)
16 金	全粥 カレイの野菜あんかけ みそ汁(たまねぎ、にんじん) きゅうりスティック	米 カレイ、かぼちゃ、片栗粉、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 きゅうり、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12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
19月	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 みそ汁(さつまいも、いんげん) ゆでキャベツ	米 鶏ミンチ、たまねぎ、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 キャベツ、かつおだし汁	ごま粥
20火	全粥 ベビー肉じゃが みそ汁(たまねぎ、わかめ) にんじんスティック	米、鶏ミンチ、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	赤ちゃんせんべい
21水	柔らかうどん 野菜の煮物	うどん、しらす、たまねぎ、はくさい、しょうゆ、かつおだし汁 にんじん、こまつな、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
22木	全粥 鮭の野菜あんかけ みそ汁(かぼちゃ、わかめ) ゆでいんげん	米 鮭、たまねぎ、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 かぼちゃ、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
23金	全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 みそ汁(たまねぎ、いんげん) ゆでかぼちゃ	米 鶏ミンチ、ブロッコリー、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 たまねぎ、いんげん、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
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 カレイの野菜あんかけ みそ汁(豆腐、にんじん) だいこんスティック	米 カレイ、たまねぎ、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 豆腐、にんじん、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
27火	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	パン粥
28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、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、じゃがいも、みそ、かつおだし汁 バナナ	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12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 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	ハイハイン
2 金	具だくさん雑炊 豆腐スープ りんご煮	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 りんご	さつまいも煮
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	ハイハイン
5 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
6 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、かつおだし汁 こまつな、かつおだし汁	ハイハイン
7 水	全粥 豆腐のそぼろ煮 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	じゃがいも煮
8 木	全粥 カレイの野菜あんかけ キャベツスープ	米 カレイ、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
9 金	具だくさん雑炊 ほうれんそうスープ	米、鶏ミンチ、だいこん、にんじん、かつおだし汁 ほうれんそう、かつおだし汁	柔らかビーフン (たまねぎ、にんじん)
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	ハイハイン
12 月	全粥 鮭の野菜あんかけ ほうれんそうスープ	米 鮭、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
13 火	具だくさん雑炊 キャベツスープ	米、鶏ミンチ、たまねぎ、さつまいも、かつおだし汁 キャベツ、かつおだし汁	ハイハイン
14 水	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	しらす粥
15 木	具だくさん雑炊 キャベツスープ	米、鶏ミンチ、こまつな、にんじん、かつおだし汁 キャベツ、かつおだし汁	じゃがいも煮
16 金	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
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12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
19月	全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 さつまいもスープ	米 鶏ミンチ、たまねぎ、片栗粉、かつおだし汁 さつまいも、かつおだし汁	しらす粥
20火	全粥 ベビー肉じゃが たまねぎスープ	米、鶏ミンチ、じゃがいも、片栗粉、かつおだし汁 たまねぎ、かつおだし汁	ハイハイン
21水	柔らかうどん 野菜の煮物	うどん、しらす、たまねぎ、はくさい、かつおだし汁 にんじん、こまつな、かつおだし汁	ハイハイン
22木	全粥 鮭の野菜あんかけ かぼちゃスープ	米 鮭、たまねぎ、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金	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、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	ハイハイン
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	ハイハイン
26月	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	ハイハイン
27火	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 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	ハイハイン
28水	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

※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12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(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
2 金	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
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(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 火	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(こまつな、にんじん)	米 カレイ、昆布だし汁 こまつな、にんじん、昆布だし汁
7 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 にんじん、たまねぎ、昆布だし汁
8 木	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(だいこん、にんじん)	米 豆腐、昆布だし汁 だいこん、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(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
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(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
13 火	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(さつまいも、キャベツ)	米 カレイ、昆布だし汁 さつまいも、キャベツ、昆布だし汁
14 水	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
15 木	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(キャベツ、こまつな)	米 豆腐、昆布だし汁 キャベツ、こまつな、昆布だし汁
16 金	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
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12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
19 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
20 火	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
21 水	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
22 木	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(かぼちゃ、たまねぎ)	米 カレイ、昆布だし汁 かぼちゃ、たまねぎ、昆布だし汁
23 金	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(たまねぎ、かぼちゃ)	米 豆腐、昆布だし汁 たまねぎ、かぼちゃ、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(豆腐) 野菜ペースト(だいこん、にんじん)	米 豆腐、昆布だし汁 だいこん、にんじん、昆布だし汁
27 火	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
28 水	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(たまねぎ、キャベツ)	米 しらす、昆布だし汁 たまねぎ、キャベツ、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。