

離乳食献立表

2023年1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
4 水	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	赤ちゃんせんべい
5 木	全粥 鶏ミンチと野菜のみそ煮 すまし汁(たまねぎ、えのき) きゅうりスティック	米 鶏ミンチ、キャベツ、みそ、かつおだし汁 たまねぎ、えのき、しょうゆ、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 金	具だくさん雑炊 みそ汁(にんじん、しいたけ) ゆでブロッコリー	米、鶏ミンチ、たまねぎ、はくさい、しょうゆ、かつおだし汁 にんじん、しいたけ、みそ、かつおだし汁 ブロッコリー、かつおだし汁	さつまいも粥
7 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
10 火	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 みそ汁(さつまいも、わかめ) 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 さつまいも、わかめ、みそ、かつおだし汁 いんげん、かつおだし汁	ごま粥
11 水	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、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 にんじん、かつおだし汁	パン粥
12 木	全粥 カレイの野菜あんかけ みそ汁(じゃがいも、たまねぎ) ゆでブロッコリー	米 カレイ、にんじん、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 じゃがいも、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
13 金	具だくさん雑炊 みそ汁(たまねぎ、豆腐) バナナスティック	米、鶏ミンチ、キャベツ、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 バナナ	しらす粥
14 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
16 月	全粥 鮭の野菜あんかけ みそ汁(ほうれんそう、にんじん) 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 ほうれんそう、にんじん、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 火	具だくさん雑炊 みそ汁(キャベツ、なす) 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 キャベツ、なす、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
18 水	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 みそ汁(はくさい、かぼちゃ) にんじんスティック	米 鶏ミンチ、たまねぎ、しょうゆ、かつおだし汁 はくさい、かぼちゃ、みそ、かつおだし汁 にんじん、かつおだし汁	しらす粥
19 木	全粥 カレイの野菜あんかけ みそ汁(こまつな、わかめ) 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 こまつな、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
20 金	具だくさん雑炊 みそ汁(豆腐、ひじき) にんじんスティック	米、鶏ミンチ、たまねぎ、はくさい、しょうゆ、かつおだし汁 豆腐、ひじき、みそ、かつおだし汁 にんじん、かつおだし汁	コーンフレーク粥
21 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

2023年1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
23月	全粥 鮭の野菜あんかけ みそ汁(にんじん、いんげん) きゅうりスティック	米 鮭、たまねぎ、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 にんじん、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
24火	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、ブロッコリー、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	ベビーおやき (さつまいも)
25水	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
26木	柔らかうどん 野菜の煮物	うどん、しらす、たまねぎ、かぼちゃ、しょうゆ、かつおだし汁 にんじん、キャベツ、かつおだし汁	パン粥
27金	全粥 カレーと野菜の煮物 みそ汁(たまねぎ、もやし) にんじんスティック	米 カレー、はくさい、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 にんじん、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
28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
30月	具だくさん雑炊 みそ汁(豆腐、だいこん) ゆでいんげん	米、鶏ミンチ、にんじん、キャベツ、しょうゆ、かつおだし汁 豆腐、だいこん、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
31火	全粥 カレーの野菜あんかけ みそ汁(たまねぎ、わかめ) にんじんスティック	米 カレー、だいこん、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	パン粥

※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

2023年1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
4 水	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	ハイハイン
5 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、キャベツ、片栗粉、かつおだし汁 たまねぎ、かつおだし汁	ハイハイン
6 金	具だくさん雑炊 にんじんスープ	米、鶏ミンチ、たまねぎ、はくさい、かつおだし汁 にんじん、かつおだし汁	さつまいも粥
7 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
10 火	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、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
11 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	ハイハイン
12 木	全粥 カレイの野菜あんかけ じゃがいもスープ	米 カレイ、にんじん、片栗粉、かつおだし汁 じゃがいも、かつおだし汁	ハイハイン
13 金	具だくさん雑炊 豆腐スープ バナナ煮	米、鶏ミンチ、キャベツ、にんじん、かつおだし汁 豆腐、かつおだし汁 バナナ	しらす粥
14 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
16 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
17 火	具だくさん雑炊 キャベツスープ	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	ハイハイン
18 水	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	しらす粥
19 木	全粥 カレイの野菜あんかけ こまつなスープ	米 カレイ、にんじん、片栗粉、かつおだし汁 こまつな、かつおだし汁	ハイハイン
20 金	具だくさん雑炊 豆腐スープ	米、鶏ミンチ、たまねぎ、はくさい、かつおだし汁 豆腐、かつおだし汁	ハイハイン
21 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

2023年1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
23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
24火	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、ブロッコリー、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
25水	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
26木	柔らかうどん 野菜の煮物	うどん、しらす、たまねぎ、かぼちゃ、かつおだし汁 にんじん、キャベツ、かつおだし汁	ハイハイ
27金	全粥 カレーの野菜あんかけ たまねぎスープ	米 カレー、はくさい、片栗粉、かつおだし汁 たまねぎ、かつおだし汁	ハイハイ
28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
30月	具だくさん雑炊 豆腐スープ	米、鶏ミンチ、にんじん、キャベツ、かつおだし汁 豆腐、かつおだし汁	ハイハイ
31火	全粥 カレーの野菜あんかけ たまねぎスープ	米 カレー、だいこん、片栗粉、かつおだし汁 たまねぎ、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

2023年1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
4 水	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
5 木	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(にんじん、キャベツ)	米 しらす、昆布だし汁 にんじん、キャベツ、昆布だし汁
6 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
7 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
10 火	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(さつまいも、にんじん)	米 カレイ、昆布だし汁 さつまいも、にんじん、昆布だし汁
11 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
12 木	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
13 金	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
14 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
16 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
17 火	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(たまねぎ、キャベツ)	米 カレイ、昆布だし汁 たまねぎ、キャベツ、昆布だし汁
18 水	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(かぼちゃ、にんじん)	米 しらす、昆布だし汁 かぼちゃ、にんじん、昆布だし汁
19 木	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(たまねぎ、こまつな)	米 豆腐、昆布だし汁 たまねぎ、こまつな、昆布だし汁
20 金	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
21 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

2023年1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
23 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
24 火	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(にんじん、かぼちゃ)	米 豆腐、昆布だし汁 にんじん、かぼちゃ、昆布だし汁
25 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
26 木	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
27 金	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(はくさい、にんじん)	米 豆腐、昆布だし汁 はくさい、にんじん、昆布だし汁
28 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
30 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
31 火	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。