

離乳食献立表

2023年2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 水 | 全粥 肉かぼちゃ みそ汁(わかめ、にんじん) きゅうりスティック | 米 鶏ミンチ、かぼちゃ、しょうゆ、かつおだし汁 わかめ、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 |
| 2 木 | 全粥 鮭と野菜の煮物 みそ汁(もやし、こまつな) にんじんスティック | 米 鮭、たまねぎ、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 | コーンフレーク粥 |
| 3 金 | 具だくさん雑炊 みそ汁(だいこん、豆腐) ゆでブロッコリー | 米、鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 だいこん、豆腐、みそ、かつおだし汁 ブロッコリー、かつおだし汁 | しらす粥 |
| 4 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 |
| 6 月 | 全粥 カレイの野菜あんかけ みそ汁(じゃがいも、にんじん) ゆでキャベツ | 米 カレイ、だいこん、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 じゃがいも、にんじん、みそ、かつおだし汁 キャベツ、かつおだし汁 | しらす粥 |
| 7 火 | 全粥 ベビー松風焼き すまし汁(こまつな、にんじん) 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、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 いんげん、かつおだし汁 | パン粥 |
| 8 水 | 全粥 しらすと野菜の煮物 みそ汁(たまねぎ、キャベツ) ゆでかぼちゃ | 米、しらす、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 たまねぎ、キャベツ、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 |
| 9 木 | 全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 みそ汁(はくさい、わかめ) 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、わかめ、みそ、かつおだし汁 にんじん、かつおだし汁 | ごま粥 |
| 10 金 | 柔らかうどん 野菜の煮物 | 米、しらす、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 ほうれんそう、かぼちゃ、かつおだし汁 | 赤ちゃんせんべい |
| 13 月 | 全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 みそ汁(はくさい、にんじん) きゅうりスティック | 米 鶏ミンチ、たまねぎ、しょうゆ、かつおだし汁 はくさい、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 |
| 14 火 | 全粥 カレイの野菜あんかけ みそ汁(かぼちゃ、にんじん) ゆでいんげん | 米 カレイ、たまねぎ、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 かぼちゃ、にんじん、みそ、かつおだし汁 いんげん、かつおだし汁 | コーンフレーク粥 |
| 15 水 | 具だくさん雑炊 みそ汁(キャベツ、しめじ) 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、しめじ、みそ、かつおだし汁 バナナ | 赤ちゃんせんべい |
| 16 木 | 全粥 ベビーコロケ みそ汁(たまねぎ、だいこん) きゅうりスティック | 米、鶏ミンチ、さつまいも、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 たまねぎ、だいこん、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 金 | 鮭雑炊 みそ汁(じゃがいも、しめじ) ゆでブロッコリー | 米、鮭、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 じゃがいも、しめじ、みそ、かつおだし汁 ブロッコリー、かつおだし汁 | にんじん粥 |

※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2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 |
|---------|---|--|--------------------------------|
| 18 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 |
| 20 月 | 全粥 鯖の野菜あんかけ みそ汁(ほうれんそう、ひじき) にんじんスティック | 米 鯖、たまねぎ、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 ほうれんそう、ひじき、みそ、かつおだし汁 にんじん、かつおだし汁 | 柔らかスパゲティ (たまねぎ、トマト ピューレ) |
| 21 火 | 全粥 具だくさん煮物 みそ汁(にんじん、たまねぎ) さつまいもスティック | 米 鶏ミンチ、豆腐、はくさい、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 さつまいも、かつおだし汁 | 赤ちゃんせんべい |
| 22 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) |
| 24 金 | 全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 みそ汁(はくさい、たまねぎ) ゆでいんげん | 米 鶏ミンチ、にんじん、片栗粉、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 いんげん、かつおだし汁 | フルーツヨーグルト (バナナ) |
| 25 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 |
| 27 月 | 全粥 鮭と野菜のみそ煮 すまし汁(いんげん、だいこん) ゆでかぼちゃ | 米 鮭、たまねぎ、みそ、かつおだし汁 いんげん、だいこん、しょうゆ、かつおだし汁 かぼちゃ、かつおだし汁 | 赤ちゃんせんべい |
| 28 火 | 具だくさん雑炊 みそ汁(たまねぎ、わかめ) ゆでいんげん | 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、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 |

※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2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 水 | 全粥 肉かぼちゃ にんじんスープ | 米 鶏ミンチ、かぼちゃ、片栗粉、かつおだし汁 にんじん、かつおだし汁 | ハイハイン |
| 2 木 | 全粥 鮭の野菜あんかけ こまつなスープ | 米 鮭、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 |
| 3 金 | 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 | しらす粥 |
| 4 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 |
| 6 月 | 全粥 カレイの野菜あんかけ じゃがいもスープ | 米 カレイ、だいこん、片栗粉、かつおだし汁 じゃがいも、かつおだし汁 | しらす粥 |
| 7 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 | ハイハイン |
| 8 水 | 全粥 しらすの野菜あんかけ キャベツスープ | 米 しらす、にんじん、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 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 | しらす粥 |
| 10 金 | 柔らかうどん 野菜の煮物 | 米、しらす、たまねぎ、にんじん、かつおだし汁 ほうれんそう、かぼちゃ、かつおだし汁 | ハイハイン |
| 13 月 | 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 | ハイハイン |
| 14 火 | 全粥 カレイの野菜あんかけ かぼちゃスープ | 米 カレイ、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 |
| 15 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 |
| 16 木 | 全粥 ベビーコロッケ だいこんスープ | 米、鶏ミンチ、さつまいも、片栗粉、かつおだし汁 だいこん、かつおだし汁 | ハイハイン |
| 17 金 | 鮭雑炊 じゃがいもスープ | 米、鮭、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 | にんじん粥 |

※材料の都合により献立を変更する場合がございます。

※午前のおやつはハイハインとなっております。

離乳食献立表

2023年2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 |
|---------|--------------------------------|---|--------------------|
| 18 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 |
| 20 月 | 全粥 カレーの野菜あんかけ ほうれんそうスープ | 米 カレー、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 | 柔らかスパゲティ (たまねぎ) |
| 21 火 | 全粥 具だくさんトロトロ煮 たまねぎスープ | 米 鶏ミンチ、豆腐、はくさい、片栗粉、かつおだし汁 たまねぎ、かつおだし汁 | ハイハイン |
| 22 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 |
| 24 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、にんじん、片栗粉、かつおだし汁 たまねぎ、かつおだし汁 | バナナ煮 |
| 25 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 |
| 27 月 | 全粥 鮭の野菜あんかけ だいこんスープ | 米 鮭、たまねぎ、片栗粉、かつおだし汁 だいこん、かつおだし汁 | ハイハイン |
| 28 火 | 具だくさん雑炊 たまねぎスープ | 米、鶏ミンチ、キャベツ、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 |

※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2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 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 |
| 2 木 | つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(たまねぎ、こまつな) | 米 カレイ、昆布だし汁 たまねぎ、こまつな、昆布だし汁 |
| 3 金 | つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(にんじん、だいこん) | 米 しらす、昆布だし汁 にんじん、だいこん、昆布だし汁 |
| 4 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 |
| 6 月 | つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(じゃがいも、キャベツ) | 米 カレイ、昆布だし汁 じゃがいも、キャベツ、昆布だし汁 |
| 7 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 |
| 8 水 | 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 |
| 9 木 | 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 |
| 10 金 | つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(にんじん、ほうれんそう) | 米 豆腐、昆布だし汁 にんじん、ほうれんそう、昆布だし汁 |
| 13 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 しらす、昆布だし汁 はくさい、にんじん、昆布だし汁 |
| 14 火 | 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 |
| 15 水 | つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(たまねぎ、キャベツ) | 米 豆腐、昆布だし汁 たまねぎ、キャベツ、昆布だし汁 |
| 16 木 | つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(さつまいも、だいこん) | 米 しらす、昆布だし汁 さつまいも、だいこん、昆布だし汁 |
| 17 金 | つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(じゃがいも、たまねぎ) | 米 カレイ、昆布だし汁 じゃがいも、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2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 |
|---------|--|-------------------------------------|
| 18 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 |
| 20 月 | つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(にんじん、ほうれんそう) | 米 カレイ、昆布だし汁 にんじん、ほうれんそう、昆布だし汁 |
| 21 火 | つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(たまねぎ、はくさい) | 米 しらす、昆布だし汁 たまねぎ、はくさい、昆布だし汁 |
| 22 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 |
| 24 金 | 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 |
| 25 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 |
| 27 月 | つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(だいこん、かぼちゃ) | 米 しらす、昆布だし汁 だいこん、かぼちゃ、昆布だし汁 |
| 28 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 |

※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・午後ともおやつはハイハインとなっております。