

離乳食献立表

2023年3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	具だくさん雑炊 みそ汁(じゃがいも、えのき) ゆでいんげん	米、鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 じゃがいも、えのき、みそ、かつおだし汁 いんげん、かつおだし汁	パン粥
2 木	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 みそ汁(たまねぎ、こまつな) にんじんスティック	米 鶏ミンチ、キャベツ、しょうゆ、かつおだし汁 たまねぎ、こまつな、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
3 金	鮭雑炊 みそ汁(いんげん、豆腐) 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 いんげん、豆腐、みそ、かつおだし汁 ブロッコリー、かつおだし汁	バナナスティック
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 鱈の野菜あんかけ みそ汁(ひじき、にんじん) ゆでかぼちゃ	米 鱈、たまねぎ、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 ひじき、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 (さつまいも)
7 火	全粥 鶏ミンチと野菜の煮物 みそ汁(はくさい、しいたけ) だいこんスティック	米 鶏ミンチ、にんじん、しょうゆ、かつおだし汁 はくさい、しいたけ、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 水	全粥 ベビーハンバーグ みそ汁(にんじん、キャベツ) ゆでブロッコリー	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、キャベツ、みそ、かつおだし汁 ブロッコリー、かつおだし汁	ごま粥
9 木	柔らかうどん 野菜の煮物	うどん、しらす、たまねぎ、こまつな、しょうゆ、かつおだし汁 ブロッコリー、にんじん、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
10 金	全粥 カレイと野菜の煮物 みそ汁(たまねぎ、もやし) 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 たまねぎ、もやし、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
11 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
13 月	全粥 鮭の野菜あんかけ みそ汁(たまねぎ、にんじん) 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 たまねぎ、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
14 火	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
15 水	全粥 ベビー松風焼き すまし汁(こまつな、しめじ) 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、しめじ、しょうゆ、かつおだし汁 にんじん、かつおだし汁	赤ちゃんせんべい
16 木	全粥 具だくさんトマト煮 みそ汁(たまねぎ、はくさい) ゆでいんげん	米 鶏ミンチ、にんじん、じゃがいも、トマトピューレ、かつおだし汁 たまねぎ、はくさい、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 金	全粥 カレイと野菜の煮物 みそ汁(にんじん、しいたけ) きゅうりスティック	米 カレイ、たまねぎ、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 きゅうり、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3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 鮭と野菜の煮物 みそ汁(かぼちゃ、キャベツ) にんじんスティック	米 鮭、だいこん、しょうゆ、かつおだし汁 かぼちゃ、キャベツ、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 水	貝だくさん雑炊 みそ汁(ほうれんそう、だいこん) 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 ほうれんそう、だいこん、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
23 木	全粥 鯖の野菜あんかけ みそ汁(たまねぎ、豆腐) きゅうりスティック	米 鯖、にんじん、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 たまねぎ、豆腐、みそ、かつおだし汁 きゅうり、かつおだし汁	コーンフレーク粥
24 金	全粥 豆腐のそぼろ煮 みそ汁(たまねぎ、にんじん) ゆでブロッコリー	米 鶏ミンチ、豆腐、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 ブロッコリー、かつおだし汁	パン粥
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 鮭の野菜あんかけ みそ汁(豆腐、いんげん) にんじんスティック	米 鮭、たまねぎ、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 豆腐、いんげん、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 火	全粥 鶏ミンチと野菜のみそ煮 すまし汁(もやし、にんじん) ゆでいんげん	米 鶏ミンチ、たまねぎ、みそ、かつおだし汁 もやし、にんじん、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
29 水	トマト雑炊 みそ汁(はくさい、じゃがいも) りんごスティック	米、鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、トマトピューレ、かつおだし汁 はくさい、じゃがいも、みそ、かつおだし汁 りんご	赤ちゃんせんべい
30 木	全粥 鶏ミンチと野菜のごま煮 みそ汁(えのき、にんじん) だいこんスティック	米 鶏ミンチ、たまねぎ、片栗粉、しょうゆ、すりごま、かつおだし汁 えのき、にんじん、みそ、かつおだし汁 だいこん、かつおだし汁	柔らかビーフン (たまねぎ、にんじん)
31 金	全粥 ベビーコロッケ みそ汁(ブロッコリー、にんじん) ゆでキャベツ	米 鶏ミンチ、じゃがいも、片栗粉、しょうゆ、かつおだし汁 ブロッコリー、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

※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3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	具だくさん雑炊 じゃがいもスープ	米、鶏ミンチ、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	ハイハイン
2 木	全粥 鶏ミンチと野菜のトロトロ煮 こまつなスープ	米 鶏ミンチ、キャベツ、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	鮭雑炊 豆腐スープ	米、鮭、たまねぎ、にんじん、かつおだし汁 豆腐、かつおだし汁	バナナ煮
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 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
7 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	ハイハイン
8 水	全粥 ベビーハンバーグ 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	しらす粥
9 木	柔らかうどん 野菜の煮物	うどん、しらす、たまねぎ、こまつな、かつおだし汁 ブロッコリー、にんじん、かつおだし汁	ハイハイン
10 金	全粥 カレイの野菜あんかけ たまねぎスープ	米 カレイ、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
11 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
13 月	全粥 鮭の野菜あんかけ にんじんスープ	米 鮭、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
14 火	具だくさん雑炊 じゃがいもスープ バナナ煮	米、鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、かつおだし汁 じゃがいも、かつおだし汁 バナナ	ハイハイン
15 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
16 木	全粥 具だくさんトロトロ煮 はくさいスープ	米 鶏ミンチ、にんじん、じゃがいも、片栗粉、かつおだし汁 はくさい、かつおだし汁	ハイハイン
17 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	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3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 鮭の野菜あんかけ かぼちゃスープ	米 鮭、だいこん、片栗粉、かつおだし汁 かぼちゃ、かつおだし汁	ハイハイン
22 水	具だくさん雑炊 だいこんスープ	米、鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、かつおだし汁 だいこん、かつおだし汁	ハイハイン
23 木	全粥 カレイの野菜あんかけ たまねぎスープ	米 カレイ、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
24 金	全粥 豆腐のそぼろ煮 にんじんスープ	米 鶏ミンチ、豆腐、片栗粉、かつおだし汁 にんじん、かつおだし汁	ハイハイン
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 豆腐スープ	米 鮭、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
28 火	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
29 水	具だくさん雑炊 じゃがいもスープ りんご煮	米、鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、かつおだし汁 じゃがいも、かつおだし汁 りんご	ハイハイン
30 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	柔らかビーフン (たまねぎ、にんじん)
31 金	全粥 ベビーコロッケ ブロッコリースープ	米 鶏ミンチ、じゃがいも、片栗粉、かつおだし汁 ブロッコリー、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3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(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
2 木	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
3 金	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
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(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
7 火	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(はくさい、だいこん)	米 豆腐、昆布だし汁 はくさい、だいこん、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 たまねぎ、キャベツ、昆布だし汁
9 木	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
10 金	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(にんじん、だいこん)	米 豆腐、昆布だし汁 にんじん、だいこん、昆布だし汁
11 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
13 月	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
14 火	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(キャベツ、じゃがいも)	米 カレイ、昆布だし汁 キャベツ、じゃがいも、昆布だし汁
15 水	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(こまつな、にんじん)	米 豆腐、昆布だし汁 こまつな、にんじん、昆布だし汁
16 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
17 金	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

※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3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(しらす) 野菜ペースト(かぼちゃ、だいこん)	米 しらす、昆布だし汁 かぼちゃ、だいこん、昆布だし汁
22 水	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(にんじん、だいこん)	米 カレイ、昆布だし汁 にんじん、だいこん、昆布だし汁
23 木	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
24 金	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
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(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
28 火	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
29 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
30 木	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
31 金	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

※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。