

| 保護者確認 | | 保育園確認 | |
|-------|---|-------|---|
| 日付 | 印 | 日付 | 印 |
| | | | |



平成 30 年 7 月 離乳食献立予定表



きたひだまり保育園

| 日付 | 午前食 | | | | 午後食 | | |
|-------|-------------------------------------|--|--|--|---|---|--|
| | 初期食5~6ヶ月頃 | 中期食7~8ヶ月頃 | 後期食9~11ヶ月頃 | 材料 | 中期食7~8ヶ月頃 | 後期食9~11ヶ月頃 | 材料 |
| 2月30 | ①おもゆ ②豆腐 ③人参 | ①お粥 ②豆腐の味噌汁 ③かぶのそぼろ煮 ④キャベツのおひたし | ①軟飯 ②豆腐の味噌汁 ③かぶのそぼろ煮 ④キャベツのおひたし | ①米 ②豆腐 人参 だし 味噌 ③かぶ 鶏ひき肉 だし 醤油 ④キャベツ 醤油 | ①納豆粥 ②キャベツのすまし汁 ③カレイの味噌煮 ④りんご煮 | ①納豆軟飯 ②キャベツのすまし汁 ③カレイの味噌煮 ④りんご煮 | ①米 納豆 ②キャベツ かぶ だし 塩 醤油 ③カレイ 人参 味噌 だし ④りんご 三温糖 |
| 3月17 | ①おもゆ ②カレイ ③じゃが芋 | ①お粥 ②じゃが芋のスープ ③カレイのケチャップ煮 ④きゅうりのサラダ | ①軟飯 ②じゃが芋のスープ ③カレイのケチャップ煮 ④きゅうりのサラダ | ①米 ②じゃが芋 人参 だし 塩 ③カレイ 玉葱 だし ケチャップ ④きゅうり 卵なしマヨネーズ | ①和風マカロニ ②ほうれん草のスープ ③青のりポテト | ①和風マカロニ ②ほうれん草のスープ ③青のりポテト | ①マカロニ 人参 玉葱 鶏ひき肉 だし 塩 醤油 片栗粉 ②ほうれん草 人参 だし 塩 ③じゃが芋 青のり 塩 |
| 4月18 | ①おもゆ ②豆腐 ③トマト | ①お粥 ②トマトのスープ ③豆腐と野菜の豆乳かけ ④ほうれん草のおかか和え | ①軟飯 ②トマトのスープ ③豆腐と野菜の豆乳かけ ④ほうれん草のおかか和え | ①米 ②トマト 玉葱 だし 塩 ③豆腐 人参 キャベツ 豆乳 塩 片栗粉 ④ほうれん草 鰹節 醤油 | ①人参とツナのお粥 ②小松菜の味噌汁 ③きゅうりのしらす和え ④オレンジ | ①人参とツナの混ぜご飯 ②小松菜の味噌汁 ③きゅうりのしらす和え ④オレンジ | ①米 人参 ツナ缶 ②小松菜 玉葱 だし 味噌 ③きゅうり しらす ④オレンジ |
| 5月19 | ①おもゆ ②豆腐 ③さつまい | ①お粥 ②ブロッコリーのスープ ③マーボー豆腐風 ④さつまいのサラダ | ①軟飯 ②ブロッコリーのスープ ③マーボー豆腐風 ④さつまいのサラダ | ①米 ②ブロッコリー 人参 だし 塩 ③豆腐 鶏ひき肉 ケチャップ 醤油 だし ④さつまい きゅうり 卵なしマヨネーズ | ①しらす粥 ②鶏肉と根菜のスープ煮 ③なすの煮浸し | ①しらす軟飯 ②鶏肉と根菜のスープ煮 ③なすの煮浸し | ①米 しらす ②鶏ささ身 人参 かぼちゃ だし 塩 ③なす だし 醤油 鰹節 |
| 6月20 | ①おもゆ (しらす入り) ②じゃが芋 ③キャベツ | ①そうめん ②カレイとじゃが芋のチーズ煮 ③小松菜のおひたし | ①そめん ②カレイとじゃが芋のチーズ煮 ③小松菜のおひたし | ①そうめん 人参 キャベツ だし 醤油 塩 ②カレイ じゃが芋 だし 粉チーズ 塩 ③小松菜 醤油 | ①お粥 ②じゃが芋の味噌汁 ③豆腐のそぼろあんかけ ④バナナ | ①軟飯 ②じゃが芋の味噌汁 ③豆腐のそぼろあんかけ ④バナナ | ①米 ②じゃが芋 ほうれん草 だし 味噌 ③豆腐 鶏ひき肉 だし 醤油 片栗粉 ④バナナ |
| 7月21 | ①おもゆ ②豆腐 ③かぼちゃ | ①お粥 ②小松菜の味噌汁 ③かぼちゃと豆腐の煮物 ④人参の甘煮 | ①軟飯 ②小松菜の味噌汁 ③かぼちゃと豆腐の煮物 ④人参の甘煮 | ①米 ②小松菜 玉葱 だし 味噌 ③かぼちゃ 豆腐 だし 醤油 塩 ④人参 三温糖 | ①カレイのお粥 ②玉葱のすまし汁 ③ブロッコリーとかぶの煮物 | ①カレイの軟飯丼 ②玉葱のすまし汁 ③ブロッコリーとかぶの煮物 | ①米 カレイ ほうれん草 だし 醤油 片栗粉 ②玉葱 人参 だし 醤油 塩 ③ブロッコリー かぶ だし 醤油 三温糖 |
| 9月23 | ①おもゆ ②豆腐 ③トマト | ①お粥 ②豆腐の味噌汁 ③肉じゃが風 ④トマト | ①軟飯 ②豆腐の味噌汁 ③肉じゃが風 ④トマト | ①米 ②豆腐 ほうれん草 だし 味噌 ③鶏ひき肉 じゃが芋 玉葱 人参 だし 醤油 三温糖 ④トマト | ①パン粥 ②ブロッコリーのスープ ③カレイとかぼちゃのミルク煮 ④りんご煮 | ①食パン ②ブロッコリーのスープ ③カレイとかぼちゃのクリーム煮 ④りんご煮 | ①食パン ②ブロッコリー 人参 だし 塩 ③カレイ かぼちゃ 豆乳 ④りんご 三温糖 |
| 10月24 | ①おもゆ ②カレイ ③ほうれん草 | ①お粥 ②かぶのすまし汁 ③豆腐と野菜の煮物 ④ほうれん草の納豆和え | ①軟飯 ②かぶのすまし汁 ③豆腐と野菜の煮物 ④ほうれん草の納豆和え | ①米 ②かぶ 小松菜 だし 塩 醤油 ③豆腐 玉葱 人参 だし 醤油 三温糖 ④ほうれん草 納豆 | ①お粥 ②ほうれん草のスープ ③肉団子のミルク煮 ④さつまいの煮物 | ①軟飯 ②ほうれん草のスープ ③肉団子のミルク煮 ④さつまいの煮物 | ①米 ②ほうれん草 人参 だし 塩 ③鶏ひき肉 パン粉 玉葱 豆乳 塩 ④さつまい 三温糖 |
| 11月25 | ①おもゆ (しらす入り) ②ブロッコリー ③キャベツ | ①ミートスパゲティ風 ②キャベツのスープ ③ブロッコリーのおかか和え | ①ミートスパゲティ風 ②キャベツのスープ ③ブロッコリーのおかか和え | ①スパゲティ 鶏ひき肉 玉ねぎ ケチャップ 三温糖 片栗粉 ②キャベツ 人参 だし 塩 ③ブロッコリー 醤油 鰹節 | ①パン粥 ②かぼちゃのポタージュ ③なすと豆腐の煮物 ④バナナ | ①食パン ②かぼちゃのポタージュ ③なすと豆腐の煮物 ④バナナ | ①食パン 豆乳 ②かぼちゃ だし 塩 ③なすと豆腐 だし 醤油 塩 ④バナナ |
| 12月26 | ①おもゆ ②豆腐 ③大根 | ①お粥 ②大根の味噌汁 ③炒り豆腐 ④さつまいのりんご煮 | ①軟飯 ②大根の味噌汁 ③炒り豆腐 ④さつまいのりんご煮 | ①米 ②大根 わかめ だし 味噌 ③豆腐 キャベツ 人参 玉葱 だし 醤油 ④さつまい りんご | ①さつまい粥 ②小松菜のすまし汁 ③カレイとトマトの煮物 | ①さつまい軟飯 ②小松菜のすまし汁 ③カレイとトマトの煮物 | ①米 さつまい ②小松菜 人参 だし 塩 醤油 ③カレイ トマト キャベツ だし 醤油 |
| 13月27 | ①おもゆ ②カレイ ③人参 | ①お粥 ②玉葱のスープ ③カレイの味噌煮 ④きゅうり | ①軟飯 ②玉葱のスープ ③カレイの味噌煮 ④きゅうり | ①米 ②玉葱 ほうれん草 だし 塩 ③カレイ 人参 かぶ 味噌 だし 三温糖 ④きゅうり | ①パン粥 ②かぶのスープ ③大豆のケチャップ煮 ④バナナ | ①食パン ②かぶのスープ ③大豆のケチャップ煮 ④バナナ | ①食パン 豆乳 ②かぶ 小松菜 だし 塩 ③大豆 玉葱 人参 ケチャップ 三温糖 ④バナナ |
| 14月28 | ①おもゆ ②豆腐 ③かぼちゃ | ①しらす粥 ②かぼちゃの味噌汁 ③豆腐と大根の煮物 ④トマト | ①しらす軟飯 ②かぼちゃの味噌汁 ③豆腐と大根の煮物 ④トマト | ①米 しらす ②かぼちゃ 玉葱 だし 味噌 ③豆腐 大根 だし 醤油 ④トマト | ①お粥 ②大根のすまし汁 ③かぼちゃのそぼろあんかけ ④きゅうりのツナサラダ | ①軟飯 ②大根のすまし汁 ③かぼちゃのそぼろあんかけ ④きゅうりのツナサラダ | ①米 ②大根 ほうれん草 だし 塩 醤油 ③かぼちゃ 鶏ひき肉 だし 醤油 三温糖 ④きゅうり ツナ 卵なしマヨネーズ |
| 31月 | ①おもゆ ②カレイ ③ほうれん草 | ①お粥 ②人参のスープ ③カレイのブロッコリーあんかけ ④ほうれん草のおひたし | ①軟飯 ②人参のスープ ③カレイのブロッコリーあんかけ ④ほうれん草のおひたし | ①米 ②人参 玉葱 だし 塩 ③カレイ ブロッコリー だし 醤油 塩 片栗粉 ④ほうれん草 醤油 | ①鶏ささみうどん ②さつまいの煮物 ③オレンジ | ①鶏ささみうどん ②さつまいの煮物 ③オレンジ | ①うどん 鶏ささみ ほうれん草 人参 だし 醤油 塩 ②さつまい 三温糖 ③オレンジ |