

離乳食予定献立表

NO.1

2014年
7月



日	曜日	初期(5~6ヶ月頃)	中期(7~8ヶ月頃)	後期(9~11ヶ月頃)	完了期(12~18ヶ月頃)	完了期 午後おやつ
		ペースト状	舌でつぶせるかたさ	歯茎でつぶせるかたさ	歯茎でかめるかたさ	
1	火	なすのお粥 豆腐のすり流し かぼちゃ煮	なすのお粥 かぼちゃ豆腐 じゃがいも煮	豚肉と野菜のケチャップライス かぼちゃサラダ ポテトスープ	夏野菜カレー カラフルサラダ もずく汁 スティックチーズ	冷やしぜんざい りんご
2	水	白身魚のお粥 かぼちゃ煮 とろとろポテト	白身魚のお粥 かぼちゃ煮 根菜煮	お粥 白身魚のムニエル ひじき煮卵とじ かぼちゃの味噌汁	軟飯~ご飯 白身魚のチーズ揚げ く~ぶいりちー かぼちゃの味噌汁	ビスケット パンダ乳又はミルク
3	木	10倍粥 しらすのトマト煮 すいか	オクラ粥 しらすのトマト煮 すいか	ひじきそうすい トマトとオクラの和え物 麩のすまし汁 すいか	もずく丼 トマトとオクラの和え物 麩のすまし汁 すいか	ゴーヤー入スコーン パンダ乳又はミルク
4	金	10倍粥 キャベツ豆腐 とろとろポテト	お粥 豆腐の野菜あん マッシュポテト	お粥 ベビーハンバーグ ポテトサラダ キャベツスープ	軟飯~ご飯 和風ハンバーグ ピ~マの細切り炒め かき卵汁	フライドポテト パンダ乳又はミルク
5	土	やさい粥	やさい粥	ベビー焼きそば	焼きそば りんごカルゲン又はミルク	/
7	月	10倍粥 豆腐とオクラ煮 とろとろポテト	お粥 豆腐とオクラ煮 根菜煮	三色丼 コロコロ野菜 星の麩すまし汁	軟飯~ご飯 星のミート~ コロコロソテー 星の麩清まし汁 セタゼリー	赤ちゃんせんべい パンダ乳又はミルク
8	火	10倍粥 青菜豆腐 にんじん煮	お粥 青菜豆腐 根菜煮	お粥 豆腐のトマト煮 パイヤサラダ 青梗菜とえのきの味噌汁	軟飯~ご飯 豆腐と海老のケチャップ煮 パイヤサラダ オレンジ 青梗菜とえのきの味噌汁	野菜ブリッツ パンダ乳又はミルク
9	水	10倍粥 魚の人参おろし煮 キャベツピュレ	お粥 魚の人参おろし煮 とろとろそうめん	お粥 魚の人参おろし煮 とろとろそうめん	おくらかけご飯 魚のごまダレ焼き ひじき炒め そうめん汁 黄桃	プリン クラッカー 麦茶又はミルク
10	木	10倍粥 青菜豆腐 すいか	お粥 ささ身やさい煮 すいか	お粥 ささ身やさい煮 わかめスープ すいか	軟飯~ご飯 鶏の味噌漬焼 小松菜のナムル にらとコーンのスープ すいか	もずくのひらや~ちー パンダ乳又はミルク
11	金	10倍粥 魚とポテト煮 かぼちゃ煮	コーン粥 魚のクリーム煮 かぼちゃ煮	ロールパン 魚のコーンクリーム煮 キャベツサラダ かぼちゃポターージュ	ロールパン 魚の黄金焼 キャベツサラダ かぼちゃポターージュ スライスバナナ	おにぎり 麦茶又はミルク
12	土	にんじん粥	にんじん粥	カンダバーじゅーしー	カンダバーじゅーしー 固形ヨーグルト	/
14	月	青菜粥 豆腐のすり流し にんじん粥	青菜粥 にんじん豆腐 マッシュバナナ	そぼろご飯 わかめスープ 角切りバナナ	キッズビビンバ わかめスープ スライスバナナ	あげパン パンダ乳又はミルク
15	火	10倍粥 豆腐とオクラ煮 玉葱煮	お粥 豆腐とオクラ煮 根菜煮	お粥 豆腐野菜あんかけ ころころ胡瓜 オクラのかき卵汁	軟飯~ご飯 豆腐のカレーあんかけ もずく和え 星の子汁	シリアルクッキー パンダ乳又はミルク
16	水	10倍粥 魚の人参おろし煮 かぼちゃ煮	お粥 魚の野菜あんかけ かぼちゃ煮	お粥 さばの煮つけ ゴーヤーサラダ 麩のすまし汁	軟飯~ご飯 さばの味噌煮 ゴーヤーサラダ 麩とねぎのすまし汁 黄桃	ビスケット トマト パンダ乳又はミルク
17	木	おべんとう				アイスクリーム クラッカー 麦茶

日	曜日	初期(5~6ヶ月頃)	中期(7~8ヶ月頃)	後期(9~11ヶ月頃)	完了期(12~18ヶ月頃)	完了期 午後おやつ
		ペースト状	舌でつぶせるかたさ	歯茎でつぶせるかたさ	歯茎でかめるかたさ	
18	金	10倍粥 青菜豆腐 にんじん煮	お粥 青菜豆腐 にんじん煮	沖縄そば 豆腐とやさい煮	沖縄そば 白和えサラダ すいか	じゅーしーおにぎり 麦茶又はミルク
19	土	にんじん粥	にんじん粥	やさいチーズ粥	ませませご飯 カルゲンミニ又はミルク	
22	火	しいたけの香り粥 豆腐のすり流し きゅうり煮	しいたけの香り粥 豆腐のトマトあん きゅうり煮	お粥 麻婆豆腐風煮 胡瓜とわかめの和え物 麩のすまし汁	軟飯〜ご飯 麻婆豆腐 胡瓜とわかめの酢の物 麩とえのきのすまし汁	フルーツポンチ
23	水	10倍粥 魚とポテト煮 冬瓜煮	おくら粥 魚とポテト煮 冬瓜とエンサイ煮	おくら粥 魚のチーズ焼き マセドアンサラダ 冬瓜とエンサイの味噌汁	おくらかけご飯 魚のピザ焼き マセドアンサラダ 冬瓜とエンサイの味噌汁	もずくパン プルーン パンダ乳又はミルク
24	木	10倍粥 にんじん豆腐 かぼちゃ煮	お粥 豆腐のやさいあん かぼちゃ煮 すいか	お粥 煮込みハンバーグ ゴーヤーチャンプルー 高野豆腐のすまし汁 すいか	軟飯〜ご飯 丼ソケット ゴーヤーチャンプルー 高野豆腐のすまし汁 すいか	ぼーぼー パンダ乳又はミルク
25	金	トマト粥 なすの白和え にんじん煮	トマト粥 なすの白和え 根菜煮	なすのスパゲティ ひじきともやしのサラダ やさいスープ 角切りバナナ	なすのミートスパゲティ ひじきともやしのサラダ やさいスープ スライスバナナ	わかめおにぎり 麦茶又はミルク
26	土	しらす粥	しらす粥	鮭じゃこご飯	鮭じゃこご飯 豆乳又はミルク	
28	月	キャベツ粥 豆腐のすり流し とろとろポテト	キャベツ粥 豆腐のトマトあん じゃがいも煮	トマトチーズ粥 マッシュポテト マカロニスープ	タコライス マッシュポテト マカロニスープ オレンジ	フランスパン パンダ乳又はミルク
29	火	10倍粥 魚の人参おろし煮 たまねぎ煮	お粥 魚の野菜あんかけ アーサ汁	お粥 魚の野菜あんかけ アーサ汁	軟飯〜ご飯 魚の甘酢あんかけ ウンチエーの中華炒め アーサ汁	白ごまブラマンジェ アンパンマンせんべい むぎちゃ
30	水	10倍粥 かぼちゃ豆腐 りんごおろし煮	お粥 かぼちゃ豆腐 人参りんご煮	お粥 肉豆腐煮 かぼちゃサラダ 豆苗の味噌汁	軟飯〜ご飯 フラワー蒸し かぼちゃサラダ 豆苗の味噌汁	ビスコ りんご 麦茶又はミルク
31	木	10倍粥 にんじん豆腐 とろとろポテト	お粥 豆腐のやさいあん じゃがいも煮	ひじきそうすい 炒り豆腐 麩のすまし汁 オレンジ	五目ご飯 炒り豆腐 とろろ昆布汁 オレンジ	ポテトパンケーキ パンダ乳又はミルク

※児童の月齢、保育園行事、給食材料等の都合で献立を変更することもあります。

2014 年
7 月

No.1

日	曜日	食 材			
		ペースト状	舌でつぶせるかたさ	歯茎でつぶせるかたさ	歯茎でかめるかたさ
1	火	精白米 なす 豆腐 片栗粉 かぼちゃ	精白米 なす かぼちゃ 豆腐 じゃがいも	精白米 人参 なす へちま 豚もも肉 ケチャップ 南瓜 胡瓜 マカロニ じゃが芋 玉葱	精白米 豚もも肉 人参 玉葱 へちま なす 南瓜 じゃが芋 薄力粉 バター 胡瓜 人参 ハム コーン マカロニ マヨネーズ もずく かまぼこ 生姜 片栗粉 チーズ 金時豆 押麦 黒糖 りんご
2	水	精白米 メルルーサ かぼちゃ じゃがいも	精白米 メルルーサ かぼちゃ じゃがいも 人参	精白米 メルルーサ 薄力粉 ひじき 人参 卵 かぼちゃ 油揚げ 味噌	精白米 メルルーサ 薄力粉 卵 チーズ パン粉 昆布 チキアギ 干椎茸 こんにゃく 人参 にら 南瓜 油揚げ ねぎ 味噌 ビスケット パンダ乳
3	木	精白米 しらす トマト すいか	精白米 オクラ トマト しらす すいか	精白米 ひじき 豚挽肉 人参 トマト オクラ 胡瓜 しらす 麩 すいか	精白米 もずく 豚挽肉 ピーマン 卵 人参 生姜 トマト オクラ 胡瓜 しらす しめじ 麩 ねぎ すいか 薄力粉 バナナ ゴーヤー バター スキムミルク 生クリーム グラニュー糖
4	金	精白米 豆腐 キャベツ じゃがいも	精白米 豆腐 人参 キャベツ 片栗粉 じゃがいも	精白米 鶏挽肉 豆腐 玉葱 卵 片栗粉 じゃが芋 人参 ピーマン キャベツ	精白米 鶏挽肉 豆腐 玉葱 パン粉 卵 ピーマン 豚もも肉 人参 もやし キャベツ 片栗粉 三温糖 オイスターソース 三温糖 じゃが芋 パンダ乳
5	土	精白米 人参 キャベツ	精白米 人参 キャベツ	中華麺 豚もも肉 人参 キャベツ 玉葱 ピーマン 油 青のり	中華麺 豚もも肉 人参 キャベツ 玉葱 ピーマン 青のり 焼きそばソース 油
7	月	精白米 豆腐 オクラ じゃが芋	精白米 豆腐 オクラ じゃが芋	精白米 卵 合挽肉 オクラ じゃが芋 人参 ブロッコリー 麩 あおさ	精白米 合挽肉 玉葱 油 人参 卵 パン粉 オクラ 薄力粉 じゃが芋 コーン ウィンナー はんぺん しめじ ブロッコリー 麩 あおさ ゼリー せんべい パンダ乳
8	火	精白米 豆腐 青梗菜 にんじん	精白米 豆腐 青梗菜 玉葱 人参	精白米 豆腐 玉葱 人参 トマト パパイア 胡瓜 ごま 青梗菜 えのき 味噌	精白米 豚挽肉 豆腐 えび 玉葱 人参 トマト にんにく 生姜 ケチャップ 片栗粉 三温糖 パパイア 胡瓜 ごま 青梗菜 えのき 味噌 オレンジ 薄力粉 バター パセリ パンダ乳
9	水	精白米 ホキ 人参 キャベツ	精白米 ホキ 人参 そうめん キャベツ 片栗粉	精白米 ひじき ホキ キャベツ 人参 そうめん しめじ 片栗粉	精白米 オクラ のり佃煮 ホキ 三温糖 ごま ひじき 油揚げ 枝豆 チキアギ キャベツ 人参 しらたき 椎茸 ニラ そうめん しめじ みつ葉 黄桃 プリン クラッカー
10	木	精白米 豆腐 小松菜 すいか	精白米 鶏ささ身 小松菜 人参 片栗粉 すいか	精白米 鶏ささ身 小松菜 人参 もやし 片栗粉 わかめ すいか	精白米 鶏もも肉 味噌 三温糖 小松菜 胡瓜 人参 もやし ハム ごま ニラ コーン わかめ 片栗粉 すいか 薄力粉 卵 パンダ乳 もずく
11	金	精白米 ホキ じゃがいも かぼちゃ	精白米 コーン ホキ じゃが芋 ミルク 片栗粉 かぼちゃ	ロールパン ホキ コーン キャベツ 胡瓜 人参 かぼちゃ じゃが芋 玉葱 油 バター 精白米 牛乳	ロールパン ホキ 薄力粉 コーン 卵 チーズ パセリ キャベツ 胡瓜 人参 油 三温糖 南瓜 じゃが芋 玉葱 バター 精白米 牛乳 生クリーム ツナ 味噌 海苔
12	土	精白米 人参	精白米 人参	精白米 カンダバー 人参 椎茸	精白米 カンダバー 人参 ツナ 椎茸 ヨーグルト
14	月	精白米 小松菜 豆腐 片栗粉 人参	精白米 小松菜 豆腐 人参 バナナ	精白米 豚挽肉 もやし 人参 小松菜 わかめ えのき ねぎ バナナ	精白米 豚挽肉 鶏挽肉 長ネギ 生姜 にんにく 三温糖 焼肉のたれ もやし 人参 小松菜 トマト うずら卵 わかめ えのき ねぎ バナナ あげばん パンダ乳
15	火	精白米 豆腐 オクラ 玉葱	精白米 豆腐 オクラ 玉葱 人参	精白米 豆腐 人参 玉葱 さやいんげん 豚挽肉 片栗粉 胡瓜 オクラ 卵 油	精白米 豆腐 薄力粉 油 人参 豚挽肉 玉葱 しめじ さやいんげん 片栗粉 カレー粉 もずく 胡瓜 レモン グラニュー糖 オクラ 卵 パンダ乳 スキムミルク 三温糖 バター フルーツグラノーラ
16	水	精白米 赤魚 人参 かぼちゃ	赤魚 人参 玉葱 片栗粉 かぼちゃ	精白米 さば ゴーヤー パイン 人参 玉葱 麩	精白米 さば 味噌 三温糖 生姜 ゴーヤー パイン 玉葱 麩 黄桃 ビスケット パンダ乳 トマト
17	木	おべんとう			アイスクリーム クラッカー むぎちや

日	曜日	食 材			
		ペースト状	舌でつぶせるかたさ	歯茎でつぶせるかたさ	歯茎でかめるかたさ
18	金	精白米 豆腐 小松菜 人参	精白米 豆腐 小松菜 人参	沖縄そば 人参 玉葱 ねぎ 豆腐 小松菜 油	沖縄そば 人参 昆布 玉葱 ねぎ 豆腐 胡瓜 小 松菜 ツナ すいか 三温糖 精白米 ひじき
19	土	精白米 人参	精白米 人参	精白米 人参 ピーマン チーズ	精白米 ピーマン ウィンナー 人参 油 ごま チーズ カルゲンミニ
22	火	精白米 豆腐 片栗粉 胡瓜	精白米 豆腐 トマト 胡瓜	精白米 豆腐 豚挽肉 椎茸 長ネギ 人参 味噌 片栗粉 胡瓜 トマト わかめ しらす ごま 麩 三温糖	精白米 豆腐 豚挽肉 椎茸 長ネギ ピーマン 人 参 味噌 胡瓜 トマト わかめ しらす 麩 ねぎ えのき パナナ みかん バイン 黄桃 上白糖
23	水	精白米 キング じゃが芋 冬瓜 片栗粉	精白米 オクラ キング じゃが芋 冬瓜 ウンチー 片栗粉	精白米 オクラ キング 薄力粉 油 チーズ じゃが芋 胡瓜 人参 冬瓜 ウンチー 味噌	精白米 オクラ のり佃煮 キング 玉葱 ベーコン ピザソース ケチャップ 油 チーズ じゃが芋 胡 瓜 人参 コーン マヨネーズ 冬瓜 ウンチー 味噌 もずくパン パンダ乳 プルーン
24	木	精白米 豆腐 人参 かぼちゃ	精白米 豆腐 人参 玉葱 片栗粉 南瓜 すいか	精白米 鶏挽肉 玉葱 片栗粉 卵 ケチャップ ゴーヤー 人参 もやし 凍り豆腐 すいか	精白米 鶏挽肉 玉葱 卵 片栗粉 ゴーヤー 人参 もやし 凍り豆腐 えのき ねぎ すいか 薄力粉 ホットケーキ粉 黒砂糖 パンダ乳
25	金	精白米 トマト なす 豆腐 人参	精白米 トマト なす 豆腐 玉葱 人参	スパゲティ なす 合挽肉 豚レバー 玉葱 人参 トマト バター ひじき もやし 胡瓜 しめじ パナ	スパゲティ なす 合挽肉 豚レバー 人参 玉葱 油 にんにく ケチャップ トマトピューレ ウスターソー ス ひじき もやし 胡瓜 ツナ ベーコン しめじ 片栗粉 パナナ 精白米 わかめ しらす
26	土	精白米 しらす	精白米 しらす	精白米 鮭 しらす ねぎ	精白米 鮭 しらす ねぎ 豆乳
28	月	精白米 キャベツ 豆腐 片栗粉 じゃがいも	精白米 キャベツ 豆腐 トマト じゃがいも	精白米 トマト 鶏ささ身 チーズ じゃが芋 バター 牛乳 パセリ マカロニ ベーコン 玉葱 人参	精白米 合挽肉 玉葱 油 ケチャップ キャベツ トマト チーズ じゃが芋 牛乳 バター パセリ マカロニ ベーコン 玉葱 人参 オレンジ フラン スパン パンダ乳
29	火	精白米 ホキ 人参 玉葱	精白米 ホキ 人参 玉葱 片栗粉 ウンチー	精白米 ホキ 玉葱 ウンチー 人参 片栗粉 アーサ 豆腐 ねぎ	精白米 ホキ 薄力粉 片栗粉 ケチャップ 玉葱 三温糖 ウンチー 人参 もやし 牛肩肉 にんに く 春雨 長ネギ 椎茸 オイスターソース アーサ 豆腐 ねぎ ねりごま 豆乳入ホイップ 豆乳 ア ガー 黒蜜 上白糖 せんべい
30	水	精白米 かぼちゃ 豆腐 りんご 片栗粉	精白米 かぼちゃ 豆腐 人参 りんご 片栗粉	精白米 豆腐 鶏挽肉 玉 葱 かぼちゃ 胡瓜 マカロニ 豆苗 味噌	精白米 豚挽肉 鶏挽肉 玉葱 油 味噌 みりん コーン 片栗粉 ケチャップ 南瓜 マカロニ 胡瓜 ハム マヨネーズ 豆苗 しめじ えのき 味噌 ビ スコ りんご
31	木	精白米 豆腐 人参 じゃが芋	精白米 豆腐 人参 玉葱 片栗粉 じゃが芋	精白米 ひじき 油揚げ 人参 ねぎ 豆腐 鶏挽肉 玉葱 卵 麩 オレンジ	精白米 鶏もも肉 人参 油揚げ ひじき たけのこ ねぎ 豆腐 鶏挽肉 椎茸 こんにゃく 玉葱 油 卵 とろろ昆布 麩 みつ葉 オレンジ ホットケー キ粉 パンダ乳 ヨーグルト じゃが芋 レーズン 三温糖

※児童の月齢、保育園行事、給食材料等の都合で献立を変更することもあります。