

離乳食予定献立表

NO.1

2014年
9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 | 月 | 10倍粥 にんじん豆腐 とろとろポテト | お粥 ささ身入マッシュ 根菜煮 | ひじきぞうすい レバー入マッシュポテト オクラスープ | もずく丼 ちむしんじ オクラのおかか和え オレンジ | ピザパン パンダ乳又はミルク |
| 2 | 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 パパイヤサラダ かぼちゃスープ | 夏野菜カレー パパイヤサラダ とろろ昆布汁 スティックチーズ | 冷やしぜんざい りんご |
| 3 | 水 | 10倍粥 魚のトマト煮 キャベツピュレ | お粥 魚のトマト煮 キャベツ煮 | お粥 さばのトマト煮 野菜のスープ煮 | 軟飯~ご飯 さばの梅味噌焼き ひじき炒め もやしの味噌汁 | 赤ちゃんせんべい パンダ乳又はミルク |
| 4 | 木 | 10倍粥 豆腐とポテト煮 にんじん煮 | お粥 豆腐とポテト煮 とろとろそうめん | お粥 豆腐のピカタ 肉じゃが そうめん汁 | 軟飯~ご飯 擬製豆腐 きんぴら炒め そうめん汁 | ホットケーキ パンダ乳又はミルク 黄桃 |
| 5 | 金 | 10倍粥 魚のクリーム煮 とろとろポテト | コーン粥 魚のクリーム煮 カラフルサラダ ポテトスープ | ロールパン 魚のコーンクリーム煮 カラフルサラダ ポテトスープ | ロールパン 魚の黄金焼き カラフルサラダ ポテトスープ スライスバナナ | わかめおにぎり 麦茶又はミルク |
| 6 | 土 | にんじん粥 | にんじん粥 | ひじきぞうすい | じゅーしー りんごカルゲン又はミルク | |
| 8 | 月 | 10倍粥 青菜豆腐 にんじん煮 | 青菜粥 にんじん豆腐 マッシュバナナ | そぼろ軟飯 わかめスープ 角切りバナナ | キッズピピンバ わかめスープ スライスバナナ | シリアル パンダ乳又はミルク |
| 9 | 火 | 10倍粥 魚とポテト煮 たまねぎ煮 | オクラ粥 魚とポテト煮 根菜煮 | おくらかけ粥 魚のチーズ焼き スティック野菜 ポテトスープ | おくらかけご飯 魚のピザ焼き ポテトサラダ もずく汁 | きなこクッキー 麦茶又はミルク オレンジ |
| 10 | 水 | 10倍粥 かぼちゃ豆腐 キャベツピュレ | お粥 かぼちゃ豆腐 キャベツスープ | お粥 肉豆腐煮 かぼちゃ煮 キャベツスープ | 軟飯~ご飯 フラワー蒸し からし菜炒め 味噌汁 ぶどう | プリン クラッカー 麦茶又はミルク |
| 11 | 木 | 10倍粥 魚とにんじん煮 キャベツピュレ | お粥 魚の野菜あんかけ キャベツ煮 | お粥 さばの煮つけ 人参しりしりー キャベツの味噌汁 | 軟飯~ご飯 魚の有馬焼き 人参しりしりー 味噌汁 オレンジ | もずくのひらやーちー パンダ乳又はミルク |
| 12 | 金 | 10倍粥 きゅうり豆腐 にんじん煮 | お粥 きゅうり豆腐 根菜煮 | お粥 ベビーハンバーグ 切干大根のやわらか煮 豆苗スープ | 軟飯~ご飯 豆腐ハンバーグ 切干サラダ 豆苗スープ | ドーナッツ 麦茶又はミルク |
| 13 | 土 | やさいそうめん | やさいそうめん | ソーメンタシヤー | ソーメンタシヤー 豆乳又はミルク | |
| 16 | 火 | 10倍粥 豆腐トマト煮 きゅうり煮 | 椎茸の香り粥 ささ身トマト煮 野菜のヨーグルム煮 | お粥 麻婆豆腐風煮 キャベツサラダ 中華風コーンスープ | 軟飯~ご飯 麻婆豆腐 ハンパソージーサラダ 中華風コーンスープ 黄桃 | ぼーぼー 麦茶又はミルク |
| 17 | 水 | さかなのお粥 かぼちゃ煮 トマトピュレ | さかなのお粥 かぼちゃ煮 レタストマト煮 | お粥 さばのトマト煮 かぼちゃサラダ レタスの味噌汁 | 軟飯~ご飯 さばのラビゴットソース かぼちゃサラダ レタスの味噌汁 | もずくパン パンダ乳又はミルク オレンジ |
| 18 | 木 | おべんとう | | | | カップケーキ パンダ乳又はミルク |

| 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 | |
| 19 | 金 | 10倍粥 青菜豆腐 にんじん煮 | お粥 青菜豆腐 根菜煮 | 沖縄そば 豆腐と野菜煮 | 沖縄そば 白和えサラダ 固形ヨーグルト | 鮭おにぎり 麦茶又はミルク |
| 20 | 土 | やさい粥 | やさい粥 | ベビーチキンライス | チキンライス | |
| 22 | 月 | 10倍粥 かぼちゃ豆腐 にんじん煮 | 納豆粥 かぼちゃ煮 マッシュバナナ | 納豆粥 けんちん汁 かぼちゃソテー 角切りバナナ | 納豆ご飯 けんちん汁 かぼちゃの天ぷら スライスバナナ | フランスパン パンダ乳又はミルク |
| 24 | 水 | 10倍粥 しらすのトマト煮 青菜のとろとろ煮 | お粥 しらすのトマト煮 青菜の煮びたし | お粥 豆腐のピカタ 胡瓜とわかめ和え 小松菜の味噌汁 | 軟飯～ご飯 豆腐入りナゲット 胡瓜とわかめ和え 小松菜の味噌汁 | ビスコ 麦茶又はミルク りんご |
| 25 | 木 | 10倍粥 魚と青菜煮 たまねぎ煮 | お粥 魚と青菜煮 根菜煮 | お粥 魚の黄身焼き パパイヤ炒め煮 青梗菜の味噌汁 | 軟飯～ご飯 魚のカレーピカタ パパイヤ炒め 青梗菜の味噌汁 | 芋くず天ぷら パンダ乳又はミルク |
| 26 | 金 | トマト粥 なすの白和え キャベツピュレ | トマト粥 なすの白和え キャベツ煮 | なすのミートスパゲティ キャベツサラダ 野菜スープ | なすのミートスパゲティ キャベツサラダ 野菜スープ ぶどう | 味噌おにぎり 麦茶又はミルク |
| 27 | 土 | にんじん粥 | にんじん粥 | さかなそぼろ粥 | さかなそぼろご飯 飲むヨーグルト又はミルク | |
| 29 | 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 豆腐のトマトあんかけ じゃがいも煮 | トマトチーズ粥 マッシュポテト キャベツスープ | タコライス マッシュポテト はんぺんのすまし汁 スライスバナナ | さつまいもポーロ 麦茶又はミルク 鉄ゼリー |
| 30 | 火 | 10倍粥 魚とにんじん煮 冬瓜煮 | お粥 魚とオクラ煮 冬瓜煮 | おくらかけ粥 魚のチーズ焼き 冬瓜の味噌汁 | おくらかけご飯 魚のチーズ揚げ くーびりちー 冬瓜の味噌汁 | フルーツポンチ 麦茶又はミルク |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

※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
9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 | 月 | 精白米 豆腐 じゃがいも | 精白米 鶏ささ身 じゃが芋 玉葱 人参 | 精白米 ひじき 豚挽肉 人参 じゃが芋 豚レバー オクラ 玉葱 | 精白米 もずく 豚挽肉 ピーマン 卵 人参 生姜 豚レバー 豚肩肉 にんにく じゃが芋 玉葱 味噌 ねぎ オクラ オレンジ ビザパン |
| 2 | 火 | 精白米 なす 豆腐 片栗粉 かぼちゃ | 精白米 なす 豆腐 かぼちゃ じゃがいも | 精白米 人参 なす ごま へちま 豚もも肉 胡瓜 パパイア かぼちゃ 玉葱 ケチャップ | 精白米 豚もも肉 人参 玉葱 へちま なす 南瓜 油 じゃが芋 バター パパイア 胡瓜 ごま とろろ昆布 麩 チーズ 押麦 金時豆 黒糖 りんご |
| 3 | 水 | 精白米 赤魚 トマト キャベツ | 精白米 赤魚 トマト キャベツ 人参 | 精白米 さば 玉葱 トマト 片栗粉 キャベツ 人参 もやし | 精白米 さば 梅干し 味噌 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 油 もやし しめじ ねぎ 味噌 赤ちゃんせんべい パンダ乳 |
| 4 | 木 | 精白米 豆腐 じゃが芋 人参 | 精白米 豆腐 じゃが芋 そうめん 人参 片栗粉 | 精白米 豆腐 片栗粉 卵 油 じゃが芋 人参 豚もも肉 そうめん しめじ みつ葉 | 精白米 豆腐 卵 すり身 人参 椎茸 ニラ 油 ごぼう 豚もも肉 三温糖 そうめん しめじ みつ葉 ホットケーキ粉 パンダ乳 卵 黄桃 |
| 5 | 金 | 精白米 ホキ ミルク 片栗粉 じゃが芋 | お粥 ホキ ミルク じゃが芋 片栗粉 玉葱 人参 | ロールパン ホキ コーン 胡瓜 人参 マカロニ マヨネーズ じゃが芋 人参 玉葱 | ロールパン ホキ 薄力粉 油 コーン 卵 チーズ パセリ 胡瓜 人参 ハム マカロニ マヨネーズ じゃが芋 玉葱 ベーコン パナナ 精白米 わかめ しらす |
| 6 | 土 | 精白米 人参 | 精白米 人参 | 精白米 ひじき 人参 ねぎ | 精白米 豚もも肉 干椎茸 ごぼう 人参 ねぎ カルゲンミニ |
| 8 | 月 | 精白米 豆腐 小松菜 人参 | 精白米 小松菜 豆腐 人参 パナナ | 精白米 鶏挽肉 油 もやし 人参 小松菜 わかめ えのき ねぎ パナナ | 精白米 豚挽肉 鶏挽肉 長ネギ にんにく 生姜 三温糖 もやし 人参 小松菜 トマト うずら卵 わかめ えのき ねぎ パナナ シリアル パンダ乳 |
| 9 | 火 | 精白米 キング じゃが芋 玉葱 | 精白米 オクラ キング じゃが芋 玉葱 人参 | 精白米 オクラ キング 薄力粉 チーズ 胡瓜 人参 じゃが芋 玉葱 | 精白米 オクラ 海苔佃煮 キング 玉ねぎ ベーコン ピザソース ケチャップ チーズ じゃが 芋 人参 胡瓜 卵 マヨネーズ もずく 片栗粉 薄力粉 きな粉 バター グラニュー糖 オレンジ |
| 10 | 水 | 精白米 かぼちゃ 豆腐 キャベツ | 精白米 かぼちゃ 豆腐 キャベツ 人参 | 精白米 豆腐 鶏挽肉 玉葱 かぼちゃ キャベツ 人参 | 精白米 豚挽肉 鶏挽肉 玉葱 味噌 コーン 片栗粉 ケチャップ からし菜 キャベツ もやし 人参 豆腐 しめじ えのき ねぎ 味噌 ぶどう プリン クラッカー |
| 11 | 木 | 精白米 赤魚 人参 キャベツ | 精白米 赤魚 人参 玉葱 片栗粉 キャベツ | 精白米 さば 人参 ピーマン 玉葱 キャベツ 味噌 | 精白米 さば 生姜 にんにく 人参 ピーマン 卵 玉葱 油 キャベツ 竹輪 味噌 オレンジ 薄力粉 もずく ツナ たら パンダ乳 |
| 12 | 金 | 精白米 豆腐 胡瓜 人参 | 精白米 豆腐 胡瓜 玉葱 人参 | 精白米 鶏挽肉 豆腐 玉葱 卵 片栗粉 人参 切干大根 豆苗 | 精白米 鶏挽肉 豆腐 玉葱 油 パン粉 切干大根 胡瓜 人参 ツナ ごま 三温糖 豆苗 ベーコン しめじ ポンデQミックス 卵 |
| 13 | 土 | そうめん 人参 キャベツ | そうめん 人参 キャベツ | そうめん ツナ 人参 キャベツ ねぎ | そうめん ツナ 人参 キャベツ ねぎ 油 豆乳 |
| 16 | 火 | 精白米 トマト 椎茸(だし) 豆腐 片栗粉 胡瓜 | 精白米 椎茸(だ し) 鶏ささ身 トマト キャベツ コーン 片栗粉 | 精白米 豆腐 豚挽肉 椎茸 長ネギ 人参 味噌 キャベツ 胡瓜 トマト コーン 卵 片栗粉 | 精白米 豚挽肉 豆腐 椎茸 人参 ピーマン にんにく 片栗粉 キャベツ 胡瓜 トマト 鶏ささ身 生姜 ごま コーン 卵 黄桃 ホットケーキ粉 薄力粉 黒砂糖粉 牛乳 |
| 17 | 水 | 精白米 赤魚 かぼちゃ トマト 片栗粉 | 精白米 赤魚 かぼちゃ レタス トマト 片栗粉 | 精白米 さば 玉葱 トマト 片栗粉 かぼちゃ 胡瓜 マカロニ レタス 味噌 | 精白米 さば 薄力粉 片栗粉 油 玉葱 トマト 胡瓜 南瓜 マカロニ 胡瓜 ハム マヨネーズ レタス えのき 味噌 もずくパン パンダ乳 オレンジ |
| 18 | 木 | おべんとう | | | カップケーキ パンダ乳又はミルク |

| 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 |
| 19 | 金 | 精白米 豆腐 小松菜 人参 | 精白米 豆腐 小松菜 玉葱 人参 | 沖縄そば 人参 玉葱 ねぎ 豆腐 小松菜 油 | 沖縄そば 昆布 玉葱 人参 ねぎ 豆腐 胡瓜 小松菜 固形ヨーグルト 鮭 精白米 からし菜 油 |
| 20 | 土 | 精白米 人参 玉葱 | 精白米 人参 玉葱 | 精白米 鶏ささ身 玉葱 グリーンピース 人参 ケチャップ | 精白米 鶏もも肉 玉葱 グリンピース 人参 油 ケチャップ りんごカルゲン |
| 22 | 月 | 精白米 かぼちゃ 豆腐 人参 | 精白米 納豆 かぼちゃ バナナ | 精白米 納豆 豆腐 人参 椎茸 味噌 かぼちゃ 薄力粉 卵 油 バナナ | 精白米 納豆 のり佃煮 豆腐 人参 椎茸 味噌 ねぎ 南瓜 薄力粉 卵 油 バナナ フランスパン パンダ乳 |
| 24 | 水 | 精白米 トマト シラス 小松菜 片栗粉 | 精白米 トマト シラス 小松菜 人参 | 精白米 豆腐 片栗粉 卵 胡瓜 もやし わかめ 人参 ごま 小松菜 味噌 油揚げ | 精白米 鶏もも肉 鶏挽肉 豆腐 玉葱 にんにく 生姜 卵 片栗粉 油 ケチャップ 胡瓜 トマト わかめ しらす 三温糖 小松菜 揚げ油 味噌 ビスコ りんご |
| 25 | 木 | 精白米 ホキ 青梗菜 玉葱 | 精白米 ホキ 青梗菜 玉葱 人参 | 精白米 ホキ 卵黄 パパ イヤ 玉葱 人参 豚肩 ロース 青梗菜 えのき 味噌 | 精白米 ホキ 薄力粉 カレー粉 卵 パパイア 玉葱 人参 ビーマン 豚肩ロース 油 青梗菜 味噌 紅芋 白玉粉 グラニュー糖 パンダ乳 |
| 26 | 金 | 精白米 トマト なす 豆腐 キャベツ | 精白米 トマト なす 豆腐 人参 キャベツ | スパゲティ なす 合挽肉 豚レバー 玉葱 人参 ケ チャップ 油 キャベツ 胡瓜 じゃが芋 | 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 トマトビュレ 三温糖 キャベツ コーン セロリ じゃが芋 パセリ 片栗粉 ぶどう 精白米 ツナ 味噌 |
| 27 | 土 | 精白米 人参 | 精白米 人参 | 精白米 さば 人参 | 精白米 さば 人参 ごぼう みつ葉 三温糖 生姜 飲むヨーグルト |
| 29 | 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 牛乳 バター パセリ キャベツ | 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 はんぺんしめじ ねぎ バナナ さつまいもボーロ 鉄ゼリー |
| 30 | 火 | 精白米 メルルーサ 人参 冬瓜 片栗粉 | 精白米 メルルーサ オクラ 冬瓜 人参 片栗粉 | 精白米 オクラ メルルー サ 薄力粉 粉チーズ 冬瓜 人参 味噌 | 精白米 オクラ 海苔佃煮 メルルーサ 薄力粉 卵 粉チーズ パン粉 油 昆布 チキアギ 椎茸 こんにゃく 人参 ニラ 冬瓜 ねぎ 味噌 バナナ みかん パイン 黄桃 上白糖 |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |

※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。