

離乳食予定献立表

NO.1

2014年  
6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	
2	月	かぼちゃ粥 豆腐のすり流し りんごおろし煮	かぼちゃ粥 豆腐煮 人参とりんご煮	豚肉野菜のチャップライ 麩のすまし汁 スティック胡瓜	カレーライス 麩とねぎのすまし汁 ひじきともやしのサラダ スティックチーズ	赤ちゃんせんべい ブルー 豆乳又はミルク
3	火	10倍粥 にんじん豆腐 とろとろポテト	全粥 にんじん豆腐 マッシュポテト	全粥 豆腐のピカタ ポテトスティック コーンスープ	軟飯~ご飯 擬製豆腐 きんぴら炒め コーンスープ オレンジ	ふかしいも パンダ乳又はミルク
4	水	10倍粥 魚の人参おろし煮 キャベツピュレ	全粥 魚の人参おろし煮 キャベツ煮	全粥 魚のムニエル キャベツサラダ 高野豆腐のすまし汁	切干ご飯 白身魚のフライ キャベツサラダ 高野豆腐のすまし汁 黄桃	あげぼん むぎちゃ又はミルク
5	木	10倍粥 豆腐のすり流し にんじん煮	全粥 豆腐煮 根菜煮	全粥 豆腐のそぼろ煮 ゴーヤーチャンプルー そうめんの味噌汁	軟飯~ご飯 和風ハンバーグ ゴーヤーチャンプルー しめじとそうめんの味噌汁	ホットケーキ パンダ乳又はミルク
6	金	10倍粥 魚と青菜煮 かぼちゃ煮	全粥 魚と野菜煮 かぼちゃ煮	全粥 さばの煮つけ 切干大根のやわらか煮 冬瓜とエンサイの味噌汁	軟飯~ご飯 魚の有馬焼き 切干サラダ 冬瓜とエンサイの味噌汁 オレンジ	かぼちゃ蒸しパン パンダ乳又はミルク
7	土	野菜そうめん	野菜そうめん	ソーメンタシヤー	ソーメンタシヤー りんごカルゲン又はミルク	
9	月	椎茸の香り粥 豆腐のすり流し りんごおろし煮	椎茸の香り粥 豆腐のトマトあん きゅうり煮	全粥 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 しめじと麩のすまし汁	あずきなクラッカー りんご パンダ乳又はミルク
10	火	10倍粥 魚の人参おろし煮 とろとろポテト	全粥 魚の人参おろし煮 マッシュポテト	全粥 魚の煮つけ ひじき煮卵とじ さつま芋スープ	軟飯~ご飯 魚の照焼き く~ぶいりちー かき卵汁 黄桃	さつま芋のソフトクッキー パンダ乳又はミルク
11	水	10倍粥 きゅうり豆腐 にんじん豆腐	全粥 きゅうり豆腐 野菜煮	全粥 ベビーハンバーグ もーうい煮 青梗菜の味噌汁	軟飯~ご飯 チキンナゲット モーウイサラダ 青梗菜とえのきの味噌汁	赤ちゃんせんべい パンダ乳又はりんご
12	木	10倍粥 白身魚のオレンジ煮 根菜煮	全粥 白身魚のオレンジ煮 根菜煮	全粥 煮魚 パパイヤ炒め 豆苗の味噌汁	軟飯~ご飯 魚のごまダレ焼き パパイヤ炒め 豆苗の味噌汁 オレンジ	もすくのひらやちー パンダ乳又はミルク
13	金	トマト粥 キャベツ豆腐 マッシュバナナ	トマト粥 豆腐の野菜あん マッシュバナナ	スパゲティミートソース ブロッコリーサラダ レタススープ 角切りバナナ	スパゲティミートソース ブロッコリーサラダ レタススープ スライスバナナ	味噌おにぎり 麦茶又はミルク
14	土	にんじん粥	にんじん粥	カンダバーじゅーレー トマト	カンダバーじゅーレー トマト	
16	月	10倍粥 きゅうり豆腐 大根おろし煮	全粥 きゅうり豆腐 大根のくす煮	ひじきそうすい ゆし豆腐 野菜スティック	もすく丼 ゆし豆腐 大根のレモン漬	やきいも パンダ乳又はミルク
17	火	10倍粥 とろとろポテト りんごおろし煮	全粥 ささ身マッシュ 人参りんごおろし煮	全粥 ささ身マッシュ ゴーヤーサラダ わかめの味噌汁	軟飯~ご飯 チキンの香り焼き ゴーヤーサラダ じゃが芋の味噌汁	シリアルクッキー りんご パンダ乳又はミルク
18	水	白身魚のお粥 キャベツピュレ にんじん煮	白身魚のお粥 キャベツ煮 玉葱と人参煮	全粥 グルコンソテー 人参しりしりー キャベツの味噌汁	軟飯~ご飯 グルコン衣揚げ 人参しりしりー キャベツの味噌汁 オレンジ	もすくパン スティックチーズ 麦茶又はミルク

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	木	おべんとう				シフォンケーキ 果物 麦茶又はミルク
20	金	10倍粥 青菜豆腐 にんじん煮	全粥 青菜豆腐 にんじん煮	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
21	土	にんじん粥	にんじん粥	ベビーチャーハン	チャーハン 豆乳又はミルク	
24	火	キャベツ粥 豆腐のすり流し トマトピューレ	キャベツ粥 豆腐のトマトあん たまねぎ煮	トマトチーズ粥 マカロニスープ オレンジ	タコライス とうもろこし マカロニスープ オレンジ	ぼーぼー パンダ乳又はミルク
25	水	10倍粥 白身魚とポテト煮 にんじん煮	全粥 白身魚とポテト煮 にんじん煮	おくらかけ粥 魚のチーズ焼き じゃが芋ソテー アーサ汁	おくらかけご飯 魚のピザ焼き じゃが芋ソテー アーサ汁	ビスコ りんご 麦茶又はミルク
26	木	10倍粥 青菜豆腐 とろとろポテト	全粥 青菜豆腐 マッシュポテト	全粥 煮込みハンバーグ もーういのごま和え 小松菜の味噌汁	軟飯～ご飯 肉だんご もーういのごま和え 小松菜の味噌汁 パイン	スイートポテト パンダ乳又はミルク
27	金	10倍粥 白身魚とポテト煮 にんじん煮	コーン粥 魚のクリーム煮 にんじん煮	ロールパン 白身魚のクリーム煮 ホワイトシチュー スティック胡瓜	ロールパン 白身魚の黄金焼き スティック胡瓜 ホワイトシチュー スライスがサ	わかめとしらすのおにぎり 麦茶又はミルク
28	土	にんじん粥	にんじん粥	ひじきそうすい	五目ご飯 飲むヨーグルト又はミルク	
30	月	10倍粥 とろとろポテト にんじん煮	納豆粥 じゃがいも煮 玉葱と人参煮	納豆粥 レバーマッシュ 胡瓜とオレンジのサラダ 根菜の味噌汁	納豆ご飯 ちむしんじ 春雨サラダ オレンジ	フランスパン 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  
6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
2	月	精白米 かぼちゃ 豆腐 片栗粉	精白米 かぼちゃ 豆腐 片栗粉 人参 りんご	精白米 人参 かぼちゃ 玉葱 豚肩ロース ケチャップ 麩 胡瓜 人参	精白米 豚肩ロース 人参 ジャが芋 南瓜 玉葱 油 りんご グリンピース 薄力粉 バター カレー粉 麩 ねぎ ひじき もやし 胡瓜 ツナ 三温糖 チーズ せんべい プルーン 豆乳
3	火	精白米 人参 さつまいも 豆腐	精白米 豆腐 人参 さつまいも	精白米 豆腐 片栗粉 卵 油 さつまいも コーン 玉葱 ベーコン パセリ	精白米 豆腐 卵 魚すり身 人参 椎茸 ニラ ごぼう ごま 三温糖 コーン 玉葱 ベーコン 油 片栗粉 パセリ さつまいも パンダ乳
4	水	精白米 ホキ 人参 キャベツ	精白米 ホキ 人参 キャベツ	精白米 ホキ 薄力粉 油 キャベツ コーン 人参 セロリ 三温糖 凍り豆腐 ねぎ	精白米 切干大根 人参 三温糖 ホキ 薄力粉 卵 パン粉 キャベツ コーン セロリ 油 凍り豆腐 えのき ねぎ 黄桃 あげぼん
6	金	精白米 赤魚 ウンチー かぼちゃ	精白米 赤魚 ウンチー 人参 かぼちゃ	精白米 さば 切干大根 人参 冬瓜 ウンチー 味噌	精白米 さば 生姜 切干大根 胡瓜 人参 ツナ ごま 三温糖 冬瓜 ウンチー 味噌 オレンジ ホットケーキ粉 牛乳 かぼちゃ パンダ乳
7	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 油	そうめん ツナ 人参 キャベツ ねぎ 油 りんごカルゲン
9	月	精白米 椎茸(戻し汁) 豆腐 片栗粉 りんご	精白米 椎茸(戻し汁) トマト 胡瓜	精白米 豆腐 豚挽肉 長ネギ 油 人参 味噌 片栗粉 胡瓜 トマト わかめ しらす ごま 麩	精白米 豆腐 豚挽肉 干椎茸 長ネギ 人参 油 味噌 胡瓜 トマト わかめ しらす しめじ 麩 ねぎ 三温糖 あずきクラッカー りんご パンダ乳
10	火	10倍粥 魚の人参おろし煮 とろとろポテト	全粥 魚の人参おろし煮 マッシュポテト	全粥 魚の煮つけ ひじき煮卵とじ さつまいもスープ	精白米 赤魚 生姜 昆布 豚肩ロース 干椎茸 こんにゃく 人参 たら 卵 ねぎ 片栗粉 黄桃 さつまいも 薄力粉 スキムミルク ベーキングパウダー バター 牛乳 パンダ乳
11	水	精白米 豆腐 胡瓜 人参	精白米 豆腐 胡瓜 人参 青梗菜	精白米 鶏挽肉 豆腐 玉葱 卵 片栗粉 油 もーつい 人参 青梗菜 味噌	精白米 鶏挽肉 玉葱 卵 片栗粉 油 モーウイ 胡瓜 人参 ツナ 青梗菜 えのき 味噌 赤ちゃんせんべい パンダ乳 りんご
12	木	精白米 ホキ オレンジ 玉葱	精白米 ホキ オレンジ 玉葱 人参	精白米 ホキ 青パパイア 玉葱 人参 豚肩ロース 油 豆苗 味噌	精白米 ホキ 三温糖 ごま 青パパイア 玉葱 人 参 ピーマン 豚肩ロース 油 豆苗 しめじ 油揚 げ 味噌 オレンジ 薄力粉 もずく ツナ ニラ 卵 牛乳 パンダ乳
13	金	精白米 トマト 豆腐 キャベツ バナナ	精白米 トマト 豆腐 人参 キャベツ 片栗粉 バナナ	スパゲティ 合挽肉 玉葱 豚レバー 人参 トマト バター ブロッコリー コーン キャベツ レタス ベーコン しめじ バナナ	スパゲティ 合挽肉 豚レバー 玉葱 人参 トマト ケチャップ 油 ブロッコリー コーン キャベツ 胡瓜 レタス ベーコン しめじ バナナ 精白米 味噌 ツナ
14	土	精白米 人参	精白米 人参	精白米 カンダバー 人参 椎茸 トマト	精白米 カンダバー 人参 ツナ 干椎茸 トマト
16	月	精白米 豆腐 胡瓜 大根 片栗粉	精白米 豆腐 胡瓜 大根 片栗粉	精白米 ひじき 豚挽肉 人参 豆腐 ねぎ 味噌 胡瓜 大根	精白米 もずく 豚挽肉 ピーマン 卵 人参 生姜 豆腐 ねぎ 味噌 大根 胡瓜 レモン 三温糖 さつまいも パンダ乳
17	火	精白米 ジャが芋 りんご 片栗粉	精白米 鶏ささ身 じゃが芋 人参 りんご 片栗粉	精白米 鶏ささ身 じゃが芋 ゴーヤー パイン 人参 玉葱 わかめ 味噌	精白米 鶏もも肉 にんにく 薄力粉 ゴーヤー バ イン 人参 玉葱 三温糖 ジャが芋 ねぎ わかめ 味噌 薄力粉 スキムミルク バター 卵 フルーツ グラノーラ ベーキングパウダー りんご パンダ乳
18	水	精白米 グルコン キャベツ 人参	精白米 グルコン キャベツ 玉葱 人参	精白米 グルコン 薄力粉 油 人参 ピーマン 卵 玉葱 キャベツ 味噌	精白米 グルコン 薄力粉 卵 油 人参 ピーマン 玉葱 キャベツ 竹輪 味噌 オレンジ もずくパン チーズ

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
20	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 三温糖 玉葱 人参 ねぎ 豆腐 胡瓜 小松菜 人参 ツナ ヨーグルト 鮭 からし菜 精 白米
21	土	精白米 人参	精白米 人参	精白米 人参 長ネギ 卵	精白米 かに風味かまぼこ 長ネギ 卵 油 豆乳
24	火	精白米 キャベツ 豆腐 片栗粉 トマト	精白米 キャベツ 豆腐 トマト 玉葱	精白米 トマト 鶏ささ身 チーズ マカロニ ベーコン 玉葱 人参 オレンジ	精白米 合挽肉 玉葱 油 ケチャップ キャベツ トマト チーズ とうもろこし マカロニ ベーコン 人参 オレンジ ホットケーキ粉 薄力粉 卵 ベー キングパウダー 炭酸水 黒砂糖粉 牛乳 パンダ乳
25	水	精白米 キング じゃが芋 人参	精白米 オクラ キング じゃが芋 人参	精白米 オクラ キング 薄力粉 油 チーズ じゃが芋 人参 ビーマン 豚肩ロース アーサ ねぎ	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 チーズ じゃが芋 人参 ビーマン 豚肩ロース アーサ 竹輪 ねぎ ビスコ りんご
26	木	精白米 豆腐 小松菜 さつま芋	精白米 豆腐 小松菜 さつま芋	精白米 豚挽肉 玉葱 パ ン粉 卵 ケチャップ 片栗粉 モーウイ 胡瓜 人参 ご ま 小松菜 油揚げ 味噌	精白米 豚挽肉 玉葱 油 パン粉 卵 ケチャップ トマトソース 三温糖 片栗粉 モーウイ 胡瓜 人参 鶏ささ身 ごま 小松菜 油揚げ 味噌 パイン さつま芋 卵 バター 生クリーム
27	金	精白米 ホキ じゃが芋 人参	精白米 ホキ クリームコーン じゃが芋 ミルク 人参	ロールパン ホキ じゃが芋 人参 鶏もも肉 玉葱 牛乳 パセリ 胡瓜	ロールパン ホキ 薄力粉 クリームコーン 卵 チーズ パセリ 胡瓜 じゃが芋 鶏もも肉 人参 玉葱 薄力粉 バター 牛乳 パセリ パナナ 精白米 わかめ しらす
28	土	精白米 人参	精白米 人参	精白米 ひじき 人参	精白米 鶏もも肉 人参 油揚げ ひじき たけのこ ねぎ 油 飲むヨーグルト
30	月	精白米 じゃが芋 人参	精白米 納豆 じゃが芋 玉葱 人参	精白米 納豆 じゃが芋 豚レバー 胡瓜 オレンジ 人参 玉葱 味噌	精白米 納豆 のり佃煮 豚レバー 豚肩肉 にんにく じゃが芋 人参 玉葱 味噌 春雨 もやし ツナ 胡瓜 もずく 三温糖 ごま オレンジ フランスパン パンダ乳

※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。