

令和5年10月 離乳食献立表

久良岐保育園

日	前期 (5~6ヶ月)	中期・後期 (7~8・9~11ヶ月)	完了期 (12~18ヶ月)	おやつ	日	前期 (5~6ヶ月)	中期・後期 (7~8・9~11ヶ月)	完了期 (12~18ヶ月)	おやつ
2月	ヨーグルト つぶしがゆ	おかゆ/軟飯 玉葱と豆腐の煮物 / 豆腐ステーキ 人参和え かぼちゃとねぎの味噌汁	ごはん マーボー豆腐風 鉄骨サラダ(お酢なし) わかめスープ	リンゴジュース風ゼリー リンゴジュースゼリー	20日	ふかし芋 つぶしがゆ	おかゆ/軟飯 もやしの鶏そぼろ煮 大根和え 小松菜と人参の味噌汁	ごはん ビビンバ風 粉ふき芋 わかめと人参の味噌汁	煮込みうどん (ねぎ・人参) ねぎと玉葱のうどん (めんつゆ)
3火	赤ちゃん せんべい	おかゆ/軟飯 人参の鶏そぼろ煮 / 人参入りつくね キャベツ和え じゃが芋と玉葱の味噌汁 柿	ごはん 豚ももと野菜の炒め物 ハムサラダ(お酢なし) じゃが芋と玉葱の味噌汁 柿	りんごサンド	21日	赤ちゃん せんべい	おかゆ/軟飯 玉葱とささみの煮物 人参和え じゃが芋と玉葱の味噌汁	チキンライス いんげんの胡麻和え ポテトスープ	赤ちゃんせんべい ビスケット
4水	オレンジ つぶしがゆ	おかゆ/軟飯 里芋の鶏そぼろ煮 / 里芋と肉団子の煮物 チンゲン菜のしらす和え 大根と人参の味噌汁	ごはん 豚肉と野菜の味噌煮 チンゲン菜の炒め風サラダ 油揚げとわかめの味噌汁	かぼちゃの甘煮/ビスケット バナナ クラッカーサンド バナナ	23日	ヨーグルト つぶしがゆ	おかゆ/軟飯 玉葱の鶏そぼろ煮 / つくね マカロニコーンと和え 人参のポタージュ	ごはん 鶏肉のトマト炒め マカロニサラダ 人参スープ	お楽しみおやつ
5木	バナナ つぶしがゆ	おかゆ/軟飯 鶏レバーの甘辛煮 キャベツ和え じゃが芋のポタージュ	ごはん 鶏レバー入りポークビーンズ きゃべつと人参の和え もやしスープ	おかかおむすび チーズおかかおむすび	24日	オレンジ つぶしがゆ	おかゆ/軟飯 じゃが芋の鶏そぼろ煮 / ハンバーグ 人参和え ねぎと玉葱の味噌汁	ごはん 肉じゃが 切干サラダ(お酢なし) なすと長ねぎの味噌汁	きな粉蒸しパン
6金	ふかし芋 つぶしがゆ	おかゆ/軟飯 キャベツの鶏そぼろ煮 / 鶏肉ハンバーグ 大根和え 人参とねぎの味噌汁	ごはん 鶏肉ハンバーグ 塩もみ・ミニトマト 具だくさん味噌汁(ごぼうなし)	きなこおほぎ風	25日	バナナ つぶしがゆ	おかゆ/軟飯 人参の鶏そぼろ煮 / 鶏肉ハンバーグ キャベツ和え 里芋とねぎの味噌汁	ごはん 茄子と豚肉の味噌炒め キャベツサラダ(レモンなし) いもこ汁	さつまいもとりんごの 合わせ煮 さつまいもとりんごの 合わせ煮(レモンなし)
7土	運動会				26日	オレンジ つぶしがゆ	おかゆ/軟飯 人参と豆腐の煮物 / 豆腐ステーキ さつまいもの甘煮 玉葱とかぼちゃの味噌汁	ごはん 豆腐ステーキ ひじきサラダ(お酢なし) 玉葱とかぼちゃの味噌汁	きなこサンド
10火	ヨーグルト つぶしがゆ	おかゆ/軟飯 じゃが芋の鶏そぼろ煮/じゃが芋と肉団子の煮物 かぼちゃの甘煮 人参と玉葱の味噌汁	ごはん じゃが芋と肉団子の煮物 かぼちゃの煮物 えのきとわかめの味噌汁	かぼちゃ蒸しパン チーズ蒸しパン	27日	ふかし芋 つぶしがゆ	おかゆ/軟飯 キャベツとささみの煮物 蒸しかぼちゃ かぶのポタージュ	ごはん チキンのトマト煮 かぼちゃサラダ かぶのスープ	おかかおじや おかかおむすび
11水	バナナ つぶしがゆ	おかゆ/軟飯 人参と豆腐の煮物 / 豆腐ステーキ じゃが芋マッシュ 人参とねぎの味噌汁	ごはん 厚揚げとじゃが芋の煮物 もやし和え(お酢なし) 豆腐とねぎとなめこの味噌汁	マカロニきなこ	28日	赤ちゃん せんべい	おかゆ/軟飯 高野豆腐と玉葱の煮物 蒸しじゃが 人参とかぼちゃの味噌汁	ごはん とん丼(しょうがなし) 粉ふき芋 大豆スープ	カップヨーグルト 赤ちゃんせんべい カップヨーグルト ビスケット
12木	オレンジ つぶしがゆ	おかゆ/軟飯 玉葱の鶏そぼろ煮 / つくね 人参和え かぼちゃのポタージュ 梨	ごはん 豚ひきと野菜のトマト煮 ポテトサラダ(お酢なし) かぼちゃのポタージュ 梨	さつまいもの甘煮 大学芋風	30日	ヨーグルト つぶしがゆ	おかゆ/軟飯 白身魚の煮付け 人参和え もやしと玉葱の味噌汁	ごはん 鮭の塩焼き 五目豆(れんこん・こんにゃくなし) わかめと玉葱のすまし汁	煮込みうどん 焼うどん
13金	ふかし芋 つぶしがゆ	おかゆ/軟飯 玉葱とささみの煮物 キャベツ和え じゃが芋と人参の味噌汁	ごはん タンドリーチキン風 チーズサラダ(お酢なし) ポテトスープ	バナナヨーグルト	31日	バナナ つぶしがゆ	おかゆ/軟飯 鶏レバーの甘辛煮 / 鶏レバー入りハンバーグ チンゲン菜と人参和え さつまいもとねぎの味噌汁	ごはん 鶏レバー入りハンバーグ 納豆和え さつまいもとねぎの味噌汁	かぼちゃサンド シュガーサンド
14土	赤ちゃん せんべい ビスケット	おかゆ/軟飯 かぼちゃと高野豆腐の煮物 人参和え もやしと玉葱の味噌汁	ごはん 高野豆腐と野菜の煮物 人参和え もやしとしめじの味噌汁	赤ちゃんせんべい ビスケット					
16月	ヨーグルト つぶしがゆ	おかゆ/軟飯 白身魚の煮付け / 白身魚のソテー キャベツとしらす和え ねぎとかぼちゃの味噌汁	ごはん 白身魚の西京焼き わかめとしらすとキャベツ和え ねぎとかぼちゃのすまし汁	バナナ蒸しパン					
17火	赤ちゃん せんべい 煮干し	おかゆ/軟飯 ねぎとささみの煮物 さつまいもマッシュ かぶと人参の味噌汁	ごはん 鶏肉の甘辛煮 ひじきの白和え かぶとしめじの味噌汁	野菜スパゲティ					
18水	オレンジ つぶしがゆ	おかゆ/軟飯 玉葱の鶏そぼろ煮 / ハンバーグ 人参和え キャベツと玉葱の味噌汁 バナナ	ごはん ハンバーグ ちりめんサラダ(お酢なし) キャベツと玉葱の味噌汁 バナナ	蒸しじゃが じゃがバター					
19木	バナナ つぶしがゆ	おかゆ/軟飯 人参と豆腐の煮物 / 豆腐ステーキ かぼちゃマッシュ じゃが芋と玉葱の味噌汁	ごはん 厚揚げ田楽 かぼちゃの煮物 じゃが芋と玉葱の味噌汁	豆乳入りコーンフレーク 牛乳入りコーンフロスト					