

# 令和6年3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
1	金	バナナ	おかゆ/軟飯 ささみの煮物/ささみせんべい 白菜と人参和え かぶとかぶ葉の味噌汁	ごはん 鶏肉とブロッコリーのケチャップ煮 白菜サラダ(お酢なし) かぶのスープ	きなこおはぎ風	19	ビスケット <small>食べる煮干し</small>	おかゆ/軟飯 白菜の鶏そぼろ煮/白菜入りつくね 蒸しじゃが 人参と玉葱の味噌汁 バナナ	ごはん 肉団子と白菜のスープ こふき芋 バナナ	おかかおむすび ひじきおむすび
2	土	ビスケット		スパゲッティきこり風 ポテトサラダ バナナ	ビスケット	21	オレンジ	おかゆ/軟飯 玉葱とささみの煮物 キャベツと人参和え じゃが芋とねぎの味噌汁	ごはん 豚肉と玉葱の煮物 ひじきと野菜の炒め物(竹輪なし) 具だくさん味噌汁	すいとん(人参 ねぎ) すいとん(かまぼこなし)
4	月	ヨーグル	おかゆ/軟飯 白身魚の煮付け/白身魚のピカタ風 ほうれん草と人参和え 豆腐とねぎの味噌汁	ごはん カレイの照り焼き 鉄骨サラダ(お酢なし) 豆腐とねぎの味噌汁	かぼちゃ蒸しパン チーズ蒸しパン	22	バナナ	おかゆ/軟飯 南瓜とささみの煮物/ささみせんべい ゆでブロッコリー 玉葱とキャベツの味噌汁	ごはん 鶏肉の甘辛煮 ブロッコリーのドレッシング和え(お酢なし) キャベツと玉葱の味噌汁	いちご蒸しパン いちごパンケーキ
5	火	ビスケット <small>食べる煮干し</small>	おかゆ/軟飯 鶏ひきのじゃが芋マッシュ キャベツ和え 人参と玉葱の味噌汁 バナナ	ごはん じゃが芋と肉団子のケチャップ煮 キャベツサラダ(レモンなし) 人参と玉葱の味噌汁 バナナ	煮込みうどん (人参 ねぎ) 煮込みうどん(めんつゆ)	23	ビスケット		チキンライス マカロニサラダ ベジタブルスープ	ビスケット
6	水	バナナ	おかゆ/軟飯 豆腐とキャベツの煮物 ゆで人参 かぼちゃのポタージュ	ごはん 豆腐の中華煮 大根炒めサラダ 人参とわかめのスープ	かぼちゃサンド	25	ヨーグルト	おかゆ/軟飯 白身魚の煮付け/白身魚のピカタ風 ゆで人参 じゃが芋と玉葱の味噌汁	ごはん 鮭の塩焼き 凍り豆腐とひじきの含め煮 じゃが芋と玉葱とわかめの味噌汁	マカロニきなこ
7	木	遠足			きなこおはぎ風	26	ビスケット <small>食べる煮干し</small>	おかゆ/軟飯 鶏レバーの甘辛煮/鶏レバー入りハンバーグ ほうれん草和え かぶと人参の味噌汁	ごはん 鶏レバー入りハンバーグ 納豆和え かぶとしめじの味噌汁	豆乳入りコーンフレーク 牛乳入りコーンフロスト
8	金	オレンジ	おかゆ/軟飯 人参の鶏そぼろ煮/人参入りつくね ほうれん草和え 大根とねぎの味噌汁	ごはん 人参と肉団子の煮物 ほうれん草とハムの胡麻和え 豚汁(こんにゃくなし)	煮込みうどん (人参 もやし) 焼ぎうどん(人参 もやし)	27	バナナ	おかゆ/軟飯 鶏ひきマーボー豆腐 ゆで人参 ほうれん草とねぎの味噌汁	ごはん マーボー豆腐風 ナムル風煮浸し(お酢なし) わかめスープ	野菜スパゲッティ (人参 玉葱)
9	土	ビスケット		ごはん 豚挽と野菜の炒め物 ジャーマンポテト(カレー粉なし) キャベツスープ	ビスケット	28	オレンジ	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 人参と玉葱の味噌汁	ごはん 南瓜のグラタン シーチキンサラダ(レモンなし) 人参スープ	おかかおむすび
11	月	ヨーグル	おかゆ/軟飯 玉葱の鶏そぼろ煮/つくね キャベツ和え 人参のポタージュ	ごはん 豚肉と野菜の煮物 和風サラダ(お酢なし) えのきと舞茸の味噌汁	きな粉豆乳ゼリー	29	バナナ	おかゆ/軟飯 玉葱とささみの煮物/ささみせんべい 蒸しかぼちゃ 人参のポタージュ バナナ	ごはん ミートソース 蒸し鶏サラダ 人参のポタージュ バナナ	バナナサンド
12	火	ビスケット <small>食べる煮干し</small>	おかゆ/軟飯 大根のとりそぼろ煮/鶏挽ハンバーグ 南瓜のマッシュ 小松菜とねぎの味噌汁	ごはん ビビンバ風 南瓜のマッシュ わかめとねぎのスープ	バナナ蒸しパン バナナパンケーキ	30	ビスケット		ごはん 青椒肉絲 じゃが芋としめじのサラダ 花麩とねぎの味噌汁	カップヨーグルト ビスケット
13	水	バナナ	おかゆ/軟飯 玉葱と高野豆腐の煮物/Feハンバーグ 蒸しかぼちゃ チンゲン菜とねぎの味噌汁	ごはん Fe強化煮込みハンバーグ 人参のグラッセ チンゲン菜スープ	おたのしみおやつ					
14	木	オレンジ	おかゆ/軟飯 キャベツと豆腐の煮物/豆腐ステーキ ほうれん草和え 玉葱と人参の味噌汁	ごはん キャベツと豚肉の蒸し煮(にんにくなし) ひじきの白和え(こんにゃくなし) わかめと人参のすまし汁	きな粉ヨーグルト 赤ちゃんせんべい/ビスケット					
15	金	バナナ	おかゆ/軟飯 南瓜の鶏そぼろ煮/つくねと南瓜あんかけ ブロッコリー和え じゃがいものポタージュ いちご	ごはん 鶏肉のケチャップ炒め コーンブロッコリー ポテトスープ いちご	バナナサンド					
18	月	ヨーグル	おかゆ/軟飯 豆腐の煮崩し/豆腐ステーキ ゆで人参 玉葱と南瓜の味噌汁	ごはん 厚揚げ田楽 にんじんしりしり えのきとニラのすまし汁	南瓜の甘煮 バナナ クラッカーサンド バナナ					