

令和6年4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	月	ヨーグルト 10倍又はつぶしがゆ 人参ときな粉のとうとう キャベツのとうとう	おかゆ/軟飯 人参の鶏そぼろ煮/ハンバーグ キャベツ和え 南瓜と玉葱の味噌汁 バナナ	ごはん 肉団子と人参のケチャップ煮 ハムサラダ(お酢なし) 南瓜と玉葱の味噌汁 バナナ	煮込みうどん(ねぎ・人参)	17	オレンジ 10倍又はつぶしがゆ 南瓜ときな粉のとうとう 人参のとうとう	おかゆ/軟飯 ささみの煮物 ゆで人参 もやしと南瓜の味噌汁	ごはん 豚肉の西京焼き にんじんしりしり もやしとニラの味噌汁	かぼちゃの甘煮 バナナ クラッカーサンド バナナ
2	火	バナナ 10倍又はつぶしがゆ じゃが芋ときな粉のとうとう 人参のとうとう	おかゆ/軟飯 ささみの煮物 蒸しじゃが 人参と玉葱の味噌汁	ごはん 鶏肉の甘辛煮 キャベツとインゲンのお浸し じゃが芋と玉葱と人参の味噌汁	マカロニきなこと	18	ビスケット 食べる煮干し 10倍又はつぶしがゆ 豆腐のとうとう 人参のとうとう	おかゆ/軟飯 玉葱と豆腐の煮物 蒸しかぼちゃ ブロッコリーのポターージュ	ごはん マーボー豆腐風 蒸しかぼちゃ ブロッコリーのポターージュ	豆乳入りコーンフレーク 牛乳入りコーンフロスト
3	水	オレンジ 10倍又はつぶしがゆ 豆腐のとうとう 人参のとうとう	おかゆ/軟飯 豆腐とキャベツの煮物 ゆで人参 ねぎとチンゲン菜の味噌汁	ごはん 豆腐の中華煮 春雨サラダ(お酢なし) わかめスープ	南瓜蒸しパン	19	バナナ 10倍又はつぶしがゆ 南瓜ときな粉のとうとう 人参のとうとう	おかゆ/軟飯 キャベツの鶏そぼろ煮/ お好み焼きハンバーグ ゆで人参 チンゲン菜と玉葱の味噌汁	ごはん お好み焼きハンバーグ 人参のグラッセ ゆでスナップエンドウ チンゲン菜スープ	お楽しみおやつ
4	木	ハイハイ ビスケット 食べる煮干し 10倍又はつぶしがゆ じゃが芋ときな粉のとうとう キャベツのとうとう	おかゆ/軟飯 鶏レバーの甘辛煮 じゃが芋のマッシュ キャベツのポターージュ	ごはん 鶏レバー入りポークビーンズ スパゲッティ-サラダ オニオンスープ	きなこ蒸しパン きなこパンケーキ	20	ビスケット 10倍又はつぶしがゆ 高野豆腐のとうとう 人参のとうとう	おかゆ/軟飯 高野豆腐の煮物 蒸しじゃが 人参と南瓜の味噌汁	ごはん ベーコンと野菜の炒め物 シーチキンサラダ オニオンスープ	ハイハイ ビスケット
5	金	バナナ 10倍又はつぶしがゆ 南瓜ときな粉のとうとう キャベツのとうとう	おかゆ/軟飯 キャベツの鶏そぼろ煮 /つくねのキャベツあんかけ ゆで人参 玉葱と南瓜の味噌汁	ごはん キャベツと豚肉の蒸し煮(ニンニク無し) ひじきの白和え(こんにやく無し) えのきとまいたけの味噌汁	蒸しじゃが ジャーマンポテト(カレー粉無) (ピーマン)	22	ヨーグルト 10倍又はつぶしがゆ 白身魚のとうとう かぶのとうとう	おかゆ/軟飯 カレイの煮付け ゆで人参 かぶともやしの味噌汁	ごはん 鱈の照り焼き ひじきと大豆の炒り煮 かぶとしめじの味噌汁	煮込みうどん (もやし・人参) 焼きうどん (もやし・ニラ)
6	土	ビスケット 10倍又はつぶしがゆ 高野豆腐のとうとう じゃが芋のとうとう	おかゆ/軟飯 高野豆腐の煮物 蒸しじゃが 玉ねぎと南瓜の味噌汁 バナナ	ごはん スパゲッティきり風 じゃが芋としめじのサラダ バナナ	ハイハイ ビスケット	23	オレンジ 10倍又はつぶしがゆ じゃが芋ときな粉のとうとう キャベツのとうとう	おかゆ/軟飯 キャベツと豆腐の煮物 蒸しじゃが 小松菜と人参の味噌汁	ごはん すき焼き風(しらすき無し) 粉吹きいも 小松菜と油揚げの味噌汁	南瓜蒸しパン チーズ蒸しパン
8	月	ヨーグルト 10倍又はつぶしがゆ 白身魚のとうとう 人参のとうとう	おかゆ/軟飯 カレイの煮付け ゆで人参 豆腐とねぎの味噌汁	ごはん 鮭の塩焼き ゆで人参 豆腐とねぎとえのきのすまし汁	バナナ蒸しパン	24	バナナ 10倍又はつぶしがゆ 南瓜ときな粉のとうとう 人参のとうとう	おかゆ/軟飯 鶏レバーの甘辛煮 チンゲン菜和え 人参ともやしの味噌汁	ごはん 鶏レバーの甘辛煮 納豆和え わかめとねぎのスープ	バナナヨーグルト
9	火	オレンジ 10倍又はつぶしがゆ 人参ときな粉のとうとう キャベツのとうとう	おかゆ/軟飯 人参の鶏そぼろ煮/人参入りつみれ キャベツ和え 南瓜と玉葱の味噌汁	ごはん 豚肉と野菜の煮物 キャベツ和え 玉葱とニラの味噌汁	バナナサンド	25	ハイハイ ビスケット 食べる煮干し 10倍又はつぶしがゆ 高野豆腐のとうとう 南瓜のとうとう	おかゆ/軟飯 ささみの煮物 蒸しかぼちゃ ねぎと玉葱の味噌汁	ごはん チキンのハーブ焼き かぼちゃサラダ アスパラスープ	おかかおむすび
10	水	バナナ 10倍又はつぶしがゆ 豆腐のとうとう 人参のとうとう	おかゆ/軟飯 南瓜の鶏そぼろ煮/ハンバーグ ゆで人参 豆腐とねぎの味噌汁	ごはん ハンバーグ ゆで人参 豆腐とねぎとなめこと油揚げの味噌汁	野菜スパゲッティ (キャベツ・しらす)	26	オレンジ 10倍又はつぶしがゆ 豆腐のとうとう じゃが芋のとうとう	おかゆ/軟飯 玉葱の鶏そぼろ煮/ 鯉のぼりハンバーグ 蒸しじゃが ねぎと南瓜の味噌汁	ごはん 鯉のぼりハンバーグ ポテトサラダ 花麩とねぎのすまし汁	きな粉おはぎ風
11	木	ハイハイ ビスケット 食べる煮干し 10倍又はつぶしがゆ 人参ときな粉のとうとう かぶのとうとう	おかゆ/軟飯 ささみの煮物 キャベツ和え 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 コールスローサラダ(お酢無し) かぶのスープ	おかかおむすび チーズおかかおむすび	27	ビスケット 10倍又はつぶしがゆ 高野豆腐のとうとう 人参のとうとう	おかゆ/軟飯 高野豆腐の煮物 蒸しじゃが 人参と南瓜の味噌汁	ごはん 青椒肉絲 インゲンのごま和え じゃが芋とわかめの味噌汁	ハイハイ ビスケット
12	金	オレンジ 10倍又はつぶしがゆ 南瓜ときな粉のとうとう 人参のとうとう	おかゆ/軟飯 玉葱の鶏そぼろ煮/ハンバーグ ゆでブロッコリー 人参ポターージュ バナナ	ごはん ハンバーグのトマトソースがけ コーンブロッコリー 人参ポターージュ バナナ	かぼちゃサンド	30	バナナ 10倍又はつぶしがゆ 人参ときな粉のとうとう 南瓜のとうとう	おかゆ/軟飯 南瓜の鶏そぼろ煮/ハンバーグ ゆで人参 玉葱と豆腐の味噌汁 オレンジ	ごはん 肉団子と玉葱のケチャップ煮 大根炒めサラダ 人参スープ オレンジ	きな粉蒸しパン きな粉パンケーキ
13	土	ハイハイ ビスケット 10倍又はつぶしがゆ 高野豆腐のとうとう キャベツのとうとう	おかゆ/軟飯 高野豆腐の煮物 キャベツ和え 玉葱と人参の味噌汁	ごはん とん井風 ごまキャベツ 玉葱とニラの味噌汁	ハイハイ カップヨーグルト ビスケット					
15	月	ヨーグルト 10倍又はつぶしがゆ じゃが芋ときな粉のとうとう キャベツのとうとう	おかゆ/軟飯 じゃが芋の鶏そぼろ煮/つみれ ゆで人参 キャベツと玉葱の味噌汁	ごはん 肉じゃが 鉄骨サラダ(お酢なし) キャベツと玉葱の味噌汁	煮込みうどん (キャベツ・もやし) 焼きうどん (キャベツ・もやし)					
16	火	バナナ 10倍又はつぶしがゆ 人参ときな粉のとうとう 大根のとうとう	おかゆ/軟飯 キャベツの鶏そぼろ煮/小松菜と肉団子の 蒸しかぼちゃ もやしと人参の味噌汁	ごはん ビビンバ風 蒸しかぼちゃ 中華風春雨スープ	豆乳きなこゼリー					