

令和6年5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	水	ハイハイ ビスケット つぶしがゆ 豆腐ののり 人参ののり	おかゆ/軟飯 鶏挽マーボー豆腐風 ゆで人参 南瓜のポターージュ	ごはん マーボー豆腐風 春雨サラダ(お酢無し) ニラスープ	マカロニきなこと	21	火	ヨーグルト つぶしがゆ しらすののり キャベツののり	おかゆ/軟飯 ささみの煮物 蒸しかぼちゃ 人参とキャベツの味噌汁	ごはん 鶏肉の酢豚風 大根炒め風サラダ えのきとニラのすまし汁	野菜スパゲッティ (人参 キャベツ)
2	木	ハイハイ ビスケット つぶしがゆ 南瓜ときな粉ののりと 人参ののり	おかゆ/軟飯 人参の鶏そぼろ煮/人参と肉団子の煮物 蒸しかぼちゃ ねぎともやしの味噌汁 バナナ	ごはん 人参と肉団子の煮物 チンゲン菜とハムの胡麻和え ねぎともやしの味噌汁 バナナ	すいとん (人参 ねぎ) すいとん(かまぼこなし)	22	水	バナナ つぶしがゆ 豆腐ののり 人参ののり	おかゆ/軟飯 人参と豆腐の煮物 キャベツ和え じゃが芋と玉葱の味噌汁	ごはん 厚揚げとじゃが芋の煮物 アスパラのおかか和え 玉葱と舞茸の味噌汁	豆乳入りコーンフレーク 牛乳入りコーンフロスト
7	火	ハイハイ ビスケット つぶしがゆ 人参ときな粉ののり 大根ののり	おかゆ/軟飯 じゃが芋の鶏挽マッシュ キャベツ和え 人参とねぎの味噌汁	ごはん ビビンバ風 蒸しかぼちゃ 中華風春雨スープ	煮込みうどん (人参 ねぎ) うどん(にんじん ねぎ)	23	木	オレンジ つぶしがゆ 南瓜ときな粉ののり かぶののり	おかゆ/軟飯 鶏レバーの甘辛煮/鶏レバー入りハンバーグ ゆで人参 かぶとチンゲン菜の味噌汁	ごはん 鶏レバー入りハンバーグ 納豆和え かぶと生姜の味噌汁	南瓜の甘煮 バナナ クラッカーサンド バナナ
8	水	オレンジ つぶしがゆ キャベツときな粉ののり 南瓜ののり	おかゆ/軟飯 玉葱の鶏そぼろ煮/ハンバーグ ゆで人参 キャベツのポターージュ	ごはん ハンバーグ うのはな(こんにやくなし) キャベツと玉葱の味噌汁	バナナ蒸しパン バナナパンケーキ	24	金	バナナ つぶしがゆ 人参ときな粉ののり キャベツののり	おかゆ/軟飯 キャベツの鶏そぼろ煮/キャベツとつくねの煮物 蒸しじゃが 人参のポターージュ	ごはん キャベツと豚肉の蒸し煮(にんにくなし) こふき芋 えのきと油揚げの味噌汁	南瓜蒸しパン チーズ蒸しパン
9	木	バナナ つぶしがゆ 南瓜ときな粉ののり かぶののり	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 タンドリーチキン(カレー粉なし) チンゲン菜の炒め風サラダ かぶのスープ	ミネストローネ風 ミネストローネ	25	土	ハイハイ ビスケット つぶしがゆ	おかゆ/軟飯 高野豆腐の煮物 ゆで人参 玉葱とキャベツの味噌汁 バナナ	スパゲッティーミートソース キャベツソテー バナナ	ハイハイ ビスケット
10	金	オレンジ つぶしがゆ 人参ときな粉ののり じゃが芋ののり	おかゆ/軟飯 キャベツの鶏そぼろ煮/つくね 蒸しじゃが 人参と玉葱の味噌汁	ごはん 豚肉と玉葱の煮物 キャベツとインゲンのおかか和え 具だくさん味噌汁	南瓜蒸しパン	27	月	ヨーグルト つぶしがゆ しらすののり 人参ののり	おかゆ/軟飯 白身魚の煮付け 蒸しかぼちゃ 人参とねぎの味噌汁	ごはん 白身魚の西京焼き 凍り豆腐とひじきの含め煮 人参とねぎのすまし汁	蒸しじゃが
11	土	ハイハイ ビスケット つぶしがゆ	おかゆ/軟飯 高野豆腐の煮物 じゃが芋のマッシュ チンゲン菜と玉葱の味噌汁	ごはん 青椒肉絲 ポテトサラダ チンゲン菜スープ	カップヨーグルト ハイハイ カップヨーグルト ビスケット	28	火	オレンジ つぶしがゆ 豆腐ののり キャベツののり	おかゆ/軟飯 キャベツと豆腐の煮物 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 切り干しサラダ ねぎとわかめのスープ	バナナサンド
13	月	ヨーグルト つぶしがゆ しらすののり じゃが芋ののり	おかゆ/軟飯 白身魚の煮付け キャベツ和え 人参と玉葱の味噌汁	ごはん 鮭の塩焼き コールスローサラダ 玉葱とわかめの味噌汁	蒸しじゃが ジャーマンポテト (カレー粉なし)	29	水	バナナ つぶしがゆ じゃが芋ときな粉ののり 人参ののり	おかゆ/軟飯 玉葱の鶏そぼろ煮/鶏肉ハンバーグ じゃが芋のマッシュ 南瓜のポターージュ	ごはん 肉じゃが(しらたきなし) 鉄骨サラダ えのきと舞茸の味噌汁	きな粉蒸しパン きなこパンケーキ
14	火	オレンジ つぶしがゆ 人参ときな粉ののり 南瓜ののり	おかゆ/軟飯 人参とささみの煮物 ゆで人参 チンゲン菜とねぎの味噌汁	ごはん 鶏肉の甘辛煮 ひじきの白和え(こんにやくなし) 麩とねぎのすまし汁	きな粉サンド	30	木	ハイハイ ビスケット つぶしがゆ 南瓜ときな粉ののり 人参ののり	おかゆ/軟飯 ささみの煮物 南瓜のマッシュ 人参と玉葱の味噌汁	ごはん チキンのハーブ焼き かぼちゃサラダ 人参スープ	おかかおじや グリーンピースおむすび(あおりの)
15	水	ハイハイ ビスケット つぶしがゆ 豆腐ののり キャベツののり	おかゆ/軟飯 キャベツと豆腐の煮物/豆腐ステーキ 蒸しかぼちゃ 玉葱とねぎの味噌汁	ごはん 豆腐ステーキ ナムル風煮浸し(お酢なし) わかめスープ	煮込みうどん (もやし キャベツ)	31	金	オレンジ つぶしがゆ しらすののり じゃが芋ののり	おかゆ/軟飯 玉葱の鶏そぼろ煮/玉ねぎと肉団子の煮物 キャベツ和え じゃが芋と玉葱の味噌汁	ごはん 豚肉とピーマンの味噌炒め キャベツとしらす和え じゃが芋と玉葱の味噌汁	南瓜蒸しパン
16	木	バナナ つぶしがゆ 人参ときな粉ののり 南瓜ののり	おかゆ/軟飯 ささ身の煮物 じゃが芋のマッシュ キャベツのポターージュ	ごはん 鶏肉のケチャップ煮 シーチキンサラダ 玉葱と人参のスープ	おかかおじや ひじきおむすび(青のり)						
17	金	オレンジ つぶしがゆ 南瓜ときな粉ののり キャベツののり	おかゆ/軟飯 キャベツの鶏そぼろ煮/キャベツとつくねの煮物 ゆで人参 じゃが芋ともやしの味噌汁	ごはん 豚肉と野菜の炒め煮(竹輪 こんにやくなし) 蒸し鶏サラダ もやしとニラの味噌汁	きな粉豆乳ゼリー風 きな粉豆乳ゼリー						
18	土	ハイハイ ビスケット つぶしがゆ	おかゆ/軟飯 高野豆腐の煮物 蒸しかぼちゃ 人参と玉葱の味噌汁	ごはん 肉味噌 いんげんの胡麻和え オニオンスープ	ハイハイ ビスケット						
20	月	ハイハイ ビスケット つぶしがゆ じゃがいもときな粉ののり 人参ののり	おかゆ/軟飯 玉葱の鶏そぼろ煮/つくね ゆで人参 じゃが芋のポターージュ	ごはん 高野豆腐入りひじきハンバーグ こふき芋 アスパラスープ	おたのしみおやつ						