

# 令和7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 土	ビスケット			肉味噌丼 ブロッコリーサラダ もやしとわかめの味噌汁	ビスケット	18 火	食べる煮干 ビスケット	10倍がゆ 南瓜ときなこのとろとろ 人参のとろとろ	おかゆ/軟飯	ごはん Fe強化煮込みハンバーグ 温野菜 カリフラワー 人参のグラッセ チンゲン菜スープ	おたのしみおやつ
3 月	ヨーグルト	10倍がゆ 人参ときなこのとろとろ 小松菜のとろとろ	おかゆ/軟飯	ごはん 白身魚の煮付け 凍り豆腐とひじきの含め煮 小松菜のごま和え 花麩と三つ葉のすまし汁/いちご	ビスケット (いちご)	19 水	オレンジ	10倍がゆ じゃが芋ときなこのとろとろ ほうれん草のとろとろ	おかゆ/軟飯	ごはん 鶏レバー入りハンバーグ 納豆和え じゃが芋と玉ねぎとわかめの味噌汁	バナナヨーグルト (コーンフレーク)
4 火	オレンジ	10倍がゆ 鶏挽のとろとろ キャベツのとろとろ	おかゆ/軟飯	ごはん 青椒肉絲 春雨のソテー えのきと舞茸の味噌汁	バナナ蒸しパン	21 金	バナナ	10倍がゆ 南瓜ときなこのとろとろ 人参のとろとろ	おかゆ/軟飯	ごはん 鶏肉のケチャップ煮 コーンブロッコリー ポテトスープ いちご	牛乳入りコーンフロスト
5 水	食べる煮干 ビスケット	10倍がゆ 豆腐のとろとろ ほうれん草のとろとろ	おかゆ/軟飯	ごはん 厚揚げの甘酢あんかけ ほうれん草のマヨドレ和え(竹輪なし) 玉葱とわかめの味噌汁	きなこ蒸しパン	24 月	ヨーグルト	10倍がゆ 白身魚のとろとろ ひじきのとろとろ	おかゆ/軟飯	ごはん 白身魚の西京焼き ひじきと大豆の炒り煮 なめこ汁	クラッカーサンド バナナ
6 木	干し芋	10倍がゆ 南瓜ときなこのとろとろ 白菜のとろとろ	おかゆ/軟飯	ごはん チキンのハーブ焼き 南瓜サラダ 白菜スープ	チーズおかかおむすび	25 火	食べる煮干 ビスケット	10倍がゆ じゃが芋ときなこのとろとろ ブロッコリーのとろとろ	おかゆ/軟飯	ごはん 鶏肉とブロッコリーのケチャップ煮 こぶき芋 キャベツスープ	わかめおむすび
7 金	オレンジ	10倍がゆ 鶏挽のとろとろ キャベツのとろとろ バナナ	おかゆ/軟飯	ごはん 人参入りつくね コールスローサラダ じゃが芋のポターージュ バナナ	すいとん(かまぼこなし)	26 水	オレンジ	10倍がゆ 人参ときなこのとろとろ じゃが芋のとろとろ	おかゆ/軟飯	ごはん 人参入りつくね うのはな(こんにやくなし) 具だくさん味噌汁	チーズ蒸しパン
8 土	ビスケット			ごはん 豚ロースの照り焼き 白菜サラダ(お酢なし) じゃが芋と玉ねぎの味噌汁	カップヨーグルト カルシウムせんべい	27 木	バナナ	10倍がゆ 南瓜ときなこのとろとろ 人参のとろとろ	おかゆ/軟飯	ごはん ピビンバ風 蒸しかぼちゃ わかめとねぎのスープ	きなこ豆乳ゼリー
10 月	ヨーグルト	10倍がゆ しらすのとろとろ 人参のとろとろ	おかゆ/軟飯	ごはん 鮭の塩焼き 塩もみ ミニトマト 人参スープ	南瓜蒸しパン	28 金	オレンジ	10倍がゆ しらすのとろとろ 人参のとろとろ	おかゆ/軟飯	ごはん 鶏肉の甘辛煮 大根炒めサラダ 豚汁(こんにやくなし)	ジャムサンド
11 火	遠足				きなこおはぎ風	29 土	ビスケット	10倍がゆ	おかゆ/軟飯	二色ごはん さつま芋のごま和え 大根とわかめの味噌汁	ビスケット
12 水	バナナ	10倍がゆ 人参ときなこのとろとろ かぶのとろとろ	おかゆ/軟飯	ごはん 豚肉と野菜の煮物 ブロッコリーのドレッシング和え(お酢なし) かぶとかぶ葉の味噌汁	チャー麺	31 月	ヨーグルト	10倍がゆ 鶏挽のとろとろ ひじきのとろとろ	おかゆ/軟飯	ごはん 松風焼き ひじきの白和え(こんにやくなし) 納豆汁	フライドポテト風
13 木	オレンジ	10倍がゆ 南瓜ときなこのとろとろ キャベツのとろとろ バナナ	おかゆ/軟飯	ごはん ミートソース キャベツサラダ(レモンなし) 南瓜のポターージュ バナナ	きなこサンド						
14 金	食べる煮干 ビスケット	10倍がゆ 豆腐のとろとろ ほうれん草のとろとろ	おかゆ/軟飯	ごはん マーボ豆腐(ニンニク 生姜なし) ナムル風煮びたし わかめスープ	ジャムサンド						
15 土	ビスケット			ごはん ベーコンと野菜の炒め物 マカロニサラダ アスパラスープ	ビスケット						
17 月	バナナ	10倍がゆ 豆腐のとろとろ 人参のとろとろ	おかゆ/軟飯	ごはん 豚肉と玉ねぎの煮物 鉄骨サラダ(お酢なし) 豆腐と長ネギとえのきのすまし汁	ミニミニピザ						