

離乳食献立表

2018年 9月

菊名愛児園
園長 伊藤 愛

		午前					
目安		9~12か月頃 (モグモグ期) (カミカミ期)	主な材料	12~18か月頃 (パクパク期) (パクパク期)	主な材料	午後間食共通	主な材料
1	土	五目雑炊 野菜スープ	米 しらす 人参 玉ねぎ ほうれん草	五目雑炊 野菜スープ	米 しらす 人参 玉ねぎ ほうれん草	せんべい	せんべい
3	月	おかゆ 味噌汁 豚肉と野菜の煮物 人参スティック	米 にら 豚肉 玉ねぎ もやし 人参	軟飯 味噌汁 豚肉と野菜の煮物 人参スティック	米 にら 豚肉 玉ねぎ もやし 人参	豆腐雑炊	米 豆腐
4	火	おかゆ 野菜スープ 豆乳シチュー サラダ	米 玉ねぎ 鶏肉 もやし 南瓜 豆乳 キャベツ 胡瓜	軟飯 野菜スープ 豆乳シチュー サラダ	米 玉ねぎ 鶏肉 もやし 南瓜 豆乳 キャベツ 胡瓜	南瓜雑炊	米 南瓜
5	水	おかゆ 味噌汁 麻婆春雨 茄子の煮物	米 豚肉 人参 えのき 春雨 にら キャベツ 茄子	軟飯 味噌汁 麻婆春雨 茄子の煮物	米 豚肉 人参 えのき 春雨 にら キャベツ 茄子	チーズ雑炊	米 チーズ
6	木	おかゆ 野菜スープ きれいの味噌煮 小松菜の炒め煮	米 きれい 人参 玉ねぎ キャベツ 小松菜 コーン	軟飯 野菜スープ きれいの味噌煮 小松菜の炒め煮	米 きれい 人参 玉ねぎ キャベツ 小松菜 コーン	パン粥	食パン 粉ミルク
7	金	おかゆ 味噌汁 豆腐チャンプルー さつまいもスティック	米 しめじ 豆腐 人参 長ねぎ キャベツ さつまいも	軟飯 味噌汁 豆腐チャンプルー さつまいもスティック	米 しめじ 豆腐 人参 長ねぎ キャベツ さつまいも	じゃが芋雑炊	米 じゃが芋
8	土	五目雑炊 野菜スープ	米 しらす 人参 玉ねぎ ほうれん草	五目雑炊 野菜スープ	米 しらす 人参 玉ねぎ ほうれん草	せんべい	せんべい
10	月	おかゆ 味噌汁 ローストチキン ひじき煮	米 大根 小松菜 鶏肉 ひじき 人参 いんげん	軟飯 味噌汁 ローストチキン ひじき煮	米 大根 小松菜 鶏肉 ひじき 人参 いんげん	豆腐雑炊	米 豆腐
11	火	おかゆ 味噌汁 煮魚 切干大根煮	米 小葱 きれい 人参 切干大根 いんげん	軟飯 味噌汁 煮魚 切干大根煮	米 小葱 きれい 人参 切干大根 いんげん	じゃが芋雑炊	米 じゃが芋
12	水	うどん 野菜スープ 南瓜煮	うどん 豚肉 人参 キャベツ にら かぼちゃ	うどん 野菜スープ 南瓜煮	うどん 豚肉 人参 キャベツ にら かぼちゃ	チーズ雑炊	米 チーズ
13	木	おかゆ スープ 回鍋肉 小松菜の納豆和え	米 大根 キャベツ 人参 しめじ 小松菜 納豆	軟飯 スープ 回鍋肉 小松菜の納豆和え	米 大根 キャベツ 人参 しめじ 小松菜 納豆	さつまいも雑炊	米 さつまいも
14	金	おかゆ 野菜スープ そぼろ煮 人参スティック	米 玉ねぎ 豚肉 じゃが芋 えのき 人参	軟飯 野菜スープ そぼろ煮 人参スティック	米 玉ねぎ 豚肉 じゃが芋 えのき 人参	大根雑炊	米 大根
15	土	五目雑炊 野菜スープ	米 しらす 人参 玉ねぎ ほうれん草	五目雑炊 野菜スープ	米 しらす 人参 玉ねぎ ほうれん草	せんべい	せんべい

担当:大友