



令和3年2月 こども園エクレス(保育園) 離乳食予定献立表

日にち	曜日	午前おやつ(完了期)	初期(5~6ヶ月頃)	中期(7~8ヶ月頃)	後期(9~11ヶ月頃)	完了期(12ヶ月頃~)	午後おやつ(完了期) (後期)下段
1	月	アパンマンせんべい	おかゆ 人参ときなこのペースト ブロッコリーのペースト かぶのスープ	おかゆ 鶏肉と人参の煮物 ブロッコリーの煮物 かぶのスープ	おかゆ 鶏肉と人参の煮物 ブロッコリーの煮物 かぶのスープ	ご飯 鶏肉のトマト煮 コールスロー かぶのスープ・フルーツ	牛乳・みたらしまカロニ きなこ粥
2	火	リッツ	人参粥 豆腐のペースト 小松菜のペースト 大根のすまし汁	人参粥 豆腐の煮物 小松菜のお浸し 大根のすまし汁	人参粥 豆腐の煮物 小松菜のお浸し 大根のすまし汁	節分カレーライス 大根と小松菜のごま和え きのこのスープ フルーツ	牛乳・鬼まんじゅう(さつま芋・小麦粉) さつま芋粥
3	水	クラッカー	おかゆ 魚のペースト 大根と人参のペースト 小松菜のすまし汁	おかゆ 魚の煮物 大根と人参の煮物 小松菜のすまし汁	おかゆ 魚の煮物 大根と人参の煮物 小松菜のすまし汁	ご飯 白身魚の西京焼き ひじきの詰め煮 けんちん汁・フルーツ	牛乳・ちんすこう 蒸しパン
4	木	アスパラガスビスケット	おかゆ 高野豆腐と人参のペースト マッシュポテト きゅうりのすり流し汁	おかゆ 高野豆腐と人参の煮物 マッシュポテト きゅうりのすり流し汁	おかゆ 高野豆腐と人参の煮物 マッシュポテト きゅうりのすり流し汁	ご飯 鶏肉のピザ風焼き フレンチサラダ じゃが芋と人参のスープ・フルーツ	牛乳・ツナの炊込みごはん ツナのおかゆ
5	金	ハイハイ	おかゆ 豆腐のペースト 白菜と麩のペースト 人参のスープ	おかゆ 豆腐の煮物 白菜と麩の和え物 人参のスープ	おかゆ 豆腐の煮物 白菜と麩の和え物 人参のスープ	麦ご飯 すき焼き風煮 もやしときゅうりのナムル しめじと玉ねぎの味噌汁・フルーツ	牛乳・スコーン(ホットケーキミックス・いちごジャム) 蒸しパン
6	土	アパンマンビスケット	豆腐入りおかゆ 人参と麩のスープ	鶏肉と人参入りおかゆ 豆腐のすまし汁	鶏肉と人参入りおかゆ 豆腐のすまし汁	五目チャーハン わかめスープ	鈴かステラ・せんべい ベビー菓子
8	月	リッツ	おかゆ 高野豆腐と大根のペースト マッシュポテト 人参とじゃが芋のスープ	おかゆ 高野豆腐と大根の煮物 マッシュポテト 人参とじゃが芋のスープ	おかゆ 高野豆腐と大根の煮物 マッシュポテト 人参とじゃが芋のスープ	ご飯 ポークチャップ 粉心き芋 じゃが芋と大根のスープ・フルーツ	牛乳・のりスナック 麩のきなこ和え
9	火	アパンマンせんべい	おかゆ かぼちゃときなこのペースト ほうれん草のお浸し 高野豆腐のすまし汁	おかゆ 鶏肉の煮物 ほうれん草のお浸し 高野豆腐のすまし汁	おかゆ 鶏肉の煮物 ほうれん草のお浸し 高野豆腐のすまし汁	ご飯 そぼろ入り卵焼き ほうれん草ときこの和風ソテー 高野豆腐の味噌汁・フルーツ	牛乳・かぼちゃの蒸しまんじゅう かぼちゃの蒸しパン
10	水	野菜クラッカー	おかゆ 人参ときなこのペースト かぼちゃのペースト 麩のすまし汁	おかゆ 人参と高野豆腐の煮物 かぼちゃの煮物 麩のすまし汁	おかゆ 人参と高野豆腐の煮物 かぼちゃの煮物 麩のすまし汁	焼肉丼 味噌和え わかめと油揚げのすまし汁 フルーツ	牛乳・ミルクフレンチトースト いちごジャムパン
12	金	リッツ	おかゆ 魚のペースト 小松菜と人参のペースト さつま芋のスープ	おかゆ 魚の煮物 小松菜と人参のお浸し さつま芋のスープ	おかゆ 魚の煮物 小松菜と人参のお浸し さつま芋のスープ	麦ご飯 魚の照り焼き 青菜の納豆和え さつま芋としめじの味噌汁・フルーツ	牛乳・鶏ごぼうご飯 鶏雑炊
13	土	アパンマンビスケット	かぼちゃ入りおかゆ 高野豆腐と人参のすまし汁	かぼちゃ入りおかゆ 高野豆腐と人参のすまし汁	かぼちゃ入りおかゆ 高野豆腐と人参のすまし汁	ねぎ塩豚丼 わかめのすまし汁	麦茶・マラーカオ ベビー菓子
15	月	リッツ	おかゆ 魚のペースト 白菜と人参のペースト 麩のすまし汁	おかゆ 魚の煮物 白菜と人参の煮物 麩のすまし汁	おかゆ 魚の煮物 白菜と人参の煮物 麩のすまし汁	ご飯 鯖の味噌煮 白菜のおかか和え 麩とわかめのすまし汁・フルーツ	牛乳・黒蜜プリン 豆乳味噌おじや
16	火	ハイハイ	おかゆ じゃが芋ときなこのペースト 人参とじゃが芋のペースト きゅうりのすり流し汁	おかゆ じゃが芋と高野豆腐の煮物 人参とじゃが芋の煮物 きゅうりのすり流し汁	おかゆ じゃが芋と高野豆腐の煮物 人参とじゃが芋の煮物 きゅうりのすり流し汁	ご飯 肉じゃが 塩昆布和え なめこの味噌汁・フルーツ	牛乳・スキムミルクのサブシ 蒸しパン
17	水	アスパラガスビスケット	おかゆ 豆腐のペースト 小松菜のペースト 大根と人参のすまし汁	おかゆ 豆腐の煮物 小松菜のお浸し 大根と人参のすまし汁	おかゆ 豆腐の煮物 小松菜のお浸し 大根と人参のすまし汁	ご飯 麻婆春雨 小松菜と油揚げのお浸し えのきと大根のスープ・フルーツ	牛乳・揚げパン いちごジャムパン
18	木	アパンマンせんべい	おかゆ さつま芋ときなこのペースト 人参のペースト 麩のすまし汁	おかゆ 鶏肉の煮物 人参の煮物 麩のすまし汁	おかゆ 鶏肉の煮物 人参の煮物 麩のすまし汁	麦ご飯 ポークカツレツ もやしときゅうりのツナサラダ 麩と玉ねぎの味噌汁・フルーツ	牛乳・スイートポテト さつま芋の甘煮
19	金	クラッカー	パン粥 または おかゆ しらすとじゃが芋のペースト 大根と人参のペースト 白菜のスープ	食パン または おかゆ しらすとじゃが芋の煮物 大根と人参の煮物 白菜のスープ	食パン または おかゆ しらすとじゃが芋の煮物 大根と人参の煮物 白菜のスープ	ロールパン 冬野菜のクリームシチュー しらすサラダ フルーツ	牛乳・きなこ団子 きなこ粥
20	土	マンナ	ツナ入り人参粥 ほうれん草と麩のスープ	ツナ入り人参粥 ほうれん草と麩のスープ	ツナ入り人参粥 ほうれん草と麩のスープ	チキントマトスパゲティ ツナのスープ	麦茶・チーズスティックパン ベビー菓子
22	月	野菜クラッカー	おかゆ 豆腐と人参のペースト 大根と麩のペースト きゅうりのすり流し汁	おかゆ 豆腐と人参の煮物 大根と麩の和え物 きゅうりのすり流し汁	おかゆ 豆腐と人参の煮物 大根と麩の和え物 きゅうりのすり流し汁	ご飯 チンジャオロース ちくわのパンサンデー 大根とコーンのスープ・フルーツ	牛乳 黒ゴマメープルパウンドケーキ 蒸しパン
24	水	クラッカー	おかゆ かぼちゃときなこのペースト 小松菜のペースト じゃが芋のスープ	おかゆ 鶏肉とかぼちゃの煮物 小松菜のお浸し じゃが芋のスープ	おかゆ 鶏肉とかぼちゃの煮物 小松菜のお浸し じゃが芋のスープ	焼きそば かぼちゃのいとこ煮 小松菜の味噌汁 フルーツ	牛乳・おかか昆布おにぎり 味噌おじや
25	木	アスパラガスビスケット	おかゆ 高野豆腐と小松菜のペースト 人参のペースト 麩のすまし汁	おかゆ 高野豆腐と小松菜の煮物 人参の煮物 麩のすまし汁	おかゆ 高野豆腐と小松菜の煮物 人参の煮物 麩のすまし汁	ご飯 鶏肉と根菜のうま煮 なるこの納豆和え わかめとえのきの味噌汁・フルーツ	牛乳・チーズおやき マッシュポテト
26	金	ハイハイ	おかゆ 人参ときなこのペースト じゃが芋と麩のペースト かぼちゃのスープ	おかゆ 人参と鶏肉の煮物 じゃが芋と麩の和え物 かぼちゃのスープ	おかゆ 人参と鶏肉の煮物 じゃが芋と麩の和え物 かぼちゃのスープ	ご飯 キーマカレーライス 蒸し鶏のサラダ チーズ コーンとキャベツのスープ・フルーツ	牛乳・モンブランケーキ(牛乳・卵・生クリーム・さつま芋・栗) さつま芋の蒸しパン
27	土	マンナ	人参粥 豆腐のスープ	鶏肉と人参のおかゆ 豆腐のスープ	鶏肉と人参のおかゆ 豆腐のスープ	三色丼 豆腐の味噌汁	麦茶・りんごのパン ベビー菓子

*材料購入の関係上、多少の変更はご了承願います。

*おやつは完了期に提供するものを記載しています。

*献立の「ご飯」に使用しているお米は、国内産米となっています。

*保育園では調理にはいろいろな食材を使用しております。献立表の材料名もご覧いただき、食べたことがない食材は事前にご家庭でもお試しくださるようお願い申し上げます。

