

令和3年3月 とも園エクレス (保育園) 離乳食予定献立表

日	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) 下段 (後期)
1	月	リッツ	おかゆ 豆腐のペースト 白菜と人参のペースト じゃぶのスープ	おかゆ 豆腐の煮物 白菜と人参の和え物 じゃぶのスープ	おかゆ 豆腐の煮物 白菜と人参の和え物 じゃぶのスープ	ご飯 回鍋肉 白菜とちくわの中華和え えのきとわかめのスープ・フルーツ	牛乳・バターサンドパン シュガーパン (食パン・砂糖)
2	火	アガアツせんべい	おかゆ 高野豆腐と人参のペースト 大根と鮭のペースト 白菜のすまし汁	おかゆ 高野豆腐と人参の煮物 大根と鮭の和え物 白菜のすまし汁	おかゆ 高野豆腐と人参の煮物 大根と鮭の和え物 白菜のすまし汁	ご飯 豚肉と大根の煮物 塩こんぶ和え 豆腐と長ねぎの味噌汁・フルーツ	牛乳・ココアババロア 味噌おじや
3	水	ハイハイ	人参粥 魚のペースト ほうれん草のペースト 鮭のすまし汁	人参粥 魚の煮物 ほうれん草のお浸し 鮭のすまし汁	人参粥 魚の煮物 ほうれん草のお浸し 鮭のすまし汁	ちらし寿司 ほうれん草のお浸し 花鮭のすまし汁 フルーツ	麦茶・ひなまつりケーキ 蒸しパン
4	木	アスパラガスビスケット	パン粥 又は おかゆ しらすと人参のペースト じゃぶのペースト きゅうりのすり流し汁	食パン 又は おかゆ 鶏肉と人参の和え物 じゃぶの煮物 きゅうりのすり流し汁	食パン 又は おかゆ 鶏肉と人参の和え物 じゃぶの煮物 きゅうりのすり流し汁	ロールパン マカロニグラタン しらすサラダ トマトのスープ・フルーツ	牛乳・ひじきごはん かぼちゃの雑炊
5	金	クラッカー	おかゆ 豆腐のペースト 小松菜と鮭のペースト 人参のスープ	おかゆ 豆腐の煮物 小松菜と鮭の煮物 人参のスープ	おかゆ 豆腐の煮物 小松菜と鮭の煮物 人参のスープ	麦ご飯 生揚げの野菜あんかけ 鶏香和え しめじとえのきの味噌汁・フルーツ	牛乳・フライドポテト マッシュポテト
6	土	マンナ	ほうれん草入りおかゆ 人参と豆腐のスープ	鶏肉とほうれん草入りおかゆ 人参と豆腐のスープ	鶏肉とほうれん草入りおかゆ 人参と豆腐のスープ	チキンライス コーンスープ	麦茶・ウエハース・せんべい ベビー菓子
8	月	クラッカー	おかゆ 豆腐のペースト 小松菜と人参のペースト きゅうりのすり流し汁	おかゆ 豆腐の煮物 小松菜と人参のお浸し きゅうりのすり流し汁	おかゆ 豆腐の煮物 小松菜と人参のお浸し きゅうりのすり流し汁	ご飯 鶏肉の甘辛炒め ひじきのサラダ わかめと長ねぎの味噌汁・フルーツ	牛乳・おからレーズンクッキー おから入り蒸しパン
9	火	アガアツせんべい	おかゆ 魚のペースト ほうれん草とじゃが芋のマッシュ 人参のスープ	おかゆ 魚の煮物 ほうれん草とじゃが芋の煮物 人参のスープ	おかゆ 魚の煮物 ほうれん草とじゃが芋の煮物 人参のスープ	ご飯 魚の照り焼き じゃが芋とツナのソテー ほうれん草とちくわのすまし汁・フルー	牛乳・真珠蒸し 味噌おじや
10	水	野菜クラッカー	おかゆ 高野豆腐と人参のペースト 鮭のきなこと和え 大根のすまし汁	おかゆ 高野豆腐と人参の煮物 鮭のきなこと和え 大根のすまし汁	おかゆ 高野豆腐と人参の煮物 鮭のきなこと和え 大根のすまし汁	ご飯 鶏肉と厚揚げの野菜あんかけ 春雨の和え物 大根としめじのスープ・フルーツ	牛乳・ヨーグルトスコーン ヨーグルト蒸しパン
11	木	クラッカー	おかゆ 豆腐と小松菜のペースト 人参のペースト 鮭のすまし汁	おかゆ 鶏肉と小松菜の煮物 人参の煮物 鮭のすまし汁	おかゆ 鶏肉と小松菜の煮物 人参の煮物 鮭のすまし汁	麦ご飯 塩から揚げ風 春雨サラダ 小松菜とさくらげのスープ・フルーツ	牛乳・鮭のおにぎり 鮭の雑炊
12	金	ハイハイ	おかゆ 鮭とキャベツのペースト 人参ときなこのペースト 大根のスープ	おかゆ 鶏肉とキャベツの煮物 人参ときなこの和え物 大根のスープ	おかゆ 鶏肉とキャベツの煮物 人参ときなこの和え物 大根のスープ	ご飯 八宝菜 もやしとのサラダ (カレー風味) 大根と油揚げの味噌汁	牛乳・ボンテケーショ (白玉粉・豆腐・チーズ・小麦) 豆腐入りおじや
13	土	マンナ	人参粥 高野豆腐とほうれん草のペースト	人参粥 高野豆腐と人参の煮物	人参粥 高野豆腐と人参の煮物	焼肉丼 ほうれん草と油揚げの味噌汁	麦茶・チーズスティックパン ベビー菓子
15	月	リッツ	おかゆ じゃが芋ときなこのペースト 小松菜のペースト 人参のすまし汁	おかゆ じゃが芋ときなこの和え物 小松菜のお浸し 人参のすまし汁	おかゆ じゃが芋ときなこの和え物 小松菜のお浸し 人参のすまし汁	ご飯 味噌肉じゃが 青菜の納豆和え もずくのすまし汁・フルーツ	牛乳・ホットケーキ 蒸しパン
16	火	アスパラガスビスケット	おかゆ 豆腐のペースト ブロッコリーとしらすのペースト じゃが芋のスープ	おかゆ 豆腐の煮物 ブロッコリーとしらすの煮物 じゃが芋のスープ	おかゆ 豆腐の煮物 ブロッコリーとしらすの煮物 じゃが芋のスープ	チキンカレーライス ブロッコリーとカリフラワーのサラダ しめじのスープ フルーツ	牛乳・わかめおにぎり かぼちゃの雑炊
17	水	アガアツせんべい	パン粥 又は おかゆ 魚のペースト ほうれん草と人参のペースト じゃぶのスープ	食パン 又は おかゆ 魚の煮物 ほうれん草と人参の和え物 じゃぶのスープ	食パン 又は おかゆ 魚の煮物 ほうれん草と人参の和え物 じゃぶのスープ	ロールパン 魚のパン粉焼き チーズ入り野菜サラダ ほうれん草とちくわのスープ・フルーツ	牛乳・中華風五平餅 (二刀) 味噌おじや
18	木	アスパラガスビスケット	おかゆ 豆腐と人参のペースト かぼちゃのペースト きゅうりのすり流し汁	おかゆ 豆腐と人参の煮物 かぼちゃの煮物 きゅうりのすり流し汁	おかゆ 豆腐と人参の煮物 かぼちゃの煮物 きゅうりのすり流し汁	ご飯 麻婆豆腐 かぼちゃサラダ えのきのすまし汁・フルーツ	牛乳・ココアババロア 味噌おじや
19	金	ハイハイ	おかゆ 高野豆腐とかぼちゃのペースト 人参のペースト じゃぶのスープ	おかゆ 高野豆腐とかぼちゃの煮物 人参の煮物 じゃぶのスープ	おかゆ 高野豆腐とかぼちゃの煮物 人参の煮物 じゃぶのスープ	焼きそば 厚揚げのサラダ わかめスープ フルーツ	牛乳・ぼたもち 小豆粥
22	月	クラッカー	おかゆ 魚のペースト 人参のペースト 鮭のすまし汁	おかゆ 魚の煮物 人参の煮物 鮭のすまし汁	おかゆ 魚の煮物 人参の煮物 鮭のすまし汁	ご飯 鶏の味噌煮 人参の煮物 キャベツの味噌汁・フルーツ	牛乳・じゃが芋のおやき マッシュポテト
23	火	リッツ	おかゆ 豆腐のペースト きなこ人参のペースト じゃぶのスープ	おかゆ 鶏肉の煮物 きなこ人参の和え物 じゃぶのスープ	おかゆ 鶏肉の煮物 きなこ人参の和え物 じゃぶのスープ	ご飯 中華炒め チキンサラダ ちやしと人参のスープ・フルーツ	牛乳・オレンジのケーキ 蒸しパン (オレンジ果汁入り)
24	水	野菜クラッカー	おかゆ 高野豆腐とほうれん草のペースト じゃが芋のマッシュ 人参のスープ	おかゆ 高野豆腐とほうれん草の煮物 じゃが芋のマッシュ 人参のスープ	おかゆ 高野豆腐とほうれん草の煮物 じゃが芋のマッシュ 人参のスープ	焼き肉丼 ほうれん草とウィンナー炒め しめじの味噌汁 フルーツ	牛乳・揚げパン マーガリンパン (食パン・マーガリン) フルーツ
25	木	アガアツせんべい	おかゆ しらすと人参のペースト じゃぶと鮭のペースト 豆乳スープ (鶏だし)	おかゆ 鶏肉と人参の煮物 じゃぶとしらすの和え物 豆乳スープ (鶏だし)	おかゆ 鶏肉と人参の煮物 じゃぶとしらすの和え物 豆乳スープ (鶏だし)	ご飯 ミートローフ キャベツとしらすのサラダ 豆乳スープ・フルーツ	牛乳・きつねおにぎり (油揚げ・米) 味噌おじや
26	金	アスパラガスビスケット	おかゆ 魚のペースト 小松菜と人参のペースト 鮭のすまし汁	おかゆ 魚の煮物 小松菜と人参のお浸し 鮭のすまし汁	おかゆ 魚の煮物 小松菜と人参のお浸し 鮭のすまし汁	ご飯 和風五目オムレツ 小松菜のおかか和え 鮭と玉ねぎの味噌汁・フルーツ	牛乳・グレープゼリー グレープゼリー
27	土	マンナ	おかゆ 豆腐入りおかゆ ほうれん草と人参のスープ	おかゆ 鶏肉入りくたくたうどん ほうれん草と人参のスープ	おかゆ 鶏肉入りくたくたうどん ほうれん草と人参のスープ	鶏肉とほうれん草のスパゲティ 豆腐と小ねぎのスープ	麦茶・ウエハース・せんべい ベビー菓子
29	月	リッツ	おかゆ 豆腐のペースト 白菜と人参のペースト かぼちゃのスープ	おかゆ 豆腐の煮物 白菜と人参の和え物 かぼちゃのスープ	おかゆ 豆腐の煮物 白菜と人参の和え物 かぼちゃのスープ	ご飯 がんもどきと鶏肉の旨煮 白菜の甘酢和え 里芋と玉ねぎの味噌汁・フルーツ	牛乳・豆乳マフィン 豆乳蒸しパン
30	火	ハイハイ	おかゆ 高野豆腐と人参の煮物 ほうれん草のペースト 鮭のすまし汁	おかゆ 鶏肉と人参の煮物 ほうれん草のお浸し 鮭のすまし汁	おかゆ 鶏肉と人参の煮物 ほうれん草のお浸し 鮭のすまし汁	二色丼 なるとの納豆和え 豆腐の味噌汁 フルーツ	麦茶・スナッ燻 鮭の甘煮きなこと
31	水	クラッカー	おかゆ 豆腐とかぼちゃのペースト じゃぶと鮭のペースト きゅうりのすり流し汁	おかゆ 豆腐とかぼちゃの煮物 じゃぶと鮭の和え物 きゅうりのすり流し汁	おかゆ 豆腐とかぼちゃの煮物 じゃぶと鮭の和え物 きゅうりのすり流し汁	カレーライス じゃぶとトマトのサラダ エリンギのスープ フルーツ	牛乳・おかかのおにぎり おかかの雑炊

*材料購入の関係上、多少の変更はご了承ください。
 *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い。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い。