



日付	9~11カ月頃(適宜刻む)			7~8カ月頃(適宜つぶす)	
	朝の補食	お昼ごはん	午後の補食	お昼ごはん	午後の補食
4・18 (火)	ミルク またはお茶 麩ラスク	固がゆ(精白米) みそ汁(かぶ・ほうれん草) 魚の磯辺ムニエル(鮭・青のり) 肉じゃが <small>(豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・グリーンピース)</small> <small>(煮干しだし・味噌・食塩・薄力粉・バター・オリーブ油・調合油・醤油・上白糖・みりん・鰹だし・片栗粉)</small>	ミルク じゃが芋おやき (じゃが芋・チーズ)	おかゆ みそ汁(汁のみ) 鮭・かぶ・ほうれん草のとろとろ煮 じゃが芋・人参のやわらか煮	ミルク
5 (水)	ミルク またはお茶 じゃが芋	固がゆ(精白米) お雑煮(鶏肉・ほうれん草・里芋・麩) 松風焼き(豚肉・玉ねぎ・ごま) 紅白なます(大根・人参) みかん <small>(鰹だし・醤油・食塩・パン粉・上白糖・味噌・調合油・米酢・みりん)</small>	おせち献立 ミルク さつま芋きんとん	おかゆ 野菜スープ(汁のみ) 鶏ささみ・里芋・ほうれん草のとろとろ煮 大根・人参のやわらか煮 つぶしみかん	ミルク
6・20 (木)	ミルク またはお茶 にんじん	鶏の炊き込みご飯又はおじや (精白米・鶏肉・人参・のり) みそ汁(玉ねぎ・わかめ・麩) さつま芋のレモン煮 りんご <small>(煮干しだし・味噌・醤油・上白糖・レモン汁・食塩・バター)</small>	ミルク きなこトースト (食パン・きなこ)	おかゆ みそ汁(汁のみ) 麩・たまねぎのとろとろ煮 さつま芋・りんごのやわらか煮	ミルク
7 (金)	ミルク またはお茶 バナナ	固がゆ(精白米) みそ汁(さつま芋・ねぎ) 豆腐ハンバーグ <small>(豆腐・鶏肉・玉ねぎ・ブロッコリー)</small> 小魚和え (しらす・もやし・ほうれん草) <small>(煮干しだし・味噌・片栗粉・食塩・調合油・クチャップ・ソース・上白糖・米酢・醤油・昆布だし・鰹だし)</small>	ミルク 七草風がゆ <small>(精白米・鶏肉・大根・かぶ)</small>	おかゆ みそ汁(汁のみ) しらす・ほうれん草・人参のとろとろ煮 ブロッコリーのやわらか煮	ミルク
8・22 (土)	ミルク またはお茶 さつま芋	ツナそぼろ丼 <small>(精白米・ツナ缶・玉ねぎ・人参・しょうが)</small> すまし汁(玉ねぎ・わかめ・麩) こぶき芋(じゃが芋) <small>(調合油・上白糖・みりん・料理酒・醤油・鰹だし・食塩)</small>	ミルク チーズ	おかゆ すまし汁(汁のみ) 鮭・玉ねぎ・人参のとろとろ煮 じゃが芋の煮つぶし	ミルク
11・25 (火)	ミルク またはお茶 チーズ 	固がゆ(精白米) 豚汁 <small>(豚肉・里芋・大根・人参・ねぎ)</small> 魚のあかね焼き(カジキ) きゅうりのもみこみ (きゅうり・もやし・わかめ・ごま) <small>(鰹だし・味噌・調合油・クチャップ・醤油・上白糖・料理酒・みりん・米酢・食塩・スキムミルク・牛乳・バター)</small>	ミルク 人参のホットケーキ <small>(ホットケーキミックス・人参)</small>	おかゆ みそ汁(汁のみ) カジキ・里芋・人参のとろとろ煮 きゅうりのすりおろし	ミルク
12・26 (水)	ミルク またはお茶 じゃが芋	煮込みうどん (うどん・鶏肉・ほうれん草・ねぎ) さつま芋の磯辺揚げ (さつま芋・人参・ひじき・青のり) バナナ <small>(鰹だし・上白糖・醤油・料理酒・みりん・食塩・薄力粉・調合油・味噌)</small>	ミルク わんぱく焼き <small>(精白米・しらす・小松菜 青のり・かつお節・ごま)</small>	うどんのやわらか煮 (ほうれん草のせ) 鶏ささみ・さつまいも・人参のとろとろ煮 つぶしバナナ	ミルク





保育園離乳食献立表(0歳児)



2022年 1月分

日付	9~11カ月頃(適宜刻む)			7~8カ月頃(適宜つぶす)	
	朝の補食	お昼ごはん	午後の補食	お昼ごはん	午後の補食
13・27 (木)	ミルク またはお茶 にんじん	固がゆ(精白米) 野菜のケチャップ煮 (鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・にんにく) ほうれん草のサラダ (ほうれん草・キャベツ・ツナ缶・コーン) りんご (バター・薄力粉・スキムミルク・食塩・調合油・ソース・ケチャップ・米酢・上白糖)	ミルク ぶどうゼリー (ぶどうジュース・寒天)	おかゆ 鶏ささみ・じゃが芋・玉ねぎのとろとろ煮 ほうれん草・人参のやわらか煮 りんごのすりおろし	ミルク
14・28 (金)	ミルク またはお茶 さつまいも	固がゆ(精白米) みそ汁(かぼちゃ・えのき・ねぎ) 魚のチーズ焼き (鮭・チーズ・玉ねぎ) じゃが芋きんぴら(じゃが芋・人参) (煮干しだし・味噌・食塩・醤油・料理酒)	ミルク オレンジ	おかゆ みそ汁(汁のみ) 鮭・じゃが芋・玉ねぎのとろとろ煮 かぼちゃ・人参の煮つぶし	ミルク
15・29 (土)	ミルク またはお茶 麩ラスク	固がゆ(精白米) すまし汁(じゃが芋・わかめ) 魚のみそ煮(さば・しょうが) 春雨の炒め物 (春雨・豚肉・人参・ピーマン) (鰹だし・醤油・食塩・上白糖・味噌・料理酒・ごま油)	ミルク チーズ	おかゆ すまし汁(汁のみ) 麩・ピーマンのとろとろ煮 じゃが芋・人参の煮つぶし	ミルク 
17・31 (月)	ミルク またはお茶 じゃが芋	クリームスパゲッティ (スパゲッティ・ツナ缶・玉ねぎ・マッシュルーム) 野菜スープ(キャベツ・人参) かぼちゃのオイル焼き りんご (調合油・バター・薄力粉・牛乳・食塩・オリーブ油・醤油・上白糖・ごま油)	ミルク 中華ご飯 又はおじや (精白米・豚肉・人参)	おかゆ 野菜スープ(汁のみ) 麩・キャベツ・人参のとろとろ煮 りんごのすりおろし	ミルク
19 (水)	ミルク またはお茶 にんじん 	固がゆ(精白米) みそ汁(かぶ・豆腐) レバーと豚肉のかりん揚げ (豚レバー・豚肉・しょうが・にんにく) キャベツのごまサラダ (キャベツ・きゅうり・人参・ごま) (煮干しだし・味噌・醤油・片栗粉・調合油・ソース・ケチャップ・上白糖・米酢・食塩)	ミルク じゃこトースト (食パン・しらす・青のり・チーズ)	おかゆ みそ汁(汁のみ) 鶏ささみ・キャベツ・かぶのとろとろ煮 きゅうり・人参のやわらか煮	ミルク
21 (金)	ミルク またはお茶 バナナ	固がゆ(精白米) みそ汁(さつまいも・ねぎ) 豆腐ハンバーグ (豆腐・鶏肉・玉ねぎ・ブロッコリー) 小魚和え (しらす・もやし・ほうれん草) (煮干しだし・味噌・片栗粉・食塩・調合油・ケチャップ・ソース・上白糖・米酢・醤油・牛乳・スキムミルク)	ミルク きな粉蒸しパン (ホットケーキミックス・きなこ)	おかゆ みそ汁(汁のみ) しらす・ほうれん草・玉ねぎのとろとろ煮 ブロッコリー・さつまいものやわらか煮	ミルク
24 (月)	ミルク またはお茶 麩ラスク	ロールパン 野菜のポトフ (じゃが芋・玉ねぎ・人参・しめじ) 鶏肉のコーンフ레이크焼き (鶏肉・にんにく・コーンフ레이크) トマトときゅうりのサラダ (トマト・きゅうり・チーズ) (醤油・上白糖・調合油・オリーブ油・食塩・みりん)	ミルク さつまいもご飯 又はおじや (精白米・さつまいも・ごま)	パン粥 野菜スープ(汁のみ) 鶏ささみ・じゃが芋・人参のとろとろ煮 トマトのやわらか煮	ミルク

※9~11カ月頃の午後の補食は発育の状態に合わせて変更する場合があります ※献立は予告なく変更する場合があります

