



2021年度



離乳食献立表

ハレルヤ保育園
072-868-5541



	月	火	水	木	金	土
離乳食	<p>おしらせ</p> <p>※都合により献立を変更する場合があります。</p> <p>※ミルクは別に用意しています。</p>		<p>1</p> <p>*初期前・10倍粥 さつまいものペースト、野菜スープ 胚芽米、さつまいも *初期後・10倍粥 さつまいもと白菜のペースト 白身魚ののり煮、野菜スープ 胚芽米、さつまいも、白菜、白身魚 *中期・粥/後期・軟飯 煮魚、五目みそ汁 胚芽米、白身魚、玉葱、人参、三度豆 三温糖、醤油、さつまいも、玉葱 白菜、小松菜、人参、味噌、だし *中期/米粉のケーキサレ、みかん 米粉、野菜、粉ミルク、みかん *後期/米粉のケーキサレ、みかん 米粉、野菜、スキムミルク、みかん</p>	<p>2</p> <p>*初期前・10倍粥 キャベツのペースト、野菜スープ 胚芽米、キャベツ *初期後・10倍粥 キャベツと大根のペースト 麩ののり煮、野菜スープ 胚芽米、キャベツ、大根、麩 *中期・粥/後期・軟飯 すき焼き風煮、里芋みそ汁 胚芽米、牛肉、豆腐、ほうれん草、玉葱 麩、油、醤油、三温糖、里芋 わかめ、小松菜、人参、味噌、だし *中期/チヂミ、グレープフルーツ 米粉、野菜、しらす干し、グレープフルーツ *後期/チヂミ、グレープフルーツ 米粉、野菜、しらす干し、グレープフルーツ</p>	<p>3</p> <p>*初期前・10倍粥 白菜のペースト、野菜スープ 胚芽米、白菜 *初期後・10倍粥 白菜と玉葱のペースト 白身魚ののり煮、野菜スープ 胚芽米、白菜、玉葱、白身魚 *中期・粥/後期・軟飯 魚の野菜あんかけ、のっぺい汁 胚芽米、白身魚、小松菜、人参 里芋、三温糖、片栗粉、鶏肉、里芋 人参、大根、醤油、塩、だし *中期/おじや、バナナ 胚芽米、野菜、だし、バナナ *後期/おじや、バナナ 胚芽米、野菜、だし、醤油、バナナ</p>	<p>4</p> <p>*初期前・10倍粥 ほうれん草のペースト、野菜スープ 胚芽米、ほうれん草 *初期後・10倍粥 ほうれん草と南瓜のペースト 豆腐ののり煮、野菜スープ 胚芽米、ほうれん草、南瓜、豆腐 *中期・粥/後期・軟飯 ささみと豆腐の煮物、南瓜のみそ汁 胚芽米、豆腐、鶏ささみ、ブロッコリー、玉葱 ほうれん草、醤油、三温糖、南瓜 ほうれん草、わかめ、人参、味噌、だし</p>
			午後食	午後食	午後食	午後食
離乳食	6	7	8	9	10	11
	<p>*初期前・10倍粥 白菜のペースト、野菜スープ 胚芽米、白菜 *初期後・10倍粥 白菜と小松菜のペースト 白身魚ののり煮、野菜スープ 胚芽米、白菜、小松菜、白身魚 *中期・粥/後期・軟飯 魚のみそ煮、白菜スープ 胚芽米、白身魚、大根、人参、三度豆 三温糖、味噌、白菜、豆腐 人参、小松菜、塩、だし *中期/小豆粥、りんご 胚芽米、小豆、青菜、りんご *後期/小豆粥、りんご 胚芽米、小豆、青菜、りんご</p>	<p>*初期前・10倍粥 南瓜のペースト、野菜スープ 胚芽米、南瓜 *初期後・10倍粥 南瓜とほうれん草のペースト 豆腐ののり煮、野菜スープ 胚芽米、南瓜、ほうれん草、豆腐 *中期・粥/後期・軟飯 豚ひき肉と野菜の煮物、すまし汁 胚芽米、豚肉、ほうれん草、人参、南瓜 三温糖、醤油、片栗粉、豆腐、わかめ じゃがいも、人参、小松菜、だし *中期/パン粥、オレンジ 食パン、粉ミルク、きなこ、オレンジ *後期/トースト、オレンジ 食パン、スキムミルク、きなこ、オレンジ</p>	<p>*初期前・10倍粥 玉葱のペースト、野菜スープ 胚芽米、玉葱 *初期後・10倍粥 玉葱とほうれん草のペースト 豆腐ののり煮、野菜スープ 胚芽米、玉葱、ほうれん草、白身魚 *中期・粥/後期・軟飯 魚のトマト煮、すまし汁 胚芽米、白身魚、玉葱、人参 トマト、三温糖、麩、わかめ 人参、小松菜、醤油、だし *中期/ミルクゼリー、りんご 粉ミルク、小豆、寒天、りんご *後期/ミルクゼリー、りんご スキムミルク、小豆、寒天、りんご</p>	<p>*初期前・10倍粥 南瓜のペースト、野菜スープ 胚芽米、南瓜 *初期後・10倍粥 南瓜とキャベツのペースト 豆腐ののり煮、野菜スープ 胚芽米、南瓜、キャベツ、豆腐 *中期・粥/後期・軟飯 豚肉と野菜の煮物、豆腐のみそ汁 胚芽米、豚肉、キャベツ、人参 南瓜、三温糖、醤油、片栗粉、豆腐 大根、ほうれん草、人参、味噌、だし *中期/南瓜の甘煮、みかん 南瓜、だし、みかん *後期/南瓜の甘煮、みかん 南瓜、醤油、だし、みかん</p>	<p>*初期前・10倍粥 大根のペースト、野菜スープ 胚芽米、大根 *初期後・10倍粥 大根と人参のペースト 白身魚ののり煮、野菜スープ 胚芽米、大根、人参、白身魚 *中期・粥/後期・軟飯 煮魚、すまし汁 胚芽米、白身魚、里芋、人参 南瓜、三温糖、醤油、わかめ 麩、大根、人参、小松菜、だし *中期/きなこ粥、バナナ 胚芽米、きなこ、バナナ *後期/きなこ粥、バナナ 胚芽米、きなこ、バナナ</p>	<p>*初期前・10倍粥 キャベツのペースト、野菜スープ 胚芽米、キャベツ *初期後・10倍粥 キャベツとじゃがいものペースト 豆腐ののり煮、野菜スープ 胚芽米、キャベツ、じゃがいも、豆腐 *中期・粥/後期・軟飯 豚ひき肉と豆腐の煮物、じゃがいものみそ汁 胚芽米、豚肉、キャベツ、玉葱 豆腐、三温糖、醤油、じゃがいも わかめ、チンゲン菜、味噌、だし *中期/南瓜粥、バナナ 胚芽米、南瓜、バナナ *後期/南瓜粥、バナナ 胚芽米、南瓜、バナナ</p>
午後食	午後食	午後食	午後食	午後食	午後食	午後食
離乳食	13	14	15	16	17	18
	<p>*初期前・10倍粥 白菜のペースト、野菜スープ 胚芽米、白菜 *初期後・10倍粥 白菜と人参のペースト 白身魚ののり煮、野菜スープ 胚芽米、白菜、人参、白身魚 *中期・粥/後期・軟飯 煮魚、豆腐旨煮 胚芽米、白身魚、里芋、人参、ブロッコリー 三温糖、醤油、豆腐、わかめ 人参、白身魚、鶏ささみ、だし *中期/スイートポテト、りんご さつまいも、粉ミルク、りんご *後期/スイートポテト、りんご さつまいも、スキムミルク、りんご</p>	<p>*初期前・10倍粥 人参のペースト、野菜スープ 胚芽米、人参 *初期後・10倍粥 人参とチンゲン菜のペースト 麩ののり煮、野菜スープ 胚芽米、人参、チンゲン菜、麩 *中期・粥/後期・軟飯 鶏肉と根菜の煮物、麩のみそ汁 胚芽米、鶏肉、ブロッコリー、人参 チンゲン菜、塩、ほうれん草 里芋、人参、味噌、だし *中期/枝豆の蒸しパン、りんご 米粉、枝豆、粉ミルク、りんご *後期/枝豆の蒸しパン、りんご 米粉、枝豆、スキムミルク、りんご</p>	<p>*初期前・10倍粥 玉葱のペースト、野菜スープ 胚芽米、玉葱 *初期後・10倍粥 玉葱と小松菜のペースト 白身魚ののり煮、野菜スープ 胚芽米、玉葱、小松菜、白身魚 *中期・粥/後期・軟飯 魚の野菜あんかけ、おかず汁 胚芽米、白身魚、小松菜、人参、なす 三温糖、醤油、片栗粉、鶏肉、豆腐 人参、玉葱、味噌、だし *中期/煮奴、グレープフルーツ 豆腐、野菜、だし、グレープフルーツ *後期/煮奴、グレープフルーツ 豆腐、野菜、醤油、だし、グレープフルーツ</p>	<p>*初期前・10倍粥 じゃがいものペースト、野菜スープ 胚芽米、じゃがいも *初期後・10倍粥 じゃがいもと小松菜のペースト 豆腐ののり煮、野菜スープ 胚芽米、じゃがいも、小松菜、豆腐 *中期・粥/後期・軟飯 炒り豆腐、コーンスープ 胚芽米、豆腐、じゃがいも、人参、小松菜 油、三温糖、醤油、片栗粉、じゃがいも 玉葱、人参、コーン、塩、だし *中期/ひじき粥、バナナ 胚芽米、ひじき、青菜、バナナ *後期/ひじき粥、バナナ 胚芽米、ひじき、青菜、バナナ</p>	<p>*初期前・10倍粥 ブロッコリーのペースト、野菜スープ 胚芽米、ブロッコリー *初期後・10倍粥 ブロッコリーと大根のペースト 白身魚ののり煮、野菜スープ 胚芽米、ブロッコリー、大根、白身魚 *中期・粥/後期・軟飯 煮魚、さつまい汁 胚芽米、白身魚、里芋、人参 ブロッコリー、三温糖、醤油、鶏肉 豆腐、大根、人参、味噌、だし *中期/青菜粥、みかん 胚芽米、青菜、みかん *後期/青菜粥、みかん 胚芽米、青菜、みかん</p>	<p>*初期前・10倍粥 南瓜のペースト、野菜スープ 胚芽米、南瓜 *初期後・10倍粥 南瓜と玉葱のペースト 麩ののり煮、野菜スープ 胚芽米、南瓜、玉葱、麩 *中期・粥/後期・軟飯 豚肉と南瓜の煮物、豆腐のみそ汁 胚芽米、豚肉、南瓜、人参、小松菜 三温糖、醤油、豆腐、玉葱 小松菜、人参、味噌、だし *中期/うどんのたたくた煮、バナナ うどん、野菜、だし、バナナ *後期/うどんのたたくた煮、バナナ うどん、野菜、だし、バナナ</p>
午後食	午後食	午後食	午後食	午後食	午後食	午後食
離乳食	20	21	22	23	24	25
	<p>*初期前・10倍粥 人参のペースト、野菜スープ 胚芽米、人参 *初期後・10倍粥 人参とほうれん草のペースト 白身魚ののり煮、野菜スープ 胚芽米、人参、ほうれん草、白身魚 *中期・粥/後期・軟飯 魚のミルク煮、そうめん汁 胚芽米、白身魚、三度豆、南瓜、塩 ほうれん草、スキムミルク、鶏ささみ、だし 里芋、人参、ほうれん草、そうめん、醤油 *中期/きなこ粥、りんご 胚芽米、きなこ、りんご *後期/きなこ粥、りんご 胚芽米、きなこ、りんご</p>	<p>*初期前・10倍粥 玉葱のペースト、野菜スープ 胚芽米、玉葱 *初期後・10倍粥 玉葱と南瓜のペースト 白身魚ののり煮、野菜スープ 胚芽米、玉葱、南瓜、白身魚 *中期・粥/後期・軟飯 煮魚、だんご汁 胚芽米、白身魚、人参、小松菜 里芋、三温糖、醤油、鶏肉、南瓜 人参、玉葱、味噌、だし *中期/おじや、みかん 胚芽米、野菜、だし、みかん *後期/おじや、みかん 胚芽米、野菜、だし、醤油、みかん</p>	<p>*初期前・10倍粥 小松菜のペースト、野菜スープ 胚芽米、小松菜 *初期後・10倍粥 小松菜とブロッコリーのペースト 白身魚ののり煮、野菜スープ 胚芽米、小松菜、ブロッコリー、白身魚 *中期・粥/後期・軟飯 魚の野菜あんかけ、冬至かぼちゃ汁 胚芽米、白身魚、小松菜、人参 三温糖、醤油、片栗粉、ほうれん草、ワタナ ブロッコリー、人参、南瓜、味噌、だし *中期/野菜もち、りんご 南瓜、米粉、油、きなこ、りんご *後期/野菜もち、りんご 南瓜、米粉、油、きなこ、りんご</p>	<p>*初期前・10倍粥 キャベツのペースト、野菜スープ 胚芽米、キャベツ *初期後・10倍粥 キャベツと人参のペースト 豆腐ののり煮、野菜スープ 胚芽米、キャベツ、人参、豆腐 *中期・粥/後期・軟飯 八宝菜、春雨のすまし汁 胚芽米、豚肉、小松菜、人参、白菜 かぶ、醤油、三温糖、片栗粉、春雨 人参、ほうれん草、キャベツ、だし *中期/煮奴、バナナ 豆腐、野菜、だし、バナナ *後期/煮奴、バナナ 豆腐、野菜、醤油、だし、バナナ</p>	<p>*初期前・10倍粥 玉葱のペースト、野菜スープ 胚芽米、玉葱 *初期後・10倍粥 玉葱とブロッコリーのペースト 豆腐ののり煮、野菜スープ 胚芽米、玉葱、ブロッコリー、豆腐 *中期・粥/後期・軟飯 豚ひき肉と野菜の煮物、南瓜スープ 胚芽米、豚肉、人参、玉葱、トマト ブロッコリー、三温糖、醤油、片栗粉、塩 南瓜、玉葱、人参、ほうれん草、豆乳、だし *中期/バナナケーキ、りんご 米粉、粉ミルク、バナナ、りんご *後期/バナナケーキ、りんご 米粉、スキムミルク、バナナ、りんご</p>	<p>*初期前・10倍粥 南瓜のペースト、野菜スープ 胚芽米、南瓜 *初期後・10倍粥 南瓜とほうれん草のペースト 豆腐ののり煮、野菜スープ 胚芽米、南瓜、ほうれん草、豆腐 *中期・粥/後期・軟飯 ツナと野菜の煮浸し、豆腐のみそ汁 胚芽米、ツナ、玉葱、ほうれん草、人参 油、三温糖、醤油、豆腐、玉葱 わかめ、人参、ほうれん草、味噌、だし *中期/おじや、バナナ 胚芽米、野菜、だし、バナナ *後期/おじや、バナナ 胚芽米、野菜、だし、醤油、バナナ</p>
午後食	午後食	午後食	午後食	午後食	午後食	午後食
離乳食	27	28	29	30	31	
	<p>*初期前・10倍粥 じゃがいものペースト、野菜スープ 胚芽米、じゃがいも *初期後・10倍粥 じゃがいもと小松菜のペースト 白身魚ののり煮、野菜スープ 胚芽米、じゃがいも、小松菜、白身魚 *中期・粥/後期・軟飯 牛肉と野菜のトマト煮、じゃがいものみそ汁 胚芽米、牛肉、玉葱、人参、南瓜 小松菜、三温糖、ケチャップ、じゃがいも わかめ、人参、小松菜、味噌、だし *中期/煮奴、バナナ 豆腐、野菜、だし、バナナ *後期/煮奴、バナナ 豆腐、野菜、醤油、だし、バナナ</p>	<p>午前保育 (お弁当持参日)</p>	<p>ことしもありがとう ございました</p>	<p>冬休み</p>	<p>大晦日</p> <p>1年間ありがとうございました。 皆様よいお年をお迎えください。</p>	<p>食事と食具</p> <p>子どもは毎日繰り返される食事の中で、食のマナーや食具の使い方を学んでいます。大人と一緒に食事の中で、手づかみ食べから大人のまねをしてスプーンやお箸を持つようになります。もちろんはじめのうちは上手に食具を使うことはできません。行きつ戻りつ少しずつ発達していくものです。厳しくつけたり、叱ったりするのはなく、「認める」「信じる」「ほめること」大人がよい見本を毎日の食事の中で見せるとが大切です。</p>
午後食	午後食	午後食	午後食	午後食		