






# 離乳食献立表

2021年 10月 大宮まぶね保育園

曜日	1 金	2 土	4 月	5 火	6 水	7 木	8 金	9 土	11 月	12 火	13 水	14 木	15 金
おやつ	干菓子	干菓子	干菓子	干菓子	干菓子	干菓子	干菓子	干菓子	干菓子	干菓子	干菓子	干菓子	干菓子
中期	★うどん煮 うどん・人参 はくさい・ねぎ 豚身ミンチ しょうゆ ★野菜スープ じゃがいも・人参 しょうゆ	★全がゆ ★煮物 牛蒡身ミンチ 人参・たまねぎ しょうゆ ★スープ ほうれん草 キャベツ・しょうゆ	★全がゆ ★炒め煮 豚身ミンチ はくさい・人参 しょうゆ ★スープ 大根・わかめ さつまいも しょうゆ	★全がゆ ★煮魚 たい・人参 ブロッコリー しょうゆ ★豆腐スープ 豆腐・じゃがいも ねぎ・しょうゆ	★全がゆ ★煮魚 カレイ・人参 キャベツ・しょうゆ ★スープ たまねぎ・わかめ しょうゆ	★おじや 米・鶏ミンチ 人参・玉ねぎ しょうゆ ★野菜煮 ブロッコリー じゃがいも しょうゆ	★全がゆ ★鶏煮 鶏ミンチ たまねぎ チンゲンサイ しょうゆ ★スープ 白菜・人参 しょうゆ	★全がゆ ★野菜煮 鶏ミンチ じゃが芋・人参 玉ねぎ・しょうゆ ★スープ キャベツ・玉ねぎ しょうゆ	★全がゆ ★煮物 豚身ミンチ キャベツ・人参 しょうゆ ★すまし汁 こまつな・人参 ねぎ・しょうゆ	★全がゆ ★魚の煮物 カレイ・人参 ほうれん草 しょうゆ ★野菜スープ なす・玉ねぎ 人参・しょうゆ	★うどん煮 うどん・ねぎ 牛蒡身ミンチ 人参・しょうゆ ★野菜煮 ブロッコリー 人参・しょうゆ	★全がゆ ★豚肉の煮物 豚身ミンチ 玉ねぎ・じゃがいも しょうゆ ★スープ キャベツ・人参 しょうゆ	★食パン ★野菜煮 牛蒡身ミンチ 玉ねぎ・しょうゆ じゃがいも ★スープ キャベツ・人参 しょうゆ
後期	★うどん煮 うどん・人参 はくさい・ねぎ 豚身ミンチ しょうゆ ★野菜スープ じゃがいも・人参 しょうゆ	①全がゆ→軟飯 ★煮物 牛蒡身ミンチ 人参・たまねぎ しょうゆ ★スープ ほうれん草 キャベツ・しょうゆ	①全がゆ→軟飯 ★炒め煮 豚身ミンチ はくさい・人参 しょうゆ ★スープ 大根・わかめ さつまいも しょうゆ	①全がゆ→軟飯 ★煮魚 たい・人参 ブロッコリー しょうゆ ★豆腐スープ 豆腐・じゃがいも ねぎ・しょうゆ	①全がゆ→軟飯 ★煮魚 カレイ・人参 キャベツ・しょうゆ ★スープ たまねぎ・わかめ しょうゆ	★おじや 米・鶏ミンチ 人参・玉ねぎ しょうゆ ★野菜煮 ブロッコリー じゃがいも しょうゆ	★全がゆ→軟飯 ★鶏煮 鶏ミンチ たまねぎ チンゲンサイ しょうゆ ★スープ 白菜・人参 しょうゆ	★全がゆ→軟飯 ★野菜煮 鶏ミンチ じゃが芋・人参 玉ねぎ・しょうゆ ★スープ キャベツ・玉ねぎ しょうゆ	★全がゆ→軟飯 ★煮物 豚身ミンチ キャベツ・人参 しょうゆ ★すまし汁 こまつな・人参 ねぎ・しょうゆ	①全がゆ→軟飯 ★魚の煮物 カレイ・人参 ほうれん草 しょうゆ ★野菜スープ なす・玉ねぎ 人参・しょうゆ	★うどん煮 うどん・ねぎ 牛蒡身ミンチ 人参・しょうゆ ★野菜煮 ブロッコリー 人参・しょうゆ	★全がゆ→軟飯 ★豚肉の煮物 豚身ミンチ 玉ねぎ・じゃがいも しょうゆ ★スープ キャベツ・人参 しょうゆ	★食パン ★野菜煮 牛蒡身ミンチ 玉ねぎ・しょうゆ じゃがいも ★スープ キャベツ・人参 しょうゆ
完了期	★みそラーメン ★じゃがいもゆめ ★野菜煮 キャベツ さつまいも しょうゆ	★軟飯→ご飯 ★ゆめとほしのかめゆめ ★ほうれん草と ツナの和え物 ★すまし汁	★軟飯→ご飯 ★豚肉の生姜焼き ★白菜の酢の物 ★みそ汁	★軟飯→ご飯 ★さけの照り焼き ★ブロッコリーの ごま和え ★みそ汁	★軟飯→ご飯 ★魚のフライ ★キャベツと コーンのサラダ ★コンソメスープ	★カレーライス (軟飯→ご飯) ★キャベツと コーンのサラダ ★中華スープ	★軟飯→ご飯 ★鶏煮 鶏ミンチ たまねぎ チンゲンサイ しょうゆ ★スープ 白菜・人参 しょうゆ	★軟飯→ご飯 ★クリームシチュー ★コーンスープ ★みそ汁 ★すまし汁	★軟飯→ご飯 ★豚肉とキャベツの みそ炒め ★ゆめとほしのかめゆめ ★すまし汁	★軟飯→ご飯 ★煮魚 カレイ・人参 ほうれん草 しょうゆ ★野菜スープ なす・玉ねぎ 人参・しょうゆ	★かやくうどん ★豚肉の煮物 ★キャベツの じゅご和え ★コンソメスープ	★軟飯→ご飯 ★豚肉の煮物 ★キャベツの じゅご和え ★コンソメスープ	★食パン ★野菜煮 牛蒡身ミンチ 玉ねぎ・しょうゆ じゃがいも ★スープ キャベツ・人参 しょうゆ
果物	オレンジ	バナナ		梨	バナナ	りんご	オレンジ	バナナ	オレンジ	バナナ	オレンジ		梨
おやつ 完了後期	ツナマヨトースト バナナ ツナ マヨネーズ	干菓子 	ふかしもち さつまいも 砂糖 塩 黒ごま	じゃがいも餅 じゃがいも 片栗粉 しょうゆ 塩 砂糖	干菓子 	アップルティーケーキ 小麦粉 ベーキングパウダー 牛乳 紅茶パウダー	ハッシュドポテト じゃがいも 塩 こしょう 片栗粉 ケチャップ	干菓子 	干菓子	さつまいも蒸しパン さつまいも 米粉 ベーキングパウダー 砂糖 牛乳	干菓子	じゃがコーンバター じゃがいも コーン バター 塩	おじや 米 ごんぶ

曜日	16 土	18 月	19 火	20 水	21 木	22 金	23 土	25 月	26 火	27 水	28 木	29 金	30 土
おやつ	干菓子	干菓子	干菓子	干菓子	干菓子	干菓子	干菓子	干菓子	干菓子	干菓子	干菓子	干菓子	干菓子
中期	★全がゆ ★煮物 豚身ミンチ 玉ねぎ・しょうゆ ★野菜煮 キャベツ さつまいも しょうゆ	★おじや 米・玉ねぎ 牛蒡身ミンチ 人参・しょうゆ ★豆腐スープ 豆腐・しょうゆ ブロッコリー	★全がゆ ★煮魚 たい・人参 玉ねぎ・しょうゆ ★煮物 じゃがいも きゅうり・大根 しょうゆ	★おじや 米・鶏ミンチ 人参・玉ねぎ しょうゆ ★スープ キャベツ・白菜 しょうゆ	★全がゆ ★鶏煮 鶏ミンチ・人参 キャベツ・しょうゆ ★スープ じゃがいも きゅうり・しょうゆ	★パスタスープ 豚身ミンチ にんじん・パスタ 玉ねぎ・しょうゆ ★野菜煮 きゅうり・人参 しょうゆ	★全がゆ ★肉じゃが 牛蒡身ミンチ じゃがいも 人参・玉ねぎ しょうゆ ★すまし汁 ほうれん草 白菜・しょうゆ	★全がゆ ★煮物 豚身ミンチ 人参・玉ねぎ しょうゆ ★スープ 白菜・玉ねぎ しょうゆ	★全がゆ ★豆腐の旨煮 豚身ミンチ 白菜・人参 しょうゆ ★すまし汁 こまつな さつまいも しょうゆ	★全がゆ ★煮魚 たい・白菜 人参・しょうゆ ★さつまいも煮 さつまいも 人参・しょうゆ	★うどん煮 うどん・しょうゆ ほうれん草 豚身ミンチ しょうゆ ★野菜煮 だいごん・人参 しょうゆ	★おじや 牛蒡身ミンチ じゃがいも 玉ねぎ・しょうゆ ★野菜スープ ブロッコリー 人参・しょうゆ	①おじや 豚身ミンチ ごはん・人参 豆腐・しょうゆ ★すまし汁 ほうれん草 玉ねぎ・しょうゆ
後期	①全がゆ→軟飯 ★煮物 豚身ミンチ 玉ねぎ・しょうゆ ★野菜煮 キャベツ さつまいも しょうゆ	★おじや 米・玉ねぎ 牛蒡身ミンチ 人参・しょうゆ ★豆腐スープ 豆腐・しょうゆ ブロッコリー	★全がゆ→軟飯 ★煮魚 たい・人参 玉ねぎ・しょうゆ ★煮物 じゃがいも きゅうり・大根 しょうゆ	★おじや 米・鶏ミンチ 人参・玉ねぎ しょうゆ ★スープ キャベツ・白菜 しょうゆ	①全がゆ→軟飯 ★鶏煮 鶏ミンチ・人参 キャベツ・しょうゆ ★スープ じゃがいも きゅうり・しょうゆ	★パスタスープ 豚身ミンチ にんじん・パスタ 玉ねぎ・しょうゆ ★野菜煮 きゅうり・人参 しょうゆ	★全がゆ→軟飯 ★肉じゃが 牛蒡身ミンチ じゃがいも 人参・玉ねぎ しょうゆ ★すまし汁 ほうれん草 白菜・しょうゆ	★全がゆ→軟飯 ★煮物 豚身ミンチ 人参・玉ねぎ しょうゆ ★スープ 白菜・玉ねぎ しょうゆ	★全がゆ→軟飯 ★豆腐の旨煮 豚身ミンチ 白菜・人参 しょうゆ ★すまし汁 こまつな さつまいも しょうゆ	★全がゆ→軟飯 ★煮魚 たい・白菜 人参・しょうゆ ★さつまいも煮 さつまいも 人参・しょうゆ	★うどん煮 うどん・しょうゆ ほうれん草 豚身ミンチ しょうゆ ★野菜煮 だいごん・人参 しょうゆ	★おじや 牛蒡身ミンチ じゃがいも 玉ねぎ・しょうゆ ★野菜スープ ブロッコリー 人参・しょうゆ	①おじや 豚身ミンチ ごはん・人参 豆腐・しょうゆ ★すまし汁 ほうれん草 玉ねぎ・しょうゆ
完了期	★軟飯→ご飯 ★ローズチキン ★さやいんげんの ツナソース ★スープ	★牛丼 (軟飯→ご飯) ★フロッコリーの みそ汁 ★みそ汁	★軟飯→ご飯 ★鶏の唐揚げ ★コンソメポテト ★みそ汁	★鶏の炊き込みご飯 (軟飯→ご飯) ★野菜炒め ★すまし汁	★軟飯→ご飯 ★鶏のから揚げ ★ポテトサラダ ★ブロッコリー ★スープ	★モツリヤッパティ ★スティック野菜 ★コンソメスープ	★軟飯→ご飯 ★肉じゃが ★白菜おかわ和え ★すまし汁	★軟飯→ご飯 ★和風ミートローフ ★白菜おかわ和え ★コンソメスープ	★軟飯→ご飯 ★豆腐の旨煮 ★鶏がらスープ	★軟飯→ご飯 ★鮭の塩焼き ★さつまいもサラダ ★みそ汁	★栄養ラーメン ★白菜のおかわ和え	①さつまいも ②ツナサラダ	①豚汁 (軟飯→ご飯) ②おかわ和え ③スープ
果物	バナナ	バナナ	オレンジ	オレンジ	フルーツヨーグルト	おじや	干菓子	バナナ	バナナ	オレンジ	グレープフルーツ	オレンジ	バナナ
おやつ 完了後期	干菓子 	どうもろこしのおやき マカロニ 塩 粉チーズ 砂糖 ケチャップ	マカロニのチーズ焼き マカロニ 塩 粉チーズ 砂糖 ケチャップ	干菓子	もち りんご バナナ みかん ヨーグルト 砂糖	おじや 米 かつお節 しょうゆ	干菓子 	りんごジュース 砂糖 ゼラチン	さつまいも バター 砂糖 牛乳	干菓子	米 鶏むね肉 塩 砂糖 しょうゆ みりん	おにぎり かぼちゃ 片栗粉	かぼちゃのおやき かぼちゃ 片栗粉 