

離乳食献立表

2020年 7月 大宮まふね保育園

曜日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
おやつ	バナナ	干菓子	干菓子	干菓子		干菓子	干菓子	干菓子	干菓子	バナナ	干菓子		干菓子	干菓子	干菓子			
中期	①全がゆ ②魚のあんかけ 白身魚・人参 しょうゆ だし汁・片栗粉 ③すまし汁 ほうれん草・人参 だし汁・しょうゆ ④ゆで野菜 キャベツ・きゅうり だし汁・しょうゆ	①パン粉入りオムレツ 食パン(はしを 除いて1/3) ②じゃが芋の煮物 牛蒡身ミンチ じゃが芋・人参 玉ねぎ・だし汁 砂糖・しょうゆ ③ゆで野菜 キャベツ・きゅうり だし汁・しょうゆ	①おじや ごはん・人参 豚赤身ミンチ だし汁・しょうゆ ②和え物 白菜・しょうゆ ほうれん草 だし汁 ③スープ 人参・白菜 だし汁・しょうゆ	①全がゆ ②豚肉の煮物 豚赤身ミンチ 人参・キャベツ 玉ねぎ・だし汁 しょうゆ ③スープ 人参・白菜 だし汁・しょうゆ	保育園お休み	①全がゆ ②牛肉のあんかけ 牛蒡身ミンチ にんじん・玉ねぎ だし汁・しょうゆ ③くたくた煮 きゅうり・人参 だし汁・しょうゆ	①全がゆ ②魚のあんかけ うどん・キャベツ ささみミンチ だし汁・しょうゆ ③ゆで野菜 ブロッコリー だし汁・しょうゆ	①おじや ごはん・玉ねぎ 豚赤身ミンチ 人参・だし汁 しょうゆ ②すまし汁 じゃが芋・小松菜 だし汁・しょうゆ	①全がゆ ②魚のあんかけ 白身魚・キャベツ だし汁・しょうゆ ③ゆわらがサラダ 白菜・人参 だし汁・しょうゆ	①全がゆ ②魚のあんかけ 白身魚・キャベツ だし汁・しょうゆ ③ゆわらがサラダ 白菜・人参 だし汁・しょうゆ	①おじや ごはん・人参 ほうれん草 ささみミンチ だし汁・しょうゆ ②すまし汁 さつまいも・玉ねぎ だし汁・しょうゆ	①おじや ごはん・人参 ほうれん草 ささみミンチ だし汁・しょうゆ ②すまし汁 さつまいも・玉ねぎ だし汁・しょうゆ	保育園お休み	①おじや ごはん・人参 玉ねぎ・だし汁 豚赤身ミンチ しょうゆ ②スープ キャベツ・人参 だし汁・しょうゆ	①全がゆ ②豆腐のあんかけ 豆腐・人参 玉ねぎ・片栗粉 だし汁・しょうゆ ③すまし汁 人参・白菜 だし汁・しょうゆ	①全がゆ ②魚のあんかけ 白身魚・人参 しょうゆ ③みそ汁 ほうれん草・人参 だし汁・みそ ④ゆで野菜 キャベツ・きゅうり だし汁・しょうゆ	①全がゆ ②魚のあんかけ 白身魚・人参 しょうゆ ③みそ汁 ほうれん草・人参 だし汁・みそ ④ゆで野菜 キャベツ・きゅうり だし汁・しょうゆ	
後期	①全がゆ一炊飯 ②魚のあんかけ 白身魚・人参 しょうゆ だし汁・片栗粉 ③みそ汁 ほうれん草・人参 だし汁・みそ ④ゆで野菜 キャベツ・きゅうり だし汁・しょうゆ	①食パン1/2枚 (はしを除く) ②じゃが芋の煮物 牛蒡身ミンチ じゃが芋・人参 玉ねぎ・だし汁 ほうれん草 だし汁・しょうゆ ③ゆで野菜 キャベツ・きゅうり だし汁・しょうゆ	①おじや ごはん・人参 豚赤身ミンチ だし汁・しょうゆ ②和え物 白菜・もやし ほうれん草 だし汁・しょうゆ ③スープ 人参・白菜 だし汁・しょうゆ	①全がゆ一炊飯 ②豚肉の炒め煮 豚赤身ミンチ 人参・キャベツ 玉ねぎ・だし汁 しょうゆ ③スープ 人参・白菜 だし汁・しょうゆ		保育園お休み	①全がゆ一炊飯 ②牛肉のあんかけ 牛蒡身ミンチ にんじん・玉ねぎ だし汁・しょうゆ ③サラダ きゅうり・人参 だし汁・しょうゆ 餅・砂糖	①魚のあんかけ うどん・キャベツ ささみミンチ だし汁・しょうゆ ②ゆで野菜 ブロッコリー だし汁・マヨネーズ	①おじや ごはん・玉ねぎ 豚赤身ミンチ 人参・だし汁 しょうゆ ②すまし汁 じゃが芋・小松菜 だし汁・しょうゆ	①全がゆ一炊飯 ②魚のあんかけ 白身魚・キャベツ だし汁・しょうゆ ③ゆわらがサラダ 白菜・人参 だし汁・しょうゆ	①全がゆ一炊飯 ②魚のあんかけ 白身魚・キャベツ だし汁・しょうゆ ③ゆわらがサラダ 白菜・人参 だし汁・しょうゆ	①おじや ごはん・人参 ほうれん草 ささみミンチ だし汁・しょうゆ ②お浸し ③みそ汁		①おじや ごはん・人参 ほうれん草 ささみミンチ だし汁・しょうゆ ②お浸し ③みそ汁	保育園お休み	①ドライカレー (炊飯一炊飯) ②サラダ ③コンソメスープ	①炊飯一炊飯 ②豆腐のあんかけ ③昆布和え ④すまし汁	①鮭ピラフ (炊飯一炊飯) ②サラダ ③スープ
完了期	①炊飯一炊飯 ②魚の焼く焼き ③ドレッシング和え ④みそ汁	①食パン1/2枚 ②ビーフシチュー ③フレンチサラダ	①ピピンパ (炊飯一炊飯) ②ナムル ③コンソメスープ ④スープ	①炊飯一炊飯 ②ポークステーキ ③ごま酢和え ④スープ			保育園お休み	①炊飯一炊飯 ②牛肉と蓮根の 炒め物 ③ハンパンスー ④オクラスープ	①冷やし中華 ②サラダ	①豚丼 (炊飯一炊飯) ②おかわかえ ③すまし汁	①炊飯一炊飯 ②魚のフライ ③ごま和え ④豆腐のスープ	①炊飯一炊飯 ②みそマヨ和え ③ごま和え ④豆腐のスープ		①さぼろごはん (炊飯一炊飯) ②お浸し ③みそ汁		①さぼろごはん (炊飯一炊飯) ②お浸し ③みそ汁	保育園お休み	①ドライカレー (炊飯一炊飯) ②サラダ ③コンソメスープ
果物	オレンジ	バナナ	オレンジ	バナナ	オレンジ			バナナ	オレンジ	バナナ	オレンジ	バナナ	オレンジ	バナナ		バナナ		オレンジ
おやつ後期・完了	干菓子	おにぎり	フライドポテト	干菓子	マカロニ 粉チーズ パン粉 塩 油 トマトビュレ	セタプリン		干菓子	マドレーヌ	わらび餅 きな粉 砂糖	わらび餅 きな粉 砂糖	干菓子	干菓子	バナナ 食パン ワインアール クチャップ	焼きもちこし	干菓子		

後期：わかめ粥  
後期：じゃが芋を茹でる。塩味。  
後期：餅チーズ抜き  
後期：干菓子  
後期 完了期：干菓子  
後期：パンがゆ  
後期：干菓子。完了期：実をはずす。

16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31					
木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金					
干菓子	バナナ	干菓子	保育園お休み	干菓子	干菓子	干菓子	保育園お休み	保育園お休み	保育園お休み	保育園お休み	干菓子	干菓子	干菓子	干菓子	干菓子					
①魚のあんかけ 白身魚・人参 しょうゆ だし汁・片栗粉 ②和え物 ほうれん草 人参・だし汁 しょうゆ ③すまし汁 小松菜・人参 だし汁・しょうゆ	①全がゆ ②魚のあんかけ 白身魚・人参 しょうゆ だし汁・片栗粉 ③みそ汁 ほうれん草・人参 だし汁・みそ ④ゆで野菜 キャベツ・きゅうり だし汁・しょうゆ	①全がゆ ②魚のあんかけ 白身魚・人参 しょうゆ だし汁・片栗粉 ③みそ汁 ほうれん草・人参 だし汁・みそ ④ゆで野菜 キャベツ・きゅうり だし汁・しょうゆ		①全がゆ ②魚のあんかけ 白身魚・人参 しょうゆ だし汁・片栗粉 ③みそ汁 ほうれん草・人参 だし汁・みそ ④ゆで野菜 キャベツ・きゅうり だし汁・しょうゆ	①全がゆ ②魚のあんかけ 白身魚・人参 しょうゆ だし汁・片栗粉 ③みそ汁 ほうれん草・人参 だし汁・みそ ④ゆで野菜 キャベツ・きゅうり だし汁・しょうゆ	①全がゆ ②魚のあんかけ 白身魚・人参 しょうゆ だし汁・片栗粉 ③みそ汁 ほうれん草・人参 だし汁・みそ ④ゆで野菜 キャベツ・きゅうり だし汁・しょうゆ					①全がゆ ②魚のあんかけ 白身魚・人参 しょうゆ だし汁・片栗粉 ③みそ汁 ほうれん草・人参 だし汁・みそ ④ゆで野菜 キャベツ・きゅうり だし汁・しょうゆ	①全がゆ ②魚のあんかけ 白身魚・人参 しょうゆ だし汁・片栗粉 ③みそ汁 ほうれん草・人参 だし汁・みそ ④ゆで野菜 キャベツ・きゅうり だし汁・しょうゆ	①全がゆ ②魚のあんかけ 白身魚・人参 しょうゆ だし汁・片栗粉 ③みそ汁 ほうれん草・人参 だし汁・みそ ④ゆで野菜 キャベツ・きゅうり だし汁・しょうゆ	①全がゆ ②魚のあんかけ 白身魚・人参 しょうゆ だし汁・片栗粉 ③みそ汁 ほうれん草・人参 だし汁・みそ ④ゆで野菜 キャベツ・きゅうり だし汁・しょうゆ	①全がゆ ②魚のあんかけ 白身魚・人参 しょうゆ だし汁・片栗粉 ③みそ汁 ほうれん草・人参 だし汁・みそ ④ゆで野菜 キャベツ・きゅうり だし汁・しょうゆ	①全がゆ ②魚のあんかけ 白身魚・人参 しょうゆ だし汁・片栗粉 ③みそ汁 ほうれん草・人参 だし汁・みそ ④ゆで野菜 キャベツ・きゅうり だし汁・しょうゆ	①全がゆ ②魚のあんかけ 白身魚・人参 しょうゆ だし汁・片栗粉 ③みそ汁 ほうれん草・人参 だし汁・みそ ④ゆで野菜 キャベツ・きゅうり だし汁・しょうゆ	①全がゆ ②魚のあんかけ 白身魚・人参 しょうゆ だし汁・片栗粉 ③みそ汁 ほうれん草・人参 だし汁・みそ ④ゆで野菜 キャベツ・きゅうり だし汁・しょうゆ	①全がゆ ②魚のあんかけ 白身魚・人参 しょうゆ だし汁・片栗粉 ③みそ汁 ほうれん草・人参 だし汁・みそ ④ゆで野菜 キャベツ・きゅうり だし汁・しょうゆ	①全がゆ ②魚のあんかけ 白身魚・人参 しょうゆ だし汁・片栗粉 ③みそ汁 ほうれん草・人参 だし汁・みそ ④ゆで野菜 キャベツ・きゅうり だし汁・しょうゆ
バナナ	バナナ	オレンジ		バナナ	オレンジ	ぶどう										バナナ	ぶどう	オレンジ	バナナ	オレンジ
おにぎり	オレンジゼリー	干菓子	おにぎり	りんごゼリー	干菓子						バナナ	ぶどうゼリー	バナナ	バナナ	おにぎり					
米 ひじき 鶏肉 人参 油 しょうゆ 砂糖	オレンジジュース ゼラチン 砂糖	干菓子	おにぎり	りんごゼリー ゼラチン 砂糖	干菓子						バナナ	ぶどうジュース 砂糖 ゼラチン	バナナ	バナナ	おにぎり					

後期：おじや  
後期：干菓子。  
後期：じゃが芋を茹でる。塩味。  
後期：パンがゆ  
後期：おじや