


# 離乳食献立表

2020年 5月 大宮まぶね保育園

曜日	1 土	6 木	7 金	8 土	10 月	11 火	12 水	13 木	14 金	15 土	17 月	18 火
やむお	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	①全がゆ ②野菜煮 鶏ミンチ ほうれん草・人参 だし汁・しょうゆ ③すまし汁 はくさい・豆腐 だし汁・しょうゆ	①全がゆ ②野菜煮 豚赤身ミンチ ブロッコリー だし汁・しょうゆ ③野菜スープ 豆腐・ほうれん草 だし汁・しょうゆ	①全がゆ ②豚肉の煮物 豚赤身ミンチ 玉ねぎ・人参 だし汁・しょうゆ ③乗からサラダ さつまいも・きゅうり だし汁・塩	①全がゆ ②野菜煮 牛赤身ミンチ キャベツ・人参 だし汁・しょうゆ ③かぼちゃのサラダ かぼちゃ・ブロッコリー だし汁・しょうゆ	①全がゆ ②鶏肉の煮物 鶏ミンチ・豆腐 人参・だし汁 しょうゆ ③すまし汁 小松菜・玉ねぎ だし汁・しょうゆ	①全がゆ ②煮魚 カレー・しょうゆ ③野菜スープ ブロッコリー キャベツ・人参 ④スープ だいこん・葱 だし汁・塩	①全がゆ ②鶏煮 鶏ミンチ・キャベツ 人参・しょうゆ ③スープ だいこん・葱 だし汁・塩 ④スープ きゅうり・チンゲンサイ だし汁・しょうゆ	①全がゆ ②豆腐煮 豚赤身ミンチ 豆腐・ねぎ だし汁・しょうゆ ③スープ きゅうり・チンゲンサイ だし汁・しょうゆ	①かやくうどん うどん・人参 牛赤身ミンチ わかめ・だし汁 しょうゆ ②サラダ じゃがいも・人参 きゅうり・塩 ③すまし汁 はくさい・わかめ だし汁・しょうゆ	①全がゆ ②スープ煮 豚赤身ミンチ 人参 だし汁・しょうゆ ③すまし汁 はくさい・わかめ だし汁・しょうゆ	①おじや 鶏ミンチ・人参 たまねぎ・しょうゆ ②スープ 小松菜・キャベツ だし汁・しょうゆ	①おじや ごはん 牛赤身ミンチ 玉ねぎ・人参 だし汁・しょうゆ ②サラダ ブリッコリー じゃがいも・塩
完了期	①鶏の照り焼き丼 (軟飯→ご飯) ②白菜のおかか和え ④すまし汁	①軟飯→ご飯 ②ポークチャップ ③ブロッコリーとコーン のサラダ ④スープ	①軟飯→ご飯 ②しゅうまい ③春雨サラダ ④コロコロスープ	①軟飯→ご飯 ②牛肉とキャベツの炒め物 ③かぼちゃの甘マヨネーズ ④みそ汁	①軟飯→ご飯 ②鶏つくね照り焼き ③小松菜の甘酢和え ④すまし汁	①軟飯→ご飯 ②つくねあんかけ ③ごま和え ④すまし汁	①軟飯→ご飯 ②鶏のから揚げ ③コールスローサラダ ④みそ汁	①軟飯→ご飯 ②麻婆豆腐 ③ナムル ④中華スープ	①かやくうどん ②ポテトサラダ	①軟飯→ご飯 ②豚肉のカレー風味焼き ③白菜のおかか和え ④すまし汁	①五目ひきご飯 (軟飯→ご飯) ②ポークソテー ③みそ汁	①カレーライス ②ブロッコリーとコーンのサラダ
果物	バナナ	オレンジ	いちご	バナナ		オレンジ	バナナ	オレンジ	いちご	バナナ	バナナ	オレンジ
おやつ後期・完了	干菓子	りんごゼリー	干菓子	干菓子	リッツサンド	スイートポテト	干菓子	パウンドケーキ	おじや	干菓子	マドレーヌ	じゃこトースト
		りんごジュース ゼラチン 砂糖			リッツ いちごジャム りんごジャム	さつまいも バター		小麦粉 砂糖 バター ベーキングパウダー	米 わかめ ツナ しょうゆ		ホットケーキミックス 牛乳 砂糖	食パン じゃこ マヨネーズ 薄のり ごま

曜日	19 水	20 木	21 金	22 土	24 月	25 火	26 水	27 木	28 金	29 土	31 月
やむお	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	①全がゆ ②魚のあんかけ たい・ほうれん草 しょうゆ・片栗粉 ③すまし汁 かぼちゃ・たまねぎ だし汁・しょうゆ	①しらすがゆ ②肉豆腐 豆腐・牛赤身ミンチ 人参・だし汁 しょうゆ・砂糖 ③すまし汁 小松菜・ブロッコリー だし汁・しょうゆ	①うどんの くたくた煮 うどん 豚赤身ミンチ 人参・白菜 だし汁・しょうゆ ③マッシュポテト じゃが芋・だし汁 塩	②おじや 牛赤身ミンチ・人参 たまねぎ・だし汁 しょうゆ・米 ④スープ じゃがいも チンゲンサイ しょうゆ	①鶏煮物 鶏ミンチ 牛赤身ミンチ・人参 たまねぎ だし汁・しょうゆ ②サラダ きゅうり・キャベツ だし汁・しょうゆ	①うどん うどん・人参 豚赤身ミンチ キャベツ ②サラダ 人参・きゅうり 塩	①全がゆ ②煮魚 だい だし汁・しょうゆ 片栗粉 ③すまし汁 じゃがいも・大根 だし汁・しょうゆ	①パンがゆ ②煮物 鶏ミンチ 人参・キャベツ しょうゆ ③スープ たまねぎ・わかめ だし汁・しょうゆ	①全がゆ ②豚肉のやわらか煮 豚赤身ミンチ 玉ねぎ・だし汁 ほうれん草・塩 ③くたくた煮 キャベツ・人参 だし汁・しょうゆ	①おじや ごはん 豚赤身ミンチ 白菜・人参 だし汁・しょうゆ ②スープ ブロッコリー チンゲン菜 だし汁・しょうゆ	①全がゆ ②肉じゃが 牛赤身ミンチ じゃがいも・人参 たまねぎ・だし汁 しょうゆ・砂糖 ③すまし汁 ほうれん草 人参・だし汁 しょうゆ・砂糖
完了期	①軟飯→ご飯 ②鮭の塩焼き ③ちりめん和え ④みそ汁	①軟飯→ごはん ②肉豆腐 ③ちりめん和え ④すまし汁	①みそラーメン ②ジャーマンポテト	①牛肉のみそ丼 ②おかか和え ③スープ	①軟飯→ご飯 ②鶏の照り焼き ③じゃがコーン ④コンソメスープ	①ちゃんぽん ②切干大根のサラダ	①軟飯→ごはん ②魚のごまみそソース ③じゃがコーン ④すまし汁	①食パン ②タンドリーチキン ③キャベツとコーンのサラダ ④コンソメスープ	①軟飯→ごはん ②しょうが焼き ③サラダ ④みそ汁	①中華丼 (軟飯→ご飯) ②中華和え ④スープ	①軟飯→ご飯 ②肉じゃが ③ほうれん草とツナの照り焼き ④みそ汁
果物	バナナ		オレンジ	バナナ		オレンジ	オレンジ	バナナ	オレンジ	バナナ	
おやつ後期・完了	干菓子	フルーツゼリー	おじや	干菓子	マカロニのチーズ焼き	軟飯	干菓子	フライドポテト	甘食	干菓子	鮭のラスク
		白桃缶 いちご みかん缶 ゼラチン	米 鶏ミンチ 青のり しょうゆ みりん 砂糖		マカロニ クチャップ 砂糖 チーズ	米 ふりかけ		じゃがいも 油	小麦粉 ベーキングパウダー 砂糖 牛乳		鮭 バター 砂糖