

離乳食 献立表

10 月



大口町保育園

日	月齢 曜日	前期 (5. 6か月頃)		中期 (7. 8か月頃)		後期 (9~11か月頃)	
		献立	材料	献立	材料	献立	材料
1	水	10倍粥 野菜の煮物 りんごペースト	米 キャベツ・にんじん りんご	7倍粥 野菜の煮物 りんごのコンポート	米 鶏肉・キャベツ・にんじん りんご	5倍粥 野菜の煮物 りんごのコンポート	米 鶏肉・キャベツ・にんじん りんご
2	木	10倍粥 たまねぎペースト 野菜の煮物	米 たまねぎ はくさい・だいこん・にんじん	7倍粥 たまねぎの煮物 野菜の煮物	米 たまねぎ はくさい・だいこん・にんじん	5倍粥 たまねぎの煮物 野菜の煮物	米 たまねぎ 豚肉・はくさい・だいこん・にんじん
3	金	10倍粥 にんじんペースト 野菜の煮物	米 にんじん はくさい・だいこん	7倍粥 サイコロにんじん 野菜の煮物	米 にんじん 納豆・はくさい・だいこん	5倍粥 スティックにんじん 野菜の煮物	米 にんじん 納豆・はくさい・だいこん
6	月	10倍粥 なすペースト 野菜の煮物	米 なす 豆腐・にんじん	7倍粥 なすの煮物 野菜の煮物	米 なす 豆腐・にんじん	5倍粥 なすの煮物 野菜の煮物	米 なす 豆腐・にんじん
7	火	10倍粥 きゅうりペースト 野菜の煮物	米 きゅうり たまねぎ・キャベツ・ピーマン	7倍粥 きゅうりの煮物 野菜の煮物	米 きゅうり 鶏肉・たまねぎ・キャベツ・ピーマン	5倍粥 きゅうりの煮物 野菜の煮物	米 きゅうり 鶏肉・たまねぎ・キャベツ・ピーマン
8	水	10倍粥 キャベツペースト 野菜の煮物	米 キャベツ 豆腐・にんじん	7倍粥 キャベツの煮物 野菜の煮物	米 キャベツ 豆腐・にんじん	5倍粥 キャベツの煮物 野菜の煮物	米 キャベツ 豆腐・にんじん
9	木	10倍粥 たまねぎペースト 野菜の煮物	米 たまねぎ はくさい・だいこん・にんじん	7倍粥 たまねぎの煮物 野菜の煮物	米 たまねぎ ツナ・はくさい・だいこん・にんじん	5倍粥 たまねぎの煮物 野菜の煮物	米 たまねぎ ツナ・はくさい・だいこん・にんじん
10	金	10倍粥 ピーマンペースト 野菜の煮物	米 ピーマン たまねぎ・にんじん・キャベツ	7倍粥 ピーマンの煮物 野菜の煮物	米 ピーマン 鶏肉・たまねぎ・にんじん・キャベツ	5倍粥 ピーマンの煮物 野菜の煮物	米 ピーマン 鶏肉・たまねぎ・にんじん・キャベツ
14	火	10倍粥 だいこんペースト 野菜の煮物	米 だいこん たまねぎ・にんじん	7倍粥 サイコロだいこん 野菜の煮物	米 だいこん しらす・たまねぎ・にんじん	5倍粥 スティックだいこん 野菜の煮物	米 だいこん しらす・たまねぎ・にんじん
15	水	10倍粥 じゃがいもペースト 野菜の煮物	米 じゃがいも たまねぎ・にんじん・キャベツ	7倍粥 サイコロじゃがいも 野菜の煮物	米 じゃがいも 鶏肉・たまねぎ・にんじん・キャベツ	5倍粥 スティックじゃがいも 野菜の煮物	米 じゃがいも 鶏肉・たまねぎ・にんじん・キャベツ

※ 保育園で初めて食べる食材がないように、事前に献立の確認をしてください。

※ 献立は、材料の都合により変更することがあります。

※ かつお削り節からとっただしを使用します。

日	月齢 曜日	前期（5. 6か月頃）		中期（7. 8か月頃）		後期（9～11か月頃）	
		献立	材料	献立	材料	献立	材料
16	木	10倍粥 キャベツペースト 野菜の煮物	米 キャベツ 豆腐・にんじん	7倍粥 キャベツの煮物 野菜の煮物	米 キャベツ 豆腐・にんじん	5倍粥 キャベツの煮物 野菜の煮物	米 キャベツ 豆腐・にんじん
17	金	10倍粥 野菜の煮物 りんごペースト	米 キャベツ・にんじん・きゅうり りんご	7倍粥 野菜の煮物 りんごのコンポート	米 ツナ・キャベツ・にんじん・きゅうり りんご	5倍粥 野菜の煮物 りんごのコンポート	米 ツナ・キャベツ・にんじん・きゅうり りんご
20	月	10倍粥 かぼちゃペースト 野菜の煮物	米 かぼちゃ 豆腐・にんじん	7倍粥 かぼちゃの煮物 野菜の煮物	米 かぼちゃ 豆腐・にんじん	5倍粥 かぼちゃの煮物 野菜の煮物	米 かぼちゃ 豆腐・にんじん
21	火	10倍粥 にんじんペースト 野菜の煮物	米 にんじん キャベツ・たまねぎ・にんじん	7倍粥 サイコロにんじん 野菜の煮物	米 にんじん キャベツ・たまねぎ・にんじん	5倍粥 スティックにんじん 野菜の煮物	米 にんじん 豚肉・キャベツ・たまねぎ・にんじん
22	水	10倍粥 きゅうりペースト 野菜の煮物	米 きゅうり キャベツ	7倍粥 きゅうりの煮物 野菜の煮物	米 きゅうり しらす・キャベツ	5倍粥 きゅうりの煮物 野菜の煮物	米 きゅうり しらす・キャベツ
23	木	10倍粥 じゃがいもペースト 野菜の煮物	米 じゃがいも たまねぎ・にんじん・だいこん	7倍粥 サイコロじゃがいも 野菜の煮物	米 じゃがいも たまねぎ・にんじん・だいこん	5倍粥 スティックじゃがいも 野菜の煮物	米 じゃがいも 豚肉・たまねぎ・にんじん・だいこん
24	金	10倍粥 はくさいペースト 野菜の煮物	米 はくさい 豆腐・こまつな・にんじん	7倍粥 はくさいの煮物 野菜の煮物	米 はくさい 豆腐・こまつな・にんじん	5倍粥 はくさいの煮物 野菜の煮物	米 はくさい 豆腐・こまつな・にんじん
27	月	10倍粥 こまつなペースト 野菜の煮物	米 こまつな にんじん・わかめ	7倍粥 こまつなの煮物 野菜の煮物	米 こまつな ツナ・にんじん・わかめ	5倍粥 こまつなの煮物 野菜の煮物	米 こまつな ツナ・にんじん・わかめ
28	火	10倍粥 かぼちゃペースト 野菜の煮物	米 かぼちゃ たまねぎ・にんじん・きゅうり	7倍粥 かぼちゃの煮物 野菜の煮物	米 かぼちゃ 鶏肉・たまねぎ・にんじん・きゅうり	5倍粥 かぼちゃの煮物 野菜の煮物	米 かぼちゃ 鶏肉・たまねぎ・にんじん・きゅうり
29	水	10倍粥 ほうれんそうペースト 野菜の煮物	米 ほうれんそう 豆腐・にんじん	7倍粥 ほうれんそうの煮物 野菜の煮物	米 ほうれんそう 豆腐・にんじん	5倍粥 ほうれんそうの煮物 野菜の煮物	米 ほうれんそう 豆腐・にんじん
30	木	10倍粥 たまねぎペースト 野菜の煮物	米 たまねぎ ほうれんそう・はくさい	7倍粥 たまねぎの煮物 野菜の煮物	米 たまねぎ ツナ・ほうれんそう・はくさい	5倍粥 たまねぎの煮物 野菜の煮物	米 たまねぎ ツナ・ほうれんそう・はくさい
31	金	10倍粥 だいこんペースト 野菜の煮物	米 だいこん 豆腐・にんじん	7倍粥 サイコロだいこん 野菜の煮物	米 だいこん 豆腐・にんじん	5倍粥 スティックだいこん 野菜の煮物	米 だいこん 豆腐・にんじん