

離乳食 献立表

7 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	火	10倍粥 たまねぎペースト 野菜の煮物	米 たまねぎ にんじん・キャベツ	7倍粥 たまねぎの煮物 野菜の煮物	米 たまねぎ にんじん・キャベツ	5倍粥 たまねぎの煮物 野菜の煮物	米 たまねぎ 豚肉・にんじん・キャベツ
2	水	10倍粥 じゃがいもペースト 野菜の煮物	米 じゃがいも なす・トマト・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・なす・トマト・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・なす・トマト・キャベツ
3	木	10倍粥 なすペースト 野菜の煮物	米 なす きゅうり・たまねぎ・にんじん	7倍粥 なすの煮物 野菜の煮物	米 なす きゅうり・たまねぎ・にんじん	5倍粥 なすの煮物 野菜のに煮物	米 なす 豚肉・きゅうり・たまねぎ・にんじん
4	金	10倍粥 にんじんペースト 野菜の煮物	米 にんじん 豆腐・たまねぎ・じゃがいも	7倍粥 サイコロにんじん 野菜の煮物	米 にんじん 豆腐・たまねぎ・じゃがいも	5倍粥 スティックにんじん 野菜の煮物	米 にんじん 豆腐・たまねぎ・じゃがいも
7	月	10倍粥 きゅうりペースト 野菜の煮物	米 きゅうり 豆腐・にんじん	7倍粥 きゅうりの煮物 野菜の煮物	米 きゅうり 豆腐・にんじん	5倍粥 きゅうりの煮物 野菜の煮物	米 きゅうり 豆腐・にんじん
8	火	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 きゅうり・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 ツナ・きゅうり・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 ツナ・きゅうり・にんじん
9	水	10倍粥 キャベツペースト 野菜の煮物	米 キャベツ にんじん・きゅうり	7倍粥 キャベツの煮物 野菜の煮物	米 キャベツ しらす・にんじん・きゅうり	5倍粥 キャベツの煮物 野菜の煮物	米 キャベツ しらす・にんじん・きゅうり
10	木	10倍粥 じゃがいもペースト 野菜の煮物	米 じゃがいも 豆腐・キャベツ・きゅうり	7倍粥 サイコロじゃがいも 野菜の煮物	米 じゃがいも 豆腐・キャベツ・きゅうり	5倍粥 スティックじゃがいも 野菜の煮物	米 じゃがいも 豆腐・キャベツ・きゅうり
11	金	10倍粥 こまつなペースト 野菜の煮物	米 こまつな キャベツ・にんじん	7倍粥 こまつなの煮物 野菜の煮物	米 こまつな ツナ・キャベツ・にんじん	5倍粥 こまつなの煮物 野菜の煮物	米 こまつな ツナ・キャベツ・にんじん
14	月	10倍粥 豆腐ペースト 野菜の煮物	米 豆腐 たまねぎ・にんじん	7倍粥 豆腐の煮物 野菜の煮物	米 豆腐 たまねぎ・にんじん	5倍粥 豆腐の煮物 野菜の煮物	米 豆腐 豚肉・たまねぎ・にんじん

※ 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
15	火	10倍粥 きゅうりペースト 野菜の煮物	米 きゅうり 豆腐・にんじん	7倍粥 きゅうりの煮物 野菜の煮物	米 きゅうり 豆腐・にんじん	5倍粥 きゅうりの煮物 野菜の煮物	米 きゅうり 豆腐・にんじん
16	水	10倍粥 こまつなペースト 野菜の煮物	米 こまつな キャベツ・にんじん	7倍粥 こまつなの煮物 野菜の煮物	米 こまつな ツナ・キャベツ・にんじん	5倍粥 こまつなの煮物 野菜の煮物	米 こまつな ツナ・キャベツ・にんじん
17	木	10倍粥 たまねぎペースト 野菜の煮物	米 たまねぎ 豆腐・キャベツ・にんじん	7倍粥 たまねぎの煮物 野菜の煮物	米 たまねぎ 豆腐・キャベツ・にんじん	5倍粥 たまねぎの煮物 野菜の煮物	米 たまねぎ 豆腐・キャベツ・にんじん
18	金	10倍粥 キャベツペースト 野菜の煮物	米 キャベツ にんじん・きゅうり	7倍粥 キャベツの煮物 野菜の煮物	米 キャベツ ツナ・にんじん・きゅうり	5倍粥 キャベツの煮物 野菜の煮物	米 キャベツ ツナ・にんじん・きゅうり
22	火	10倍粥 たまねぎペースト 野菜の煮物	米 たまねぎ キャベツ・きゅうり	7倍粥 たまねぎの煮物 野菜の煮物	米 たまねぎ キャベツ・きゅうり	5倍粥 たまねぎの煮物 野菜の煮物	米 たまねぎ キャベツ・きゅうり
23	水	10倍粥 こまつなペースト 野菜の煮物	米 こまつな 豆腐・にんじん・きゅうり	7倍粥 こまつなの煮物 野菜の煮物	米 こまつな 豆腐・にんじん・きゅうり	5倍粥 こまつなの煮物 野菜の煮物	米 こまつな 豆腐・にんじん・きゅうり
24	木	10倍粥 ピーマンペースト 野菜の煮物	米 ピーマン にんじん	7倍粥 ピーマンの煮物 野菜の煮物	米 ピーマン ツナ・にんじん	5倍粥 ピーマンの煮物 野菜の煮物	米 ピーマン ツナ・にんじん
25	金	10倍粥 じゃがいもペースト 野菜の煮物	米 じゃがいも キャベツ・たまねぎ	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・キャベツ・たまねぎ	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・キャベツ・たまねぎ
28	月	10倍粥 キャベツペースト 野菜の煮物	米 キャベツ たまねぎ・トマト・なす	7倍粥 キャベツの煮物 野菜の煮物	米 キャベツ 鶏肉・たまねぎ・トマト・なす	5倍粥 キャベツの煮物 野菜の煮物	米 キャベツ 鶏肉・たまねぎ・トマト・なす
29	火	10倍粥 たまねぎペースト 野菜の煮物	米 たまねぎ なす・キャベツ	7倍粥 たまねぎの煮物 野菜の煮物	米 たまねぎ なす・キャベツ	5倍粥 たまねぎの煮物 野菜の煮物	米 たまねぎ 豚肉・なす・キャベツ
30	水	10倍粥 こまつなペースト 野菜の煮物	米 こまつな きゅうり・キャベツ	7倍粥 こまつなの煮物 野菜の煮物	米 こまつな 鶏肉・きゅうり・キャベツ	5倍粥 こまつなの煮物 野菜の煮物	米 こまつな 鶏肉・きゅうり・キャベツ
31	木	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・トマト・なす	7倍粥 かぼちゃの煮物 野菜の煮物	米 かぼちゃ たまねぎ・トマト・なす	5倍粥 かぼちゃの煮物 野菜の煮物	米 かぼちゃ 豚肉・たまねぎ・トマト・なす