

離乳食 献立表

3 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
2	月	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・はくさい	7倍粥 たまねぎの煮物 野菜の煮物	米 たまねぎ 鶏肉・にんじん・はくさい	5倍粥 たまねぎの煮物 野菜の煮物	米 たまねぎ 鶏肉・にんじん・はくさい
3	火	10倍粥 ブロッコリーペースト 野菜の煮物	米 ブロッコリー だいこん・にんじん	7倍粥 ブロッコリーの煮物 野菜の煮物	米 ブロッコリー 豆腐・だいこん・にんじん	5倍粥 ブロッコリーの煮物 野菜の煮物	米 ブロッコリー 豆腐・だいこん・にんじん
4	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 キャベツ・ブロッコリー・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 鶏肉・キャベツ・ブロッコリー・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 鶏肉・キャベツ・ブロッコリー・にんじん
5	木	10倍粥 にんじんペースト 野菜の煮物	米 にんじん たまねぎ	7倍粥 サイコロにんじん 野菜の煮物	米 にんじん たまねぎ	5倍粥 スティックにんじん 野菜の煮物	米 にんじん 豚肉・たまねぎ
6	金	10倍粥 はくさいペースト 野菜の煮物	米 はくさい だいこん・たまねぎ	7倍粥 はくさいの煮物 野菜の煮物	米 はくさい 納豆・だいこん・たまねぎ	5倍粥 はくさいの煮物 野菜の煮物	米 はくさい 納豆・だいこん・たまねぎ
9	月	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
10	火	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・たまねぎ・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 豆腐・たまねぎ・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 豆腐・たまねぎ・キャベツ
11	水	10倍粥 だいこんペースト 野菜の煮物	米 だいこん こまつな・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 納豆・こまつな・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 納豆・こまつな・にんじん
12	木	10倍粥 たまねぎペースト 野菜の煮物	米 たまねぎ ブロッコリー・にんじん	7倍粥 たまねぎの煮物 野菜の煮物	米 たまねぎ ブロッコリー・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・ブロッコリー・にんじん
13	金	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・にんじん・ブロッコリー	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・にんじん・ブロッコリー	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・にんじん・ブロッコリー

- ※ 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	月	10倍粥 はくさいペースト 野菜の煮物	米 はくさい にんじん・たまねぎ	7倍粥 はくさいの煮物 野菜の煮物	米 はくさい にんじん・たまねぎ	5倍粥 はくさいの煮物 野菜の煮物	米 はくさい 豚肉・にんじん・たまねぎ
17	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 豆腐・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 豆腐・にんじん・キャベツ
18	水	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・こまつな	7倍粥 サイコロにんじん 野菜の煮物	米 にんじん 鶏肉・キャベツ・こまつな	5倍粥 スティックにんじん 野菜の煮物	米 にんじん 鶏肉・キャベツ・こまつな
19	木	10倍粥 野菜の煮物 りんごペースト	米 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 鶏肉・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 鶏肉・にんじん・きゅうり りんご
23	月	10倍粥 はくさいペースト 野菜の煮物	米 はくさい 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
24	火	10倍粥 キャベツペースト 野菜の煮物	米 キャベツ じゃがいも・たまねぎ・にんじん	7倍粥 キャベツの煮物 野菜の煮物	米 キャベツ 鶏肉・じゃがいも・たまねぎ・にんじん	5倍粥 キャベツの煮物 野菜の煮物	米 キャベツ 鶏肉・じゃがいも・たまねぎ・にんじん
25	水	10倍粥 だいこんペースト 野菜の煮物	米 だいこん 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
26	木	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・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 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 豚肉・キャベツ・きゅうり
27	金	10倍粥 にんじんペースト 野菜の煮物	米 にんじん たまねぎ・にんじん・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・にんじん・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・にんじん・じゃがいも
30	月	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・にんじん	7倍粥 たまねぎの煮物 野菜の煮物	米 たまねぎ 鶏肉・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 鶏肉・キャベツ・にんじん
31	火	10倍粥 ブロッコリーペースト 野菜の煮物	米 ブロッコリー キャベツ・たまねぎ	7倍粥 ブロッコリーの煮物 野菜の煮物	米 ブロッコリー キャベツ・たまねぎ	5倍粥 ブロッコリーの煮物 野菜の煮物	米 ブロッコリー 豚肉・キャベツ・たまねぎ