

離乳食 献立表

6 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	月	10倍粥 かぼちゃペースト 野菜の煮物	米 かぼちゃ にんじん	7倍粥 かぼちゃの煮物 野菜の煮物	米 かぼちゃ 鶏肉・にんじん	5倍粥 かぼちゃの煮物 野菜の煮物	米 かぼちゃ 鶏肉・にんじん
2	火	10倍粥 たまねぎペースト 野菜の煮物	米 たまねぎ 豆腐・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・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・にんじん
3	水	10倍粥 きゅうりペースト 野菜の煮物	米 きゅうり 豆腐・たまねぎ	7倍粥 きゅうりの煮物 野菜の煮物	米 きゅうり 豆腐・たまねぎ	5倍粥 きゅうりの煮物 野菜の煮物	米 きゅうり 豆腐・たまねぎ
4	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・にんじん	7倍粥 サイコロじゃがいも 野菜の煮物	米 じゃがいも ツナ・キャベツ・にんじん	5倍粥 スティックじゃがいも 野菜の煮物	米 じゃがいも ツナ・キャベツ・にんじん
5	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・こまつな	7倍粥 キャベツの煮物 野菜の煮物	米 キャベツ 鶏肉・にんじん・こまつな	5倍粥 キャベツの煮物 野菜の煮物	米 キャベツ 鶏肉・にんじん・こまつな
8	月	10倍粥 トマトペースト 野菜の煮物	米 トマト 豆腐・キャベツ・にんじん	7倍粥 トマトの煮物 野菜の煮物	米 トマト 豆腐・キャベツ・にんじん	5倍粥 トマトの煮物 野菜の煮物	米 トマト 豆腐・キャベツ・にんじん
9	火	10倍粥 なすペースト 野菜の煮物	米 なす たまねぎ・ピーマン	7倍粥 なすの煮物 野菜の煮物	米 なす たまねぎ・ピーマン	5倍粥 なすの煮物 野菜の煮物	米 なす 豚肉・たまねぎ・ピーマン
10	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	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	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
11	木	10倍粥 キャベツペースト 野菜の煮物	米 キャベツ 豆腐・たまねぎ・じゃがいも・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・たまねぎ・じゃがいも・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・たまねぎ・じゃがいも・にんじん
12	金	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・きゅうり	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・きゅうり	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・きゅうり

※ 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	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	7倍粥 たまねぎの煮物 野菜の煮物	米 たまねぎ しらす・にんじん	5倍粥 たまねぎの煮物 野菜の煮物	米 たまねぎ しらす・にんじん
16	火	10倍粥 にんじんペースト 野菜の煮物	米 にんじん きゅうり	7倍粥 サイコロにんじん 野菜の煮物	米 にんじん しらす・きゅうり	5倍粥 スティックにんじん 野菜の煮物	米 にんじん しらす・きゅうり
17	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・たまねぎ	7倍粥 キャベツの煮物 野菜の煮物	米 キャベツ にんじん・たまねぎ	5倍粥 キャベツの煮物 野菜の煮物	米 キャベツ 豚肉・にんじん・たまねぎ
18	木	10倍粥 ピーマンペースト 野菜の煮物	米 ピーマン キャベツ・たまねぎ	7倍粥 ピーマンの煮物 野菜の煮物	米 ピーマン キャベツ・たまねぎ	5倍粥 ピーマンの煮物 野菜の煮物	米 ピーマン 豚肉・キャベツ・たまねぎ
19	金	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・ピーマン	7倍粥 たまねぎの煮物 野菜の煮物	米 たまねぎ キャベツ・にんじん・ピーマン	5倍粥 たまねぎの煮物 野菜の煮物	米 たまねぎ 豚肉・キャベツ・にんじん・ピーマン
22	月	10倍粥 かぼちゃペースト 野菜の煮物	米 かぼちゃ なす	7倍粥 かぼちゃの煮物 野菜の煮物	米 かぼちゃ 鶏肉・なす	5倍粥 かぼちゃの煮物 野菜の煮物	米 かぼちゃ 鶏肉・なす
23	火	10倍粥 キャベツペースト 野菜の煮物	米 キャベツ きゅうり・たまねぎ・なす	7倍粥 キャベツの煮物 野菜の煮物	米 キャベツ きゅうり・たまねぎ・なす	5倍粥 キャベツの煮物 野菜の煮物	米 キャベツ 豚肉・きゅうり・たまねぎ・なす
24	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	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	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
25	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・にんじん	7倍粥 かぼちゃの煮物 野菜の煮物	米 かぼちゃ ツナ・たまねぎ・トマト・にんじん	5倍粥 かぼちゃの煮物 野菜の煮物	米 かぼちゃ ツナ・たまねぎ・トマト・にんじん
26	金	10倍粥 たまねぎペースト 野菜の煮物	米 たまねぎ 豆腐・にんじん・きゅうり	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・きゅうり	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・きゅうり
29	月	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・にんじん	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・にんじん	5倍粥 スティックじゃがいも 野菜の煮物	米 じゃがいも 鶏肉・キャベツ・にんじん
30	火	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・たまねぎ・なす	7倍粥 キャベツの煮物 野菜の煮物	米 キャベツ にんじん・たまねぎ・なす	5倍粥 キャベツの煮物 野菜の煮物	米 キャベツ 豚肉・にんじん・たまねぎ・なす