

離乳食献立表

2023年 4月 大宮まぶね保育園

| 曜日                | 1<br>土 | 3<br>月 | 4<br>火  | 5<br>水 | 6<br>木 | 7<br>金  | 8<br>土  | 10<br>月  | 11<br>火   | 12<br>水   | 13<br>木   | 14<br>金   |
|-------------------|--------|--------|---|--------|--------|---|---|--|---|---|---|---|
| や朝<br>つお          |        |        |   |        |        | お菓子   | お菓子   | お菓子  | お菓子   | バナナ   | お菓子   | お菓子   |
| 中期                |        |        |   |        |        | ①野菜にゆう麺<br>そうめん<br>鶏むねミンチ<br>たまねぎ・人参<br>だし汁<br>砂糖・しょうゆ<br>②さつまいもサラダ<br>さつまいも・たまねぎ<br>塩・砂糖 | ①全がゆ<br>②鶏煮<br>鶏むねミンチ<br>じゃがいも・人参<br>だし汁・しょうゆ<br>③野菜スープ<br>大根・ほうれん草<br>だし汁・塩    | ①パンがゆ<br>②鶏煮<br>鶏むねミンチ・ブロッコリー<br>たまねぎ・ほうれん草<br>だし汁・しょうゆ<br>③野菜スープ<br>小松菜・人参<br>だし汁・塩 | ①全がゆ<br>②煮魚<br>たら・人参<br>大根<br>だし汁・しょうゆ<br>③スープ<br>たまねぎ・人参<br>だし汁・塩                    | ①全がゆ<br>②鶏煮<br>鶏むねミンチ<br>たまねぎ・人参<br>だし汁・しょうゆ<br>③野菜スープ<br>キャベツ・ブロッコリー<br>だし汁・塩        | ①全がゆ<br>②鶏煮<br>鶏むねミンチ<br>キャベツ・人参<br>だし汁・しょうゆ<br>③野菜スープ<br>小松菜・人参<br>だし汁・塩             | ①煮込みうどん<br>うどん・ねぎ<br>鶏むねミンチ<br>たまねぎ・人参<br>だし汁<br>砂糖・しょうゆ<br>②野菜煮<br>さつまいも・しらす<br>だし汁・しょうゆ |
| 後期                |        |        |   |        |        | ①野菜にゆう麺<br>そうめん<br>鶏むねミンチ<br>たまねぎ・人参<br>だし汁<br>砂糖・しょうゆ<br>②さつまいもサラダ<br>さつまいも・たまねぎ<br>塩・砂糖 | ①全がゆ<br>②鶏煮<br>鶏むねミンチ<br>じゃがいも・人参<br>だし汁・しょうゆ<br>③野菜スープ<br>大根・ほうれん草<br>だし汁・しょうゆ | ①パンがゆ<br>②鶏煮<br>鶏むねミンチ・ブロッコリー<br>たまねぎ・ほうれん草<br>だし汁・しょうゆ<br>③野菜スープ<br>小松菜・人参<br>だし汁・塩 | ①全がゆ<br>②煮魚<br>たら・人参<br>大根<br>だし汁・しょうゆ<br>③スープ<br>たまねぎ・人参<br>だし汁・塩                    | ①全がゆ<br>②鶏煮<br>鶏むねミンチ<br>たまねぎ・人参<br>だし汁・ケチャップ<br>③野菜スープ<br>キャベツ・ブロッコリー<br>だし汁・塩       | ①全がゆ<br>②鶏煮<br>鶏むねミンチ<br>キャベツ・人参<br>だし汁・しょうゆ<br>③野菜スープ<br>小松菜・人参<br>だし汁・塩             | ①煮込みうどん<br>うどん・ねぎ<br>鶏むねミンチ<br>たまねぎ・人参<br>だし汁<br>砂糖・しょうゆ<br>②野菜煮<br>さつまいも・しらす<br>だし汁・しょうゆ |
| 完了期               |        |        |   |        |        | ①野菜にゆう麺<br>②さつまいもサラダ  | ①軟飯→ご飯<br>②肉じゃが<br>③ほうれん草のおかか和え<br>④すまし汁  | ①ロールパン<br>②マカロニグラタン<br>③花野菜サラダ<br>④コンソメスープ   | ①軟飯→ご飯<br>②鮭の西京焼き<br>③竹輪と大根の煮物<br>④すまし汁   | ①軟飯→ご飯<br>②鶏肉と野菜の甘酢炒め<br>③ブロッコリーのゴマネズ和え<br>④コンソメスープ                                   | ①軟飯→ご飯<br>②豚肉の甘酢炒め<br>③高野豆腐の煮物<br>④味噌汁  | ①きつねうどん<br>②さつまいものかきあげ  |
| 果物                |        |        |   |        |        | りんご   |   |  | りんご   |   | オレンジ  | バナナ   |
| 午後<br>完了期<br>やつ後期 |        |        |  |        |        | 米<br>人参<br>だし汁<br>しょうゆ<br>砂糖<br>すりごま  | お菓子   | おじや  | 蒸しパン  | お菓子   | お菓子   | おじや   |
|                   |        |        |   |        |        |   |   |  |  |  |  |      |

| 曜日                | 15<br>土  | 17<br>月   | 18<br>火  | 19<br>水   | 20<br>木  | 21<br>金   | 22<br>土  | 24<br>月  | 25<br>火   | 26<br>水   | 27<br>木   | 28<br>金   |                  |
|-------------------|--|---|--|---|--|---|--|--|---|---|---|---|------------------|
| や朝<br>つお          | お菓子  | お菓子   | お菓子  | バナナ   | お菓子  | お菓子   | お菓子  | お菓子  | お菓子   | バナナ   | お菓子   | お菓子   |                  |
| 中期                | ①鶏おじや<br>米・鶏むねミンチ<br>キャベツ・たまねぎ<br>だし汁・砂糖<br>しょうゆ<br>②野菜スープ<br>豆腐・チンゲン菜<br>だし汁・しお | ①全がゆ<br>②鶏煮<br>鶏むねミンチ<br>たまねぎ・いんげん<br>だし汁・しょうゆ<br>③野菜スープ<br>白菜・人参<br>だし汁・塩    | ①全がゆ<br>②煮魚<br>たら・たまねぎ<br>ほうれん草<br>だし汁・しょうゆ<br>③スープ<br>はるさめ・人参<br>だし汁・塩  | ①おじや<br>鶏むねミンチ<br>米・人参・インゲン<br>だし汁・砂糖<br>しょうゆ<br>②野菜煮<br>里芋・人参<br>もやし<br>だし汁・しょうゆ | ①全がゆ<br>②鶏煮<br>鶏むねミンチ<br>たまねぎ・人参<br>だし汁・しょうゆ<br>③野菜スープ<br>カリフラワー<br>たまねぎ<br>だし汁・塩    | ①野菜うどん<br>うどん・鶏むねミンチ<br>キャベツ・人参<br>たまねぎ<br>だし汁・しょうゆ<br>砂糖<br>②豆腐煮<br>豆腐・チンゲン菜<br>たまねぎ<br>だし汁・しょうゆ | ①全がゆ<br>②鶏煮<br>鶏むねミンチ<br>ブロッコリー・人参<br>だし汁・しょうゆ<br>③野菜スープ<br>たまねぎ・人参<br>だし汁・塩         | ①おじや<br>米・鶏むねミンチ<br>もやし・人参<br>ほうれん草<br>だし汁・砂糖<br>しょうゆ<br>②スープ煮<br>ブロッコリー・人参<br>だし汁・塩 | ①全がゆ<br>②煮魚<br>たら・たまねぎ<br>人参<br>だし汁・しょうゆ<br>③スープ<br>はるさめ・ねぎ<br>だし汁・塩    | ①全がゆ<br>②鶏煮<br>鶏むねミンチ<br>れんこん・いんげん<br>だし汁・しょうゆ<br>③野菜スープ<br>ほうれん草<br>たまねぎ<br>だし汁・塩    | ①野菜うどん<br>うどん・鶏むねミンチ<br>ほうれん草・人参<br>たまねぎ<br>だし汁・しょうゆ<br>砂糖<br>②野菜煮<br>いんげん・人参<br>だし汁・しょうゆ | ①おじや<br>米・鶏むねミンチ<br>キャベツ・人参<br>たまねぎ<br>だし汁・砂糖<br>しょうゆ<br>②スープ煮<br>じゃがいも・人参<br>だし汁・塩 |                  |
| 後期                | ①鶏おじや<br>米・鶏むねミンチ<br>キャベツ・たまねぎ<br>だし汁・砂糖<br>しょうゆ<br>②野菜スープ<br>豆腐・チンゲン菜<br>だし汁・しお | ①全がゆ→軟飯<br>②鶏煮<br>鶏むねミンチ<br>たまねぎ・いんげん<br>だし汁・しょうゆ<br>③野菜スープ<br>白菜・人参<br>だし汁・塩 | ①全がゆ→軟飯<br>②煮魚<br>たら・たまねぎ<br>ほうれん草<br>だし汁・ケチャップ<br>③スープ<br>はるさめ・人参<br>だし汁・塩  | ①おじや<br>鶏むねミンチ<br>米・人参・インゲン<br>だし汁・しょうゆ<br>②野菜煮<br>里芋・人参<br>もやし<br>だし汁・しょうゆ       | ①全がゆ→軟飯<br>②鶏煮<br>鶏むねミンチ<br>たまねぎ・人参<br>だし汁・しょうゆ<br>③野菜スープ<br>カリフラワー<br>たまねぎ<br>だし汁・塩 | ①野菜うどん<br>うどん・鶏むねミンチ<br>キャベツ・人参<br>たまねぎ<br>だし汁・しょうゆ<br>砂糖<br>②豆腐煮<br>豆腐・チンゲン菜<br>たまねぎ<br>だし汁・しょうゆ | ①全がゆ→軟飯<br>②鶏煮<br>鶏むねミンチ<br>ブロッコリー・人参<br>だし汁・しょうゆ<br>③野菜スープ<br>たまねぎ・人参<br>だし汁・塩      | ①おじや<br>米・鶏むねミンチ<br>もやし・人参<br>ほうれん草<br>だし汁・砂糖<br>しょうゆ<br>②スープ煮<br>ブロッコリー・人参<br>だし汁・塩 | ①全がゆ→軟飯<br>②煮魚<br>たら・たまねぎ<br>人参<br>だし汁・しょうゆ<br>③スープ<br>はるさめ・ねぎ<br>だし汁・塩 | ①全がゆ→軟飯<br>②鶏煮<br>鶏むねミンチ<br>れんこん・いんげん<br>だし汁・しょうゆ<br>③野菜スープ<br>ほうれん草<br>たまねぎ<br>だし汁・塩 | ①野菜うどん<br>うどん・鶏むねミンチ<br>ほうれん草・人参<br>たまねぎ<br>だし汁・しょうゆ<br>砂糖<br>②野菜煮<br>いんげん・人参<br>だし汁・しょうゆ | ①おじや<br>米・鶏むねミンチ<br>キャベツ・人参<br>たまねぎ<br>だし汁・砂糖<br>しょうゆ<br>②スープ煮<br>じゃがいも・人参<br>だし汁・塩 |                  |
| 完了期               | ①そばろ丼<br>②キャベツとウィンナーの<br>ソテー<br>③中華スープ   | ①軟飯→ご飯<br>②豚肉とごぼうのしぐれ煮<br>③白菜サラダ<br>④すまし汁                                     | ①軟飯→ご飯<br>②白身魚の甘酢あん<br>③ほうれん草のおひたし<br>④中華スープ   | ①きのこの炊き込みご飯<br>軟飯→ご飯<br>②里芋の煮物<br>③味噌汁  | ①軟飯→ご飯<br>②ミートローフ<br>③レンコンのサラダ<br>④コンソメスープ   | ①ちゃんぽん麺<br>②豆腐チャンプルー  | ①軟飯→ご飯<br>②鶏肉のマヨパン粉焼き<br>③ブロッコリーのおかか和え<br>④味噌汁                                       | ①ピピン丼<br>②ブロッコリーとささみの<br>和え物<br>③中華スープ   | ①軟飯→ご飯<br>②鮭の味噌煮<br>③春雨サラダ<br>④すまし汁                                     | ①軟飯→ご飯<br>②鶏肉のマーマレード煮<br>③里芋とれんこんの煮物<br>④すまし汁   | ①肉うどん<br>②インゲンの胡麻和え<br>③ほうれん草と<br>ツナの甘酢和え<br>④みそ汁   | ①カレーライス<br>軟飯→ご飯<br>②キャベツとブロッコリーのサラダ  |                  |
| 果物                | りんご  | りんご   | バナナ  |   | オレンジ   | バナナ   |  |  | りんご   |   | オレンジ  | バナナ   |                  |
| 午後<br>完了期<br>やつ後期 | お菓子  | 毎パウンドケーキ<br>ホットケーキミックス<br>砂糖<br>牛乳<br>苺ソース                                    | 蒸しパン<br>ホットケーキミックス<br>砂糖<br>牛乳   | お菓子   | 苺のラスク<br>砂糖<br>マーガリン<br>きなこ  | 米<br>鶏むねミンチ<br>人参<br>だし汁<br>しょうゆ<br>砂糖<br>すりごま  |  | お菓子  | お菓子   | 食パン<br>マーガリン<br>砂糖  |      | 米<br>たまねぎ<br>だし汁<br>しょうゆ<br>砂糖  | ホットケーキミックス<br>牛乳 |
|                   |  |   | <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 5px; display: inline-block;">(完了期)<br/>ひよこ蒸しパン<br/>蒸しパン<br/>+<br/>コーン・黒ごま</div> |   |  |   |  |  |   |   |      |   |                  |

だし汁：昆布だし