

献立一覧表

令和5年

離乳食

日	曜	5～6ヶ月	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をとのえる	(その他の食品)	7～8ヶ月	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をとのえる	(その他の食品)	9～11ヶ月	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をとのえる	(その他の食品)
1日 15日	水	10倍がゆ 麩のペースト にんじんのペースト ブロッコリーのペースト		米・小町麩・かたくり粉	にんじん・ブロッコリー	水・だし	7倍がゆ 鶏ささみの野菜あんかけ ブロッコリーの軟らか煮	ささ身	米・かたくり粉	にんじん・たまねぎ・ブロッコリー	水・だし	軟飯 鶏ささみの野菜あんかけ ブロッコリーの軟らか煮 野菜入り軟飯	ささ身	米・かたくり粉	にんじん・たまねぎ・ブロッコリー	水・だし・しょうゆ
2日 16日	木	10倍がゆ 白身魚のペースト 小松菜のペースト にんじんのペースト	たら	米・かたくり粉	こまつな・にんじん	水・だし	7倍がゆ 魚と野菜のほぐし煮 キャベツの軟らか煮	たら	米・かたくり粉	にんじん・こまつな・キャベツ	水・だし	軟飯 魚と野菜のほぐし煮 キャベツの軟らか煮 おおか軟飯	たら・かつお削り節	米・かたくり粉	にんじん・こまつな・キャベツ	水・だし・しょうゆ
17日	金	10倍がゆ 麩のペースト 玉ねぎのペースト にんじんのペースト		米・小町麩・かたくり粉	たまねぎ・にんじん	水・だし	7倍がゆ 高野豆腐と野菜煮 にんじんの軟らか煮	高野豆腐	米・じゃがいも・かたくり粉	たまねぎ・にんじん	水・だし	軟飯 高野豆腐と野菜煮 スティックにんじん ホットケーキ	高野豆腐・牛乳	米・じゃがいも・かたくり粉 薄力粉・上白糖・調合油	たまねぎ・にんじん	水・だし・しょうゆ ベーキングパウダー
4日 18日	土	10倍がゆ 豆腐のペースト じゃがいものペースト だいこんのペースト	絹ごし豆腐	米・じゃがいも	大根	水・だし	7倍がゆ 豆腐と野菜のトロトロ煮 だいこんの軟らか煮	絹ごし豆腐	米・かたくり粉	にんじん・たまねぎ・大根	水・だし	軟飯 豆腐と野菜のトロトロ煮 スティックだいこん ふかし芋	絹ごし豆腐	米・かたくり粉・じゃがいも	にんじん・たまねぎ・大根	水・だし・しょうゆ・食塩
6日 20日	月	10倍がゆ 麩のペースト 玉ねぎのペースト にんじんのペースト		米・小町麩・かたくり粉	たまねぎ・にんじん	水・だし	7倍がゆ 高野豆腐と野菜煮 にんじんの軟らか煮	高野豆腐	米・じゃがいも・かたくり粉	たまねぎ・にんじん	水・だし	軟飯 高野豆腐と野菜煮 スティックにんじん 蒸しパン	高野豆腐・牛乳	米・じゃがいも・かたくり粉 薄力粉・上白糖	たまねぎ・にんじん	水・だし・しょうゆ ベーキングパウダー
7日 21日	火	10倍がゆ 豆腐のペースト にんじんのペースト じゃがいものペースト	絹ごし豆腐	米・じゃがいも	にんじん	水・だし	7倍がゆ ツナと野菜の煮物 じゃがいもの軟らか煮つ ぶし	ツナ缶	米・かたくり粉・じゃがいも	にんじん・たまねぎ	水・だし	軟飯 ツナと野菜の煮物 スティックじゃがいも ホットケーキ	ツナ缶・牛乳	米・かたくり粉・じゃがいも 薄力粉・上白糖・調合油	にんじん・たまねぎ	水・だし・しょうゆ ベーキングパウダー
8日 22日	水	10倍がゆ 麩のペースト にんじんのペースト 小松菜のペースト		米・小町麩・かたくり粉	にんじん・こまつな	水・だし	7倍がゆ ひき肉と野菜の煮物 かぼちゃの軟らか煮つ ぶし	鶏ひき肉	米・かたくり粉	こまつな・たまねぎ・かぼちゃ	水・だし	軟飯 ひき肉と野菜の煮物 かぼちゃの軟らか煮 おおか軟飯	鶏ひき肉・かつお削り節	米・かたくり粉	こまつな・たまねぎ・かぼちゃ	水・だし・しょうゆ
9日	木	10倍がゆ しらすのペースト キャベツのペースト にんじんのペースト	しらす干し	米・かたくり粉	キャベツ・にんじん	水・だし	7倍がゆ しらすと野菜の軟らか煮 キャベツの軟らか煮	しらす干し	米・かたくり粉	にんじん・大根・キャベツ	水・だし	軟飯 しらすと野菜の軟らか煮 キャベツの軟らか煮 ふかし芋	しらす干し	米・かたくり粉・さつまいも	にんじん・大根・キャベツ	水・だし・しょうゆ・食塩
10日 24日	金	10倍がゆ 麩のペースト にんじんのペースト 玉ねぎのペースト		米・小町麩・かたくり粉	にんじん・たまねぎ	水・だし	7倍がゆ 魚と野菜のほぐし煮 じゃがいもの軟らか煮つ ぶし	たら	米・かたくり粉・じゃがいも	にんじん・たまねぎ	水・だし	軟飯 魚と野菜のほぐし煮 じゃがいもの軟らか煮 マカロニきな粉	たら・きな粉	米・かたくり粉・じゃがいも マカロニ・上白糖	にんじん・たまねぎ	水・だし・しょうゆ・食塩
11日 25日	土	10倍がゆ 麩のペースト キャベツのペースト 玉ねぎのペースト		米・小町麩・かたくり粉	キャベツ・たまねぎ	水・だし	7倍がゆ 鶏ささみの野菜あんかけ キャベツの軟らか煮	ささ身	米・かたくり粉	にんじん・たまねぎ・キャベツ	水・だし	軟飯 鶏ささみの野菜あんかけ キャベツの軟らか煮 おおか軟飯	ささ身・かつお削り節	米・かたくり粉	にんじん・たまねぎ・キャベツ	水・だし・しょうゆ
13日 27日	月	10倍がゆ 豆腐のペースト にんじんのペースト じゃがいものペースト	木綿豆腐	米・じゃがいも	にんじん	水・だし	7倍がゆ 豆腐と野菜のとろ煮 じゃがいもの軟らか煮つ ぶし	木綿豆腐	米・かたくり粉・じゃがいも	にんじん・たまねぎ	水・だし	軟飯 豆腐と野菜のみそ煮 スティックじゃがいも マカロニきな粉	木綿豆腐・みそ・きな粉	米・かたくり粉・じゃがいも マカロニ・上白糖	にんじん・たまねぎ	水・だし・食塩
14日 28日	火	10倍がゆ 麩のペースト にんじんのペースト 玉ねぎのペースト		米・小町麩・かたくり粉	にんじん・たまねぎ	水・だし	7倍がゆ ひき肉と野菜のトロトロ煮 にんじんの軟らか煮	鶏ひき肉	米・じゃがいも・かたくり粉	たまねぎ・にんじん	水・だし	軟飯 ひき肉と野菜のトロトロ煮 スティックにんじん ホットケーキ	鶏ひき肉・牛乳	米・じゃがいも・かたくり粉 薄力粉・上白糖・調合油	たまねぎ・にんじん	水・だし・しょうゆ ベーキングパウダー
29日	水	10倍がゆ 麩のペースト にんじんのペースト ブロッコリーのペースト		米・小町麩・かたくり粉	にんじん・ブロッコリー	水・だし	7倍がゆ 鶏ささみの野菜あんかけ ブロッコリーの軟らか煮	ささ身	米・かたくり粉	にんじん・たまねぎ・ブロッコリー	水・だし	軟飯 鶏ささみの野菜あんかけ ブロッコリーの軟らか煮 野菜入り軟飯	ささ身	米・かたくり粉	にんじん・たまねぎ・ブロッコリー	水・だし・しょうゆ
30日	木	10倍がゆ 麩のペースト にんじんのペースト 玉ねぎのペースト		米・小町麩・かたくり粉	にんじん・たまねぎ	水・だし	7倍がゆ ツナと野菜の煮物 だいこんの軟らか煮	ツナ缶	米・かたくり粉	にんじん・たまねぎ・大根	水・だし	軟飯 ツナと野菜の煮物 スティックだいこん マカロニきな粉	ツナ缶・きな粉	米・かたくり粉・マカロニ 上白糖	にんじん・たまねぎ・大根	水・だし・しょうゆ・食塩

※食べにくい食材がある場合は給食提供日までに、何回かご自宅を試して下さい。アレルギーが出た場合は速やかに担当保育士までご連絡下さい。

※都合により献立・食材を変更することがあります。