

離 乳 食 献 立 表



2018年 8月

大谷園林保育園

日付	時間帯	離乳食9~11ヶ月(後期)	離乳食7~8ヶ月(中期)	離乳食開始期	離乳食移行期
8月1日 (水)	午前おやつ 昼食	ミルク 全粥~軟飯(5倍粥~堅粥) 凍豆腐と野菜の煮物 (きゅうり・にんじん) スティック野菜:じゃがいも マカロニスープ	ミルク 全粥(7倍粥) 凍豆腐と野菜の煮物 (きゅうり・じゃがいも) にんじんスープ	ミルク つぶし粥(10倍粥) 凍豆腐とつぶし野菜のくす煮 (にんじん・じゃがいも) にんじんスープ	ミルク つぶし粥(10倍粥) 野菜マッシュ:じゃがいも 野菜マッシュ:にんじん
8月16日 8月30日 (木)	午後おやつ	ミルク おじや(にんじん・じゃがいも)	ミルク	ミルク	ミルク
8月2日 (木)	午前おやつ 昼食	ミルク 全粥~軟飯(5倍粥~堅粥) 豚ミンチと野菜のケチャップ煮 (なす・ピーマン・キャベツ) スティック野菜:にんじん じゃがいもスープ	ミルク 全粥(7倍粥) ささみと野菜のくす煮 (なす・にんじん・キャベツ) じゃがいもスープ	ミルク つぶし粥(10倍粥) すりつぶし野菜のくす煮 (にんじん・じゃがいも) キャベツスープ	ミルク つぶし粥(10倍粥) 野菜マッシュ:じゃがいも 野菜マッシュ:キャベツ
8月15日 8月29日 (水)	午後おやつ	ミルク パンケーキ(ミルク)	ミルク	ミルク	ミルク
8月3日 8月17日 8月31日 (金)	午前おやつ 昼食	ミルク 全粥~軟飯(5倍粥~堅粥) 豚肉と野菜のミルク煮 (にんじん・キャベツ) スティック野菜:たまねぎ キャベツのみそ汁	ミルク 全粥(7倍粥) 野菜のミルク煮 (たまねぎ・にんじん・キャベツ) キャベツのスープ	ミルク つぶし粥(10倍粥) すりつぶし野菜のミルク煮 (にんじん・キャベツ) たまねぎのスープ	ミルク つぶし粥(10倍粥) 野菜マッシュ:にんじん 野菜マッシュ:たまねぎ
8月4日 8月18日 (土)	午後おやつ	ミルク おじや(ピーマン・たまねぎ)	ミルク	ミルク	ミルク
8月6日 8月20日 (月)	午前おやつ 昼食	ミルク 全粥~軟飯(5倍粥~堅粥) 野菜煮 (さつまいも・たまねぎ) 卵黄ペースト スティック野菜:きゅうり たまねぎスープ	ミルク 全粥(7倍粥) 凍豆腐と野菜のくす煮 (さつまいも・きゅうり) たまねぎスープ	ミルク つぶし粥(10倍粥) 凍豆腐とすりつぶし野菜の煮物 (さつまいも・たまねぎ) さつまいものスープ	ミルク つぶし粥(10倍粥) 野菜マッシュ:さつまいも 野菜マッシュ:たまねぎ
8月7日 8月21日 (火)	午後おやつ	ミルク バナナ・ベビーせんべい	ミルク	ミルク	ミルク
8月8日 8月22日 (水)	午前おやつ 昼食	ミルク 全粥~軟飯(5倍粥~堅粥) 豆腐と野菜の煮物 (にんじん・なす・たまねぎ) スティック野菜:にんじん ほうれん草のみそ汁	ミルク 全粥(7倍粥) 豆腐と野菜のくす煮 (にんじん・なす・たまねぎ) ほうれん草スープ	ミルク つぶし粥(10倍粥) 豆腐とすりつぶし野菜のくす煮 (にんじん・たまねぎ) ほうれん草スープ	ミルク つぶし粥(10倍粥) 野菜マッシュ:ほうれん草 野菜マッシュ:にんじん
8月9日 8月23日 (木)	午後おやつ	ミルク ヨーグルト・ベビーせんべい	ミルク	ミルク	ミルク
8月10日 8月24日 (金)	午前おやつ 昼食	ミルク 全粥~軟飯(5倍粥~堅粥) 白身魚と野菜の煮物 (にんじん・こまつな・たまねぎ) スティック野菜:キャベツ ピーマンのスープ	ミルク 全粥(7倍粥) 白身魚と野菜のくす煮 (にんじん・こまつな・たまねぎ) キャベツのスープ	ミルク つぶし粥(10倍粥) 白身魚とすりつぶし野菜のくす煮 (にんじん・こまつな・たまねぎ) キャベツのスープ	ミルク つぶし粥(10倍粥) 野菜マッシュ:こまつな 野菜マッシュ:キャベツ
8月8日 8月22日 (水)	午後おやつ	ミルク おじや(キャベツ・たまねぎ)	ミルク	ミルク	ミルク
8月9日 8月23日 (木)	午前おやつ 昼食	ミルク 全粥~軟飯(5倍粥~堅粥) 鶏レバーと野菜の煮物 (にんじん・いんげん・たまねぎ) スティック野菜:じゃがいも オニオンスープ	ミルク 全粥(7倍粥) ささみと野菜の煮物 (にんじん・いんげん・じゃがいも) オニオンスープ	ミルク つぶし粥(10倍粥) すりつぶし野菜のミルク煮 (にんじん・じゃがいも) オニオンスープ	ミルク つぶし粥(10倍粥) 野菜マッシュ:じゃがいも 野菜マッシュ:たまねぎ
8月10日 8月24日 (金)	午後おやつ	ミルク パンケーキ(ミルク)	ミルク	ミルク	ミルク
8月13日 8月27日 (月)	午前おやつ 昼食	ミルク 全粥~軟飯(5倍粥~堅粥) しらすと野菜の煮物 (はくさい・ピーマン・にんじん) スティック野菜:じゃがいも わかめスープ(たまねぎ)	ミルク 全粥(7倍粥) しらすと野菜の煮物 (はくさい・たまねぎ・にんじん) じゃがいもスープ	ミルク つぶし粥(10倍粥) 凍豆腐と野菜の煮物 (はくさい・にんじん) じゃがいもスープ	ミルク つぶし粥(10倍粥) 野菜マッシュ:じゃがいも 野菜マッシュ:はくさい
8月14日 8月28日 (火)	午後おやつ	ミルク おじや(はくさい・たまねぎ)			ミルク
8月14日 8月28日 (火)	午前おやつ 昼食	ミルク 全粥~軟飯(5倍粥~堅粥) ささみと野菜の煮物 (にんじん・さつまいも) スティック野菜:きゅうり わかめスープ(たまねぎ)	ミルク 全粥(7倍粥) ささみと野菜の煮物 (にんじん・さつまいも) たまねぎスープ	ミルク つぶし粥(10倍粥) すりつぶし野菜のミルク煮 (にんじん・さつまいも) たまねぎスープ	ミルク つぶし粥(10倍粥) 野菜マッシュ:さつまいも 野菜マッシュ:にんじん
8月14日 8月28日 (火)	午後おやつ	ミルク おじや(にんじん・ミルク)			ミルク
8月25日 (土)	午前おやつ 昼食	ミルク 全粥~軟飯(5倍粥~堅粥) 豚肉と野菜の煮物 (にんじん・キャベツ) スティック野菜:にんじん にゅうめん(たまねぎ)	ミルク 全粥(7倍粥) 野菜のミルク煮 (にんじん・キャベツ) にゅうめん(たまねぎ)	ミルク つぶし粥(10倍粥) すりつぶし野菜のミルク煮 (にんじん・キャベツ) にゅうめん(たまねぎ)	ミルク つぶし粥(10倍粥) 野菜マッシュ:キャベツ 野菜マッシュ:にんじん
8月25日 (土)	午後おやつ	ミルク おじや(きなこ)	ミルク	ミルク	ミルク

★7.8ヶ月頃(中期)までの出汁は昆布でとります。

★献立の材料は天候などにより、やむを得ず変更することがありますのでご了承ください。

★【食材一覧表】を見て、まだ食べたことがない食材がありましたらお知らせください。

★5.6か月頃の離乳食について
なめらかにすりつぶした状態で子どもの様子を見ながら進めます。
作る際の量は記載してある材料で、野菜は合計20g程度・豆腐25g・(凍豆腐3g)又は白身魚10g程度・粉ミルク7g・うどん30gなどを使用していきます。不明な点はお尋ねください。

