

離乳食献立表



2019年10月

大谷園林保育園

日付	時間帯	離乳食12~18ヶ月(完了期)	離乳食9~11ヶ月(後期)	離乳食7~8ヶ月(中期)	離乳食5~6ヶ月(前期)
28日 (月)	午前おやつ	牛乳	ミルク	ミルク	ミルク
	昼食	チキンライス 煮魚 かぼちゃサラダ オニオンスープ	全粥~軟飯(5倍粥~堅粥) 蒸し野菜 にんじん・たまねぎ・かぼちゃ 煮魚 すまし汁(たまねぎ)	全粥(7倍粥) 蒸し野菜 にんじん・たまねぎ・かぼちゃ 煮魚 すまし汁(たまねぎ)	つぶし粥(10倍粥) 野菜マッシュ: にんじん・かぼちゃ
01日 15日 29日 (火)	午後おやつ	牛乳 蒸しパン	ミルク 蒸しパン(ミルク)	ミルク	
	午前おやつ	牛乳	ミルク	ミルク	ミルク
02日 16日 30日 (水)	午後おやつ	牛乳 蒸しパン(ミルク)	ミルク 蒸しパン(ミルク)	ミルク	
	午前おやつ	牛乳	ミルク	ミルク	ミルク
03日 17日 31日 (木)	午後おやつ	牛乳 蒸しパン(ミルク)	ミルク 蒸しパン(ミルク)	ミルク	
	午前おやつ	牛乳	ミルク	ミルク	ミルク
04日 18日 (金)	午後おやつ	牛乳 さつまいもスティック	ミルク さつまいもスティック	ミルク	
	午前おやつ	牛乳	ミルク	ミルク	ミルク
05日 (土)	午後おやつ	牛乳 きな粉ラスク(ロールパン)	ミルク パン粥(きなこ)	ミルク	
	午前おやつ	牛乳	ミルク	ミルク	ミルク
07日 21日 (月)	午後おやつ	牛乳 ロールパン	ミルク パン粥	ミルク	
	午前おやつ	牛乳	ミルク	ミルク	ミルク
08日 (火)	午後おやつ	牛乳 ビスケット	ミルク 赤ちゃんせんべい	ミルク	
	午前おやつ	牛乳	ミルク	ミルク	ミルク
09日 23日 (水)	午後おやつ	牛乳 りんご煮	ミルク りんご煮	ミルク	
	午前おやつ	牛乳	ミルク	ミルク	ミルク
10日 24日 (木)	午後おやつ	牛乳 さつまいもスティック	ミルク さつまいもスティック	ミルク	
	午前おやつ	牛乳	ミルク	ミルク	ミルク
11日 25日 (金)	午後おやつ	牛乳 バナナヨーグルト	ミルク バナナヨーグルト	ミルク	
	午前おやつ	牛乳	ミルク	ミルク	ミルク
12日 26日 (土)	午後おやつ	牛乳 ロールパン	ミルク パン粥	ミルク	
	午前おやつ	牛乳	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みながら進めます。
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。

