



令和元年度 2月 離乳食献立表 (N01)

保育課

日	A(初期) 6か月	B(中期) 7~8か月	C(後期) 9~11か月	D(完了期) 12~18か月
1 土	朝おやつ 青児用ミルク	青児用ミルク・ヨーグルト	青児用ミルク・ヨーグルト	青児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
	昼食 つぶし粥 煮魚(白身魚・だし汁・でんぷん) 煮野菜(玉ねぎ・じゃがいも・人参・だし汁・でんぷん) 青児用ミルク	お粥 白身魚と野菜の煮物(白身魚・玉ねぎ・だし汁・でんぷん) 野菜の汁物(じゃがいも・人参・だし汁) 青児用ミルク	かた粥 鶏肉のさっぱり煮(調味料1/3量、にんにく・しょうがが少量) じゃがいもとにんじんのスープ(だし汁で3倍に薄める)	軟飯 鶏肉のさっぱり煮(調味料半量、にんにく・しょうがが少量) じゃがいもとにんじんのスープ(だし汁で2倍に薄める)
3 17 月	朝おやつ 青児用ミルク	青児用ミルク・ヨーグルト	青児用ミルク・ヨーグルト	青児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
	昼食 つぶし粥 高野豆腐のだし煮(凍り豆腐・だし汁・でんぷん) 煮野菜(人参・玉ねぎ・キャベツ・だし汁・でんぷん) 青児用ミルク	お粥 高野豆腐と野菜の煮物(凍り豆腐・ピーマン・だし汁・でんぷん) 野菜の汁もの(人参・玉ねぎ・だし汁) 青児用ミルク	かた粥 高野豆腐とキャベツのみそ炒め(調味料1/3量) そうめんと長ねぎのすまし汁(だし汁で3倍に薄める)	軟飯 高野豆腐とキャベツのみそ炒め(調味料半量) そうめんと長ねぎのすまし汁(だし汁で2倍に薄める)
	おやつ 青児用ミルク	青児用ミルク にんじん粥(米・人参)	青児用ミルク 大豆ご飯のかた粥(調味料1/3量、大豆皮を除き刻む)	青児用ミルク又は牛乳又は麦茶 大豆ご飯の軟飯(調味料半量、大豆皮を除き刻む)
4 18 火	朝おやつ 青児用ミルク	青児用ミルク・ヨーグルト	青児用ミルク・ヨーグルト	青児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
	昼食 つぶし粥 魚のミルク煮(白身魚・青児用ミルク・だし汁・でんぷん) 煮野菜(じゃがいも・かぶ・玉ねぎ・だし汁・でんぷん) 青児用ミルク	お粥 鶏肉のミルク煮(鶏ささみ肉・青児用ミルク・だし汁・でんぷん) 芋煮(じゃがいも・だし汁・でんぷん) 野菜の汁物(玉ねぎ・かぶ・だし汁) 青児用ミルク	かた粥 タンドリーチキン(調味料1/3量、カレー粉除く、にんにく・しょうが・ケチャップ少量) こぶきいも(調味料1/3量) かぶと玉ねぎのみそ汁(だし汁で3倍に薄める)	軟飯 タンドリーチキン(調味料半量、カレー粉・ケチャップ少量、にんにく・しょうがが少量) こぶきいも(調味料半量) かぶと玉ねぎのみそ汁(だし汁で2倍に薄める)
	おやつ 青児用ミルク	青児用ミルク 清美オレンジ(加熱する) ふわふわせんべい	青児用ミルク 清美オレンジ ふわふわせんべい	青児用ミルク又は牛乳又は麦茶 清美オレンジ せんべい
5 19 水	朝おやつ 青児用ミルク	青児用ミルク・ヨーグルト	青児用ミルク・ヨーグルト	青児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
	昼食 つぶし粥 煮魚(白身魚・だし汁・でんぷん) 煮野菜(人参・キャベツ・小松菜葉先・だし汁・でんぷん) 青児用ミルク	お粥 鮭の煮物(鮭水煮缶・だし汁・でんぷん) 煮野菜(玉ねぎ・キャベツ・だし汁・でんぷん) 小松菜の汁物(小松菜・人参・だし汁) 青児用ミルク	かた粥 サーモンローフ(調味料1/3量、卵1/3量まで、ケチャップ少量) ゆで野菜(調味料1/3量) 小松菜のスープ(だし汁で3倍に薄める・えのき細かく刻んで少量)	軟飯 サーモンローフ(調味料半量、卵2/3量まで、ケチャップ少量) ゆで野菜(調味料半量) 小松菜のスープ(だし汁で2倍に薄める・えのき細かく刻んで少量)
	おやつ 青児用ミルク	青児用ミルク 煮フォー(フォー・玉ねぎ・だし汁)	青児用ミルク 鶏肉のフォー(調味料1/3量・もやし細かく刻む)	青児用ミルク又は牛乳又は麦茶 鶏肉のフォー(調味料半量・もやし細かく刻む)
6 20 木	朝おやつ 青児用ミルク	青児用ミルク・ヨーグルト	青児用ミルク・ヨーグルト	青児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
	昼食 つぶし粥 豆腐の煮物(豆腐・だし汁・でんぷん) 煮野菜(白菜・人参・だし汁) 煮野菜(白菜・人参・だし汁・でんぷん) 青児用ミルク	お粥 豆腐の煮物(豆腐・だし汁・でんぷん) 煮野菜(白菜・人参・だし汁) 豆腐と玉ねぎの汁物(豆腐・玉ねぎ・だし汁) 青児用ミルク	かた粥 魚の角煮(調味料1/3量、しょうが少量) 白菜と人参のけずり節和え(調味料1/3量、けずりぶし粉状) 豆腐とわかめのすまし汁(だしで3倍に薄める、わかめよく洗う)	軟飯 魚の角煮(調味料半量、しょうが少量) 白菜と人参のけずり節和え(調味料半量、けずりぶし粉状) 豆腐とわかめのすまし汁(だしで2倍に薄める、わかめよく洗う)
	おやつ 青児用ミルク	青児用ミルク お粥(クリームコーン入り)(米・クリームコーン)	青児用ミルク かた粥(クリームコーン入り)(米・クリームコーン)	青児用ミルク又は牛乳又は麦茶 コーンマフィン
7 21 金	朝おやつ 青児用ミルク	青児用ミルク・ヨーグルト	青児用ミルク・ヨーグルト	青児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
	昼食 つぶし粥 煮魚(白身魚・だし汁・でんぷん) 煮野菜(人参・大根・ほうれん草葉先・だし汁・でんぷん) 青児用ミルク	お粥 白身魚と野菜の煮物(白身魚・ほうれん草・だし汁・でんぷん) 野菜の汁物(人参・大根・だし汁) 青児用ミルク	かた粥 豚肉と大根の煮物(調味料1/3量、つきこんにやく除く、しょうが少量) 麩とほうれん草のみそ汁(だし汁で3倍に薄める)	軟飯 豚肉と大根の煮物(調味料半量、つきこんにやく除く、しょうが少量) 麩とほうれん草のみそ汁(だし汁で2倍に薄める)
	おやつ 青児用ミルク	青児用ミルク 小松菜粥(米・小松菜・だし汁)	青児用ミルク 骨太ごはんのかた粥(調味料1/3量、桜えび・ちりめんじゃこ粉末)	青児用ミルク又は牛乳又は麦茶 骨太ごはんの軟飯(調味料半量)
8 22 土	朝おやつ 青児用ミルク	青児用ミルク・ヨーグルト	青児用ミルク・ヨーグルト	青児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
	昼食 つぶし粥 煮魚(白身魚・だし汁・でんぷん) 煮野菜(人参・玉ねぎ・じゃがいも・だし汁・でんぷん) 青児用ミルク	お粥 白身魚と野菜の煮物(白身魚・人参・だし汁・でんぷん) 野菜の汁物(じゃがいも・玉ねぎ・だし汁) 青児用ミルク	かた粥 じゃがいもとこんにやくのそぼろ煮(調味料1/3量、つきこんにやく除く、グリーンピース薄皮除くまたは除く) じゃがいもともやしのみそ汁(だし汁で3倍に薄める、もやし細かく刻む)	軟飯 じゃがいもとこんにやくのそぼろ煮(調味料半量、つきこんにやく除く、グリーンピース薄皮除くまたは除く) じゃがいもともやしのみそ汁(だし汁で2倍に薄める、もやし細かく刻む)

令和元年度 2月 離乳食献立表 (NO2)

保育課

日		A (初期) 6か月	B (中期) 7~8か月	C (後期) 9~11か月	D (完了期) 12~18か月
10月・25火	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
	昼食	つぶし粥 高野豆腐のだし煮 (凍り豆腐・だし汁・でんぷん) 麩と野菜煮 (麩・人参・だし汁・でんぷん)	お粥(青のり入り) 高野豆腐と野菜の煮物(凍り豆腐・人参・だし汁・でんぷん) 麩とわかめの汁もの(麩・わかめ(よく洗う)・だし汁)	かた粥(ふりかけ入り) (けずりぶし粉状) 五目きんぴら(調味料1/3量、ごぼう抜く、つきこんにやく除く) 麩とわかめのすまし汁(だしで3倍に薄める)	軟飯(ふりかけ入り) (けずりぶし粉状) 五目きんぴら(調味料半量、つきこんにやく除く) 麩とわかめのすまし汁(だしで2倍に薄める)
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク ツナ粥 (米・ツナ水煮缶(よく水洗い)・人参)	育児用ミルク ツナチャーハンのかた粥(調味料1/3量・ツナ水煮缶よく水洗い)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 ツナチャーハンの軟飯(調味料半量、ツナ水煮缶よく水洗い)
12月・26水	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
	昼食	つぶし粥 煮魚(白身魚・だし汁・でんぷん) 煮野菜(ブロッコリー・人参・白菜・だし汁・でんぷん)	お粥 鶏肉の煮物(鶏ささみ肉・だし汁・でんぷん) 煮野菜(ブロッコリー・人参・だし汁・でんぷん) 野菜の汁物(白菜・大根・だし汁)	かた粥 鶏肉のガーリック焼き(調味料1/3量、にんにく少量) ゆで野菜(調味料1/3量) 白菜と大根のみそ汁(だし汁で3倍に薄める)	軟飯 鶏肉のガーリック焼き(調味料半量、にんにく少量) ゆで野菜(調味料半量) 白菜と大根のみそ汁(だし汁で2倍に薄める)
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク 煮スパゲティ(スパゲティ、人参、だし汁)	育児用ミルク 和風スパゲティ(調味料1/3量、しめじ細かく刻んで少量、ベーコン少量)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 和風スパゲティ(調味料半量、しめじ細かく刻んで少量、ベーコン少量)
13月・27木	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
	昼食	つぶし粥 煮魚(白身魚・だし汁・でんぷん) 煮野菜(じゃがいも・キャベツ・人参・だし汁・でんぷん)	お粥 鶏ささみと野菜の煮物(鶏ささみ肉・じゃがいも・人参・玉ねぎ・だし汁・でんぷん) 煮野菜(キャベツ・きゅうり・だし汁・でんぷん)	かた粥 ポークカレー(調味料1/3量、グリーンピース薄皮を除くまたは抜く、カレー粉・ソース抜く、にんにく・しょうが少量・ケチャップ少量) フレンチサラダ(調味料1/3量、みかん缶水洗い)	軟飯 ポークカレー(調味料半量、グリーンピース薄皮を除くまたは抜く、にんにく・しょうが・カレー粉少量、ソース・ケチャップ少量) フレンチサラダ(調味料半量、みかん缶水洗い)
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク パン粥 (パン・育児用ミルク)	育児用ミルク ジャム付きパン (ジャム1/3量)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 ジャム付きパン (ジャム半量)
14月・28金	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
	昼食	つぶし粥 豆腐の煮つぶし(豆腐・だし汁・でんぷん) 煮野菜(人参・玉ねぎ・小松菜葉先・だし汁・でんぷん)	お粥 豆腐と野菜の煮物(豆腐・人参・玉ねぎ・だし汁・でんぷん) 野菜の汁物(小松菜・だし汁)	かた粥 マーボー豆腐(調味料1/3量、にんにく・しょうが・ケチャップ少量、パプリカ抜く) あおなともやしのスープ(だし汁で3倍に薄める、もやし細かく刻む)	軟飯 マーボー豆腐(調味料半量、にんにく・しょうが・ケチャップ少量) あおなともやしのスープ(だし汁で2倍に薄める、もやし細かく刻む)
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク しらす粥 (米・しらす(湯通し)・青のり)	育児用ミルク しらすご飯のかた粥 (調味料1/3量)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 しらすご飯の軟飯 (調味料半量)
15月・29土	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
	昼食	つぶし粥 煮魚(白身魚・だし汁・でんぷん) 煮野菜(人参・玉ねぎ・じゃがいも・だし汁・でんぷん)	お粥 白身魚と野菜の煮物(白身魚・人参・だし汁・でんぷん) 野菜の汁物(じゃがいも・いんげん・だし汁)	かた粥 豚肉のしょうが炒め(調味料1/3量、しょうが少量) じゃがいもとさやいんげんのみそ汁(だし汁で3倍に薄める)	軟飯 豚肉のしょうが炒め(調味料半量、しょうが少量) じゃがいもとさやいんげんのみそ汁(だし汁で2倍に薄める)
お誕生会	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
	昼食	つぶし粥(人参入り) 煮魚(白身魚・だし汁・でんぷん) 煮野菜(人参・玉ねぎ・キャベツ・だし汁・でんぷん)	お粥(人参入り) 煮魚(白身魚・だし汁・でんぷん) 煮野菜(人参・玉ねぎ・だし汁・でんぷん) キャベツの汁物(キャベツ・だし汁)	ひじきライスのかた粥(調味料1/3量、ひじきよくもどす、ホールコーン除く、グリーンピース薄皮を除くまたは除く) 鮭の照焼き(調味料1/3量) 湯通しキャベツ(調味料1/3量) 春雨スープ(だし汁で3倍に薄める、もやし細かく刻む、たけのこ抜く、春雨やわらかく)	ひじきライスの軟飯(調味料半量、ひじきよくもどす、ホールコーン細かく刻むまたは除く、グリーンピース薄皮を除くまたは除く) 鮭の照焼き(調味料半量) 湯通しキャベツ(調味料半量) 春雨スープ(だし汁で2倍に薄める、もやし細かく刻む、春雨やわらかく)
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク 煮うどん(うどん・人参・だし汁)	育児用ミルク 煮うどん(うどん・人参・だし汁)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 ボンボンドーナッツ

