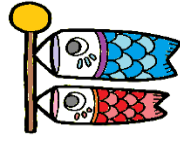


平成 29年度 5月 離乳食献立表

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 ・ 19 ・ 月	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(青のり入り) 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) 育児用ミルク	おかゆ(青のり入り) 魚と野菜の煮物(白身魚・じゃがいも・人参・だし汁・でんぷん) キャベツとたまねぎの汁物(キャベツ・たまねぎ・だし汁) 育児用ミルク	かた粥(青のり入り) いりどり(調味料1/3量・たけのこごぼろこんにやくめく) キャベツとたまねぎのみそ汁(だし汁で3倍に薄める)	軟飯(青のり入り) いりどり(調味料1/2量・たけのこごぼろこんにやくめく) キャベツとたまねぎのみそ汁(だし汁で2倍に薄める)
2 ・ 18 ・ 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 豆腐のだし煮(豆腐・だし汁・でんぷん) 煮野菜(キャベツ・きゅうり・人参・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 豆腐のだし煮(豆腐・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) (2日)絹さやと人参の汁物(絹さや・人参・だし汁) (18日)豆腐と絹さやの汁物(豆腐・さやえんどう・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 魚の角煮(調味料1/3量・生姜風味程度) キャベツときゅうりのゴマ和え(調味料1/3・野菜軟らかく・ゴマよくする) 豆腐と絹さやのすまし汁(だし汁で3倍に薄める)	軟飯 魚の角煮(調味料1/2・生姜風味程度) キャベツときゅうりのゴマ和え(調味料1/2・野菜軟らかく・ゴマよくする) 豆腐と絹さやのすまし汁(だし汁で2倍に薄める)
6 ・ 20 ・ 土	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク・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) 育児用ミルク	おかゆ 魚と野菜の煮物(白身魚・玉ねぎ・じゃがいも・だし汁・でんぷん) わかめと人参の汁物(わかめ(よく洗う)・人参・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 みそ肉じゃが(調味料1/3・グリーンピース抜く) わかめとえのきのすまし汁(だし汁で3倍に薄める・えのき細かく刻んで少量)	軟飯 みそ肉じゃが(調味料1/2・グリーンピース抜く) わかめとえのきのすまし汁(だし汁2倍に薄める・えのき細かく刻んで少量)
8 ・ 22 ・ 月	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(高野豆腐(すりおろす)・だし汁・でんぷん) 煮野菜(小松菜葉先・人参・玉ねぎ・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 高野豆腐と野菜の煮物(高野豆腐・小松菜・人参・だし汁・でんぷん) 麩と玉ねぎの汁物(麩・玉ねぎ・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 豚肉と小松菜の炒め物(調味料1/3・卵1/3まで、もやし細かく刻む、春雨軟らかく、生姜風味程度) 麩とわかめのみそ汁(だし汁で3倍に薄める)	軟飯 豚肉と小松菜の炒め物(調味料1/2、卵2/3まで、もやし細かく刻む、春雨軟らかく、生姜風味程度) 麩とわかめのみそ汁(だし汁で2倍に薄める)
9 ・ 23 ・ 火	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶
	昼食 つぶし粥 煮魚(白身魚・だし汁・でんぷん) 煮野菜(キャベツ・きゅうり・大麦麵・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 煮魚(白身魚・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) 大麦麵の汁物(大麦麵・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 さわらのみそ焼き(調味料1/3) キャベツときゅうりのけずりぶし和え(調味料1/3、削り節粉状、野菜軟らかく) 大麦麵と長ねぎのすまし汁(だし汁で3倍に薄める)	軟飯 さわらのみそ焼き(調味料1/2) キャベツときゅうりのけずりぶし和え(調味料1/2、削り節粉状、野菜軟らかく) 大麦麵と長ねぎのすまし汁(だし汁で2倍に薄める)
10 ・ 24 ・ 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 豆腐のだし煮(豆腐・だし汁・でんぷん) 煮野菜(人参・キャベツ・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 豆腐と野菜の煮物(豆腐・人参・だし汁・でんぷん) キャベツの汁もの(キャベツ・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 八宝菜(調味料1/3、たけのこ抜く、もやし細かく刻む) 豆腐とにらのみそ汁(だし汁で3倍に薄める)	軟飯 八宝菜(調味料1/2、たけのこ抜く、もやし細かく刻む) 豆腐とにらのみそ汁(だし汁で2倍に薄める)
10 ・ 24 ・ 水	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶
	おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク 煮うどん(干めん・ほうれん草・だし汁)	育児用ミルク きつねうどん(調味料1/3量、油揚げ細かく刻んで少量)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 きつねうどん(調味料1/2量、油揚げ細かく刻んで少量)



藤沢市立保育園では「ご家庭で食べたことのない食材は基本的に提供しない」ということを定めています。これは、厚生労働省が作成した「保育所におけるアレルギー対応ガイドライン」の内容に基づいており、保育園で予期せぬアレルギー症状が発生するリスクを出来るだけなくす目的で行われています。

11 ・ 25 ・ 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 魚のミルク煮(白身魚・育児用ミルク・でんぷん) 煮野菜(キャベツ・人参・玉ねぎ・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 鶏肉のミルク煮(鶏ささみ肉・育児用ミルク・でんぷん) 煮野菜(キャベツ・だし汁・でんぷん) 人参と玉ねぎの汁物(人参・玉ねぎ・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 松風焼き(調味1/3・ゴマよくする・生姜風味程度) 湯通しキャベツ(調味1/3、野菜軟らかく) 油揚げともやしの汁物(だし汁で3倍に薄める、油揚げ・もやし細かく刻む)	軟飯 松風焼き(調味1/2・ゴマよくする・生姜風味程度) 湯通しキャベツ(調味1/2、野菜軟らかく) 油揚げともやしの汁物(だし汁で2倍に薄める、油揚げ・もやし細かく刻む)
	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 シュガートースト (調味1/3、シナモン抜く・煮返す)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 シュガートースト (調味料1/2量、シナモン抜く)
12 ・ 26 ・ 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 魚のトマト煮(白身魚・だし汁・でんぷん・トマトピューレ) 煮野菜(人参・じゃがいも・青梗菜葉先・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 魚と野菜のトマト煮(白身魚・人参・じゃがいも・だし汁・でんぷん・トマトピューレ) チンゲンサイのスープ(青梗菜・玉ねぎ・だし汁)	かた粥 白いんげん豆のトマト煮(調味料1/3量、ケチャップ・ソースごく少量) チンゲンサイのスープ(だし汁で3倍に薄める)	軟飯 白いんげん豆のトマト煮(調味料1/2量、ケチャップ・ソースごく少量) チンゲンサイのスープ(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 (12日)のり粥(米・のり) (26日)にんじん粥(米・にんじん)	育児用ミルク (12日)ごはんピザのかた粥(調味1/3・煮返す・ベーコンマヨネーズ少量) (26日)こんぶご飯のかた粥(調味1/3・昆布軟らかく・油揚げ細かく刻み少量)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 (12日)ごはんピザの軟飯(調味1/2・煮返す・ベーコンマヨネーズ少量) (26日)こんぶご飯の軟飯(調味1/2・昆布軟らかく・油揚げ細かく刻み少量)
13 ・ 27 ・ 土	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク・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・小松菜葉先・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 白身魚と野菜の煮物(白身魚・人参・じゃがいも・だし汁・でんぷん) 小松菜と玉ねぎの汁物(小松菜・玉ねぎ・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 じゃがいもとこんにゃくのそぼろ煮(調味1/3・つきこんにゃく・グリーンピース抜く) あおなと玉ねぎのすまし汁(だし汁で3倍に薄める)	軟飯 じゃがいもとこんにゃくのそぼろ煮(調味1/2・つきこんにゃく・グリーンピース抜く) あおなと玉ねぎのすまし汁(だし汁で2倍に薄める)
15 ・ 29 ・ 月	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 豆腐のだし煮(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) 育児用ミルク	お粥 豆腐と野菜の煮物(豆腐・キャベツ・だし汁・でんぷん) 人参と玉ねぎの汁物(人参・玉ねぎ・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 生揚げとキャベツのみそ炒め(調味料1/3量・生揚げ外側除く) わかめスープ (だし汁で3倍に薄める、生姜風味程度、たけのこ抜く)	軟飯 生揚げとキャベツのみそ炒め(調味料1/2量・生揚げ外側除く) わかめスープ (だし汁で2倍に薄める、生姜風味程度、たけのこ抜く)
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク にんじん粥 (米・にんじん)	育児用ミルク 豚にらチャーハンのかた粥 (調味料1/3量、ごまよくする)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 豚にらチャーハンの軟飯 (調味料1/2量、ごまよくする)
16 ・ 30 ・ 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 魚のミルク煮(白身魚・育児用ミルク・でんぷん) 煮野菜(小松菜葉先・人参・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	お粥 魚のミルク煮(白身魚・育児用ミルク・でんぷん) 人参と小松菜の汁物(にんじん・こまつな・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 メルルーサのフライ(調味料1/3量、ケチャップ・ソースごく少量) (16日)あおなのゴマ和え(調味料1/3量、野菜軟らかく、ゴマよくする) (30日)あおなと切り干し大根のゴマ和え(調味料1/3量、野菜軟らかく、ゴマよくする) にらともやしのみそ汁(だし汁で3倍に薄める・もやし細かく刻む)	軟飯 メルルーサのフライ(調味料1/2量、ケチャップ・ソースごく少量) (16日)あおなのゴマ和え(調味料1/2量、野菜軟らかく、ゴマよくする) (30日)あおなと切り干し大根のゴマ和え(調味料1/2量、野菜軟らかく、ゴマよくする) にらともやしのみそ汁(だし汁で2倍に薄める・もやし細かく刻む)
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク 煮スパゲッティ (スパゲッティ(軟らかく)・玉ねぎ・だし汁)	育児用ミルク しらすパスタ(調味1/3・スパゲッティ軟らかく・しらす湯通し)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 しらすパスタ(調味1/2・スパゲッティ軟らかく・しらす湯通し)
17 ・ 31 ・ 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(じゃがいも・なす・小松菜葉先・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 鶏肉のだし煮(鶏ささみ肉・だし汁・でんぷん) 煮野菜(じゃがいも・青のり・だし汁・でんぷん) なすと小松菜の汁物(なす・小松菜・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 とり肉の香味焼き(調味1/3、生姜風味程度、煮返す) こふきいも(調味1/3) 油揚げとなすのみそ汁(だし汁で3倍に薄める、油揚げ細かく刻んで少量)	軟飯 とり肉の香味焼き(調味1/2、生姜風味程度、煮返す) こふきいも(調味1/2) 油揚げとなすのみそ汁(だし汁で2倍に薄める、油揚げ細かく刻んで少量)
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク 煮うどん (干めん・こまつな・だし汁)	育児用ミルク 煮うどん(干めん・こまつな・だし汁・しょうゆごく少量)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 にんじんマフィン
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 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) 育児用ミルク	おかゆ 煮魚(白身魚・だし汁・でんぷん) 煮野菜(キャベツ・人参・だし汁・でんぷん) 小松菜と春雨の汁物(小松菜・春雨(軟らかく)・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 鮭のムニエル(調味1/3・煮返す) ゆで野菜(調味1/3・野菜軟らかく) 春雨と小松菜のすまし汁(だし汁で3倍に薄める)	軟飯 鮭のムニエル(調味1/2) ゆで野菜(調味1/2・野菜軟らかく) 春雨と小松菜のすまし汁(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 煮うどん (干めん・にんじん・だし汁)	育児用ミルク 煮うどん(干めん・にんじん・だし汁・しょうゆ少量)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 開口笑 (ゴマ除く)