

令和2年度 9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 15 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 凍り豆腐のトロトロ煮 (凍り豆腐・だし汁・でんぷん) 煮野菜(にんじん・玉ねぎ・キャベツ・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	お粥 凍り豆腐と野菜の煮物(凍り豆腐・キャベツ・だし汁・でんぷん) 野菜の汁もの(じゃがいも・玉ねぎ・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 ポテト入り厚焼き卵(調味料1/3量、卵1/3量まで、ケチャップ少量) 湯通しキャベツ(調味料1/3量) 凍り豆腐とにんじんのみそ汁(だし汁で3倍に薄める)	軟飯 ポテト入り厚焼き卵(調味料半量、卵2/3量まで、ケチャップ少量) 湯通しキャベツ(調味料半量) 凍り豆腐とにんじんのみそ汁(だし汁で2倍に薄める)
2 16 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 白身魚のミルク煮(白身魚・育児用ミルク・でんぷん) 煮野菜(じゃがいも・青梗菜葉先・にんじん・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	お粥 鶏肉と野菜のミルク煮(鶏ささみ肉・にんじん・育児用ミルク・でんぷん) 野菜の汁もの(じゃがいも・青梗菜・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 鶏肉とじゃがいものトマト煮(調味料1/3量、にんにく・ベーコン・ケチャップ少量、グリーンピース薄皮除くまたは抜く) 青梗菜のスープ(だし汁で3倍に薄める)	軟飯 鶏肉とじゃがいものトマト煮(調味料半量、にんにく・ベーコン・ケチャップ少量、グリーンピース薄皮除くまたは抜く) 青梗菜のスープ(だし汁で2倍に薄める)
3 17 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 白身魚の煮物(白身魚・だし汁・でんぷん) 煮野菜(ほうれん草葉先・にんじん・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	お粥 白身魚の煮物(白身魚・だし汁・でんぷん) 煮野菜(ほうれん草・にんじん・だし汁・でんぷん) わかめの汁もの(わかめ(よく洗う)・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量) ほうれん草のごま和え(調味料1/3量、ごまよく擦る) はんぺんとわかめのすまし汁(だし汁で3倍に薄める、わかめよく洗う、はんぺん除く)	軟飯 さわらのみそ焼き(調味料半量) ほうれん草のごま和え(調味料半量、ごまよく擦る) はんぺんとわかめのすまし汁(だし汁で2倍に薄める、わかめよく洗う)
4 18 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(にんじん・たまねぎ・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	お粥 豆腐の煮物(豆腐・だし汁・でんぷん) にんじんの汁物(にんじん・たまねぎ・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 マーボ豆腐(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) 春雨スープ(だし汁で3倍に薄める、春雨やわらかく、もやし細かく刻む、たけのご抜く)	軟飯 マーボ豆腐(調味料半量、にんにく・しょうが・ケチャップ少量) 春雨スープ(だし汁で2倍に薄める、春雨やわらかく、もやし細かく刻む)
5 19 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 魚の煮物(白身魚・だし汁・でんぷん) 煮野菜(にんじん・玉ねぎ・じゃがいも・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	お粥 魚の煮物(白身魚・だし汁・でんぷん) 野菜の汁物(にんじん・玉ねぎ・じゃがいも・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 みそ肉じゃが(調味料1/3量、グリーンピース薄皮除くまたは抜く) 麩とえのきだけのすまし汁(だし汁で3倍に薄める、えのきだけ細かく刻んで少量)	軟飯 みそ肉じゃが(調味料半量、グリーンピース薄皮除くまたは抜く) 麩とえのきだけのすまし汁(だし汁で2倍に薄める、えのきだけ細かく刻んで少量)
7 28 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) 凍り豆腐のトロトロ煮(凍り豆腐・だし汁・でんぷん) 煮野菜(じゃがいも・玉ねぎ・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	お粥(青のり入り) 凍り豆腐と野菜の煮物(凍り豆腐・にんじん・だし汁・でんぷん) 野菜の汁物(じゃがいも・たまねぎ・だし汁) 育児用ミルク	かた粥(ちりめんふりかけ) (ちりめんじゃこ粉末) 凍り豆腐とごぼうの炒め煮(調味料1/3量、ごぼう除く) じゃがいもとたまねぎのみそ汁(だし汁で3倍に薄める)	軟飯(ちりめんふりかけ) 凍り豆腐とごぼうの炒め煮(調味料半量) じゃがいもとたまねぎのみそ汁(だし汁で2倍に薄める)
8 29 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 豆腐の煮つぶし(豆腐・だし汁・でんぷん) 煮野菜(じゃがいも・小松菜葉先・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	お粥 鶏肉の煮物(鶏ささみ肉・だし汁・でんぷん) 野菜の汁物(じゃがいも・小松菜・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 鶏肉の香草パン粉焼き(調味料1/3量、にんにく少量) あおなとコーンのソテー(調味料1/3量、ホールコーン除く) 豆腐とにらのみそ汁(だし汁で3倍に薄める)	軟飯 鶏肉の香草パン粉焼き(調味料半量、にんにく少量) あおなとコーンのソテー(調味料半量、ホールコーン細かく刻む) 豆腐とにらのみそ汁(だし汁で2倍に薄める)
8 29 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
	おやつ 育児用ミルク	パン粥(パン・育児用ミルク)	バターロール(食べやすくカット・焼き可)	揚げパン(調味料半量、シナモン少量)
8 29 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
	おやつ 育児用ミルク	きなこ粥(米・きなこ)	きなこごはんのかた粥(米・きなこ・さとう少量)	きな粉マフィン
8 29 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
	おやつ 育児用ミルク	にんじん粥(米・にんじん・だし汁)	きつねごはんのかた粥(調味料1/3量、油揚げ抜く)	きつねごはんの軟飯(調味料半量、油揚げ細かく刻んで少量)
8 29 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
	おやつ 育児用ミルク	ピーマン粥(米・ピーマン・だし汁)	インディアンポテト(調味料1/3量、カレー粉除く、ハム少量)	インディアンポテト(調味料半量、ハム少量)



令和2年度 9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	
21月	 敬老の日				
22火	 秋分の日				
9・23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 魚の磯煮(白身魚・青のり・だし汁・でんぶ) 煮野菜(じゃがいも・大根・だし汁・でんぶ)	お粥 鮭の磯煮(鮭・青のり・だし汁・でんぶ) 煮野菜(じゃがいも・だし汁・でんぶ) わかめと大根の汁物(わかめ(よく洗う)・大根・だし汁)	かた粥 鮭のマヨネーズ磯部焼き(調味料1/3量、にんにく・しょうが少量、マヨネーズ少量) 粉ふきいも(調味料1/3量) わかめと大根のみそ汁(だし汁で3倍に薄める、わかめよく洗う)	軟飯 鮭のマヨネーズ磯部焼き(調味料半量、にんにく・しょうが少量、マヨネーズ少量) 粉ふきいも(調味料半量) わかめと大根のみそ汁(だし汁で2倍に薄める、わかめよく洗う)
10・24木	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク 	育児用ミルク 煮うどん (乾麺(よく洗う)・にんじん・味噌・だし汁)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 ジャージャー麺(調味料半量、にんにく・しょうが少量)
	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
11・25金	昼食	つぶし粥 魚の煮物(白身魚・だし汁・でんぶ) 煮野菜(キャベツ・きゅうり・にんじん・だし汁・でんぶ)	お粥 魚と野菜の煮物(白身魚・にんじん・だし汁・でんぶ) 野菜の汁物(たまねぎ・キャベツ・だし汁)	かた粥 ミートローフ(調味料1/3量、卵1/3量まで、ケチャップ少量) キャベツときゅうりの塩もみ(調味料1/3量) にんじんともやしのスープ(だし汁で3倍に薄める、もやし細かく刻む)	軟飯 ミートローフ(調味料半量、卵2/3量まで、ケチャップ少量) キャベツときゅうりの塩もみ(調味料半量) にんじんともやしのスープ(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 なし(水煮する) ふわふわせんべい、乳児用クッキー	育児用ミルク なし(水煮する)、乳児用クッキー	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 なし せんべい、ビスケット
12・26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 魚の煮物(白身魚・だし汁・でんぶ) 煮野菜(じゃがいも・にんじん・だし汁・でんぶ)	お粥 魚と野菜の煮物(白身魚・にんじん・だし汁・でんぶ) 野菜の汁物(じゃがいも・にんじん・だし汁)	かた粥 大豆とじゃがいものどろみ煮(調味料1/3量、生あげ外側除くまたは豆腐、大豆皮を除き細かく刻む) キャベツとにんじんのスープ(だし汁で3倍に薄める)	軟飯 大豆とじゃがいものどろみ煮(調味料半量、生あげ外側除くまたは豆腐、大豆皮を除き細かく刻む) キャベツとにんじんのスープ(だし汁で2倍に薄める)
14月・30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(きなこ入り) 魚の煮物(白身魚・だし汁・でんぶ) 煮野菜(なす(皮をむく)・にんじん・たまねぎ・だし汁・でんぶ)	お粥(きなこ入り) 魚と野菜の煮物(白身魚・にんじん・だし汁・でんぶ) 野菜の汁物(なす(皮をむく)・たまねぎ・だし汁)	かた粥(きなこふりかけ) 豚肉とほうれん草の炒め物(調味料1/3量、卵1/3量まで、しょうが少量、たけのこ除く、もやし細かく刻む、春雨やわらかく) なすとたまねぎのみそ汁(だし汁で3倍に薄める、なす皮をむく)	軟飯(きなこふりかけ) 豚肉とほうれん草の炒め物(調味料半量、卵2/3量まで、しょうが少量、もやし細かく刻む、春雨やわらかく) なすとたまねぎのみそ汁(だし汁で2倍に薄める、なす皮をむく)
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 煮魚(白身魚・だし汁・でんぶ) 煮野菜(にんじん・だいこん・きゅうり・だし汁・でんぶ)	お粥 煮魚(白身魚・だし汁・でんぶ) 煮野菜(にんじん・だいこん・きゅうり・だし汁・でんぶ)	かた粥 ポークカレー(調味料1/3量、しょうが・にんにく・ワイン・ケチャップ少量、カレー粉・ソース除く、グリーンピース薄皮除くまたは抜く) 大根とツナのサラダ(調味料1/3量、ツナよく洗う、マヨネーズ少量)	軟飯 ポークカレー(調味料半量、しょうが・にんにく・ワイン・ケチャップ少量、カレー粉・ソース少量、グリーンピース薄皮除くまたは抜く) 大根とツナのサラダ(調味料半量、ツナよく洗う、マヨネーズ少量) (飲むヨーグルト)
お誕生会	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク たまねぎ粥(米・たまねぎ・だし汁)	育児用ミルク たまねぎかた粥(米・たまねぎ・だし汁)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 ポンポンドーナツ