

離乳食献立

2019年10月



虹の丘保育園

日付	完了期	後期	中期	初期
01火	御飯 きのごスープ さんまのみそ焼き 三色甘酢和え 柿	全粥 きのごスープ 白身魚のとろとろソース かぼちゃペースト	全粥 野菜スープ 白身魚のかぼちゃソースがけ	つぶし粥 野菜スープ 白身魚のかぼちゃソースがけ
02水	肉ラーメン ほうじ茶 ヨーグルト みかん缶	肉ラーメン お茶 ヨーグルト	煮込みうどん バナナペースト	煮込みうどん バナナペースト
03木	御飯 みそ汁 肉じゃが(豚肉) きゅうりの昆布和え オレンジ	全粥 みそ汁 肉じゃが(豚肉) きゅうりの昆布和え	全粥 野菜スープ(汁のみ) 肉じゃが	チーズ粥 野菜スープ 鶏肉と野菜のとろとろ煮
04金	御飯 カツ丼 豆腐みそ汁(わかめ) せん野菜(キャベツ) トマト	全粥 豆腐みそ汁(わかめ) 野菜くたくた煮	全粥 豆腐みそ汁(わかめ) 野菜くたくた煮	つぶし粥 豆腐みそ汁(わかめ) 野菜くたくた煮
05土	御飯 わかめ汁 豆腐チャンプルー ほうれん草とコーンマヨ和え パナナ	全粥 わかめ汁 豆腐チャンプルー ほうれん草とコーンと和えもの	青菜粥 野菜スープ(汁のみ) いり豆腐	青菜粥 野菜スープ(汁のみ) いり豆腐
07月	御飯 ころころスープ コロッケ マカロニサラダ せん野菜 ミントマト	全粥 ころころスープ 白身魚の煮付け マカロニサラダ	全粥 野菜スープ 白身魚の煮付け	つぶし粥 野菜スープ 白身魚のペースト
08火	御飯 みそ汁 鮭のちゃんちゃん焼き 切干大根と里芋の旨煮(きぬさや) キウイフルーツ	全粥 みそ汁 鮭の塩焼き 切干大根と里芋の旨煮(きぬさや)	鮭粥 野菜スープ 里芋とにんじんの甘煮	きな粉粥 野菜スープ 里芋とにんじんのペースト
09水	ソース焼きそば わかめスープ みかん缶 チーズ(棒)	煮込みうどん ほうじ茶 チーズ(棒)	煮込みうどん ほうじ茶	くたくたうどん ほうじ茶
10木	御飯 豆腐みそ汁(あげ) たらのトマト煮 じゃがいも炒め パイン缶	全粥 豆腐みそ汁(あげ) 魚とはくさいの煮物 じゃがいもペースト	全粥 野菜スープ 魚とはくさいやわらか煮	つぶし粥 野菜スープ 魚とはくさいのペースト
11金	おいなりさん のり巻 茶わん蒸し ぶどう	鮭粥 スープ 野菜の煮物	全粥 スープ 白身魚のおろし煮	つぶし粥 野菜のつぶし煮 白身魚のすり流し
12土	御飯 ワンタンスープ 麻婆豆腐 粉ふき芋 みかん缶	全粥 ワンタンスープ 麻婆豆腐 粉ふき芋	全粥 野菜スープ 豆腐の煮物 マッシュポテト	つぶし粥 野菜スープ 豆腐のペースト じゃが芋のペースト
15火	御飯 豆腐すまし汁(春菊) ちくわ2色揚げ 大根と鶏肉の煮物 柿	全粥 豆腐すまし汁(春菊) カレイの煮付け にんじんの煮びたし	全粥 野菜スープ カレイのあんかけ にんじんの煮びたし	魚粥 野菜スープ にんじんのペースト

日付	完了期	後期	中期	初期
16水	ミーツバグティアー 麦茶 フルーツ盛合せ	全粥 ミルク 肉団子入りポトフ フルーツ	全粥 野菜スープ(汁のみ) 肉団子入りポトフ	チーズミルク粥 野菜スープ(汁のみ) 野菜の煮物
17木	御飯 豆腐みそ汁(わかめ) 豚かつ コールスローサラダ りんご	全粥 みそ汁 豚かつ コールスローサラダ	そばろ粥 ミルクスープ 野菜の煮びたし	チーズ粥 ミルクスープ 野菜のペースト
18金	カレーライス・シーフード、ほうじ茶、もも缶	全粥、ほうじ茶、ミルクシチュー	全粥 野菜スープ(汁のみ) ミルクシチュー	チーズ粥 野菜スープ(汁のみ) 野菜のミルク煮
19土	ご飯 みそ汁 凍り豆腐のふわふわ煮 ほうれん草の納豆和え パナナ	全粥 みそ汁 凍り豆腐の煮物 ほうれん草の納豆和え	全粥 野菜スープ(汁のみ) 豆腐と野菜の煮物	つぶし粥 野菜スープ(汁のみ) 豆腐と野菜の煮物
21月	御飯 豚汁(里芋) 赤魚の煮つけ ほうれん草ときのこのサラダ みかん缶	全粥 豚汁(里芋) たららの煮つけ みかん缶	全粥 野菜スープ たららの煮つけ	魚フレック粥 野菜スープ 人参のペースト
23水	しょうゆラーメン 春巻き ほうじ茶 りんご	煮込みうどん ほうじ茶	煮込みうどん ほうじ茶	くたくたうどん ほうじ茶
24木	御飯 豆腐みそ汁(なめこ) さばの竜田揚げ 引き昆布の煮物 グレープフルーツ	全粥 豆腐みそ汁(なめこ) さばの竜田揚げ 人参の甘煮	全粥 野菜スープ 白身魚の煮物 人参の甘煮	青菜粥 野菜スープ 白身魚の煮物 人参のペースト
25金	御飯 クリームシチュー(鶏肉) ポイルブロッコリー ほうじ茶 なし	全粥 クリームシチュー(鶏肉) ポイルブロッコリー ほうじ茶	全粥 野菜スープ クリームシチュー(鶏肉)	チーズ粥 野菜スープ 野菜のペースト
28月	御飯 麩のすまし汁(えのき) 鶏の唐揚げ せん野菜(キャベツ) ブロッコリーのごま和え ミントマト	全粥 麩のすまし汁(えのき) 鶏の肉団子 ゆでブロッコリー	鶏粥 野菜スープ ゆでブロッコリー	つぶし粥 野菜スープ お麩とブロッコリーのペースト
29火	御飯 みそ汁(生揚げ・大根) ほっけの塩焼き ベーコンと野菜のソテー オレンジ	全粥 みそ汁 煮魚 野菜の蒸し煮	全粥 みそ汁 煮魚 野菜の蒸し煮	つぶし粥 みそ汁 魚のすりつぶし煮 野菜のペースト
30水	きのこうどん ほうじ茶 パナナヨーグルト	煮込みうどん ほうじ茶	煮込みうどん ミルク	くたくたうどん ミルク
31木	御飯 みそ汁、豚肉のしょうが焼き ポテトサラダ トマト	全粥 みそ汁 ほうれん草の豚ミンチあんかけ	青菜粥 野菜スープ 豆腐のトマト煮	青菜粥 野菜スープ 豆腐のトマトのペースト