

3年度 6月 離乳食 後期前半予定献立表

小梅保育園



日付	後期（9ヶ月・10ヶ月頃）			
	午前食		午後食	
	献立名	食品名	献立名	食品名
月 14 28	おかゆ カレイと野菜の煮物 大根の味噌煮 小玉すいか	米 カレイ・ほうれん草・かぼちゃ・だし汁・しょうゆ 大根・にんじん・だし汁・味噌	おかゆ 鶏とオクラの煮物 二色煮	米 鶏ひき肉・オクラ・じゃが芋・だし汁・しょうゆ・片栗粉 かぼちゃ・大根・だし汁・しょうゆ
火 1 15 29	おかゆ 高野豆腐の含め煮 さつまいもの煮物 メロン	米 高野豆腐・キャベツ・大根・だし汁・しょうゆ さつまいも・にんじん・だし汁・しょうゆ	おかゆ しらすのケチャップ煮 にんじんのあっさり煮	米 しらす・玉ねぎ・大根・だし汁・ケチャップ にんじん・キャベツ・だし汁
水 2 16 30	わかめがゆ ツナの味噌あんかけ じゃが芋の煮物 小玉すいか	米・わかめ ツナ水煮缶・キャベツ・かぼちゃ・だし汁・味噌・片栗粉 じゃが芋・玉ねぎ・だし汁・しょうゆ	ミルクパンがゆ きな粉ヨーグルト オクラの炒り煮	食パン・粉ミルク プレーンヨーグルト・きな粉・かぼちゃ 白菜・オクラ・玉ねぎ・だし汁・しょうゆ・油
木 3 17	トマトスパゲッティ かぼちゃのあっさり煮 バナナ	スパゲッティ・しらす・トマト・なす・ケチャップ かぼちゃ・玉ねぎ・だし汁	おかゆ 高野豆腐の味噌あんかけ 小松菜の煮物	米 高野豆腐・さやいんげん・かぼちゃ・だし汁・味噌・片栗粉 小松菜・じゃが芋・だし汁・しょうゆ
金 18	おかゆ 鶏団子の煮物 キャベツの炒め煮 りんご	米 鶏ひき肉・豆腐・片栗粉・かぶ菜・トマト・だし汁・しょうゆ にんじん・かぶ・だし汁・しょうゆ・油	おかゆ ツナの青菜のあんかけ かぶのあっさり煮	米 ツナ水煮缶・小松菜・なす・だし汁・しょうゆ・片栗粉 かぶ・トマト・だし汁
土 5 19	おかゆ しらすの野菜あんかけ にんじんのミルク煮 バナナ	米 しらす・チンゲン菜・キャベツ・だし汁・しょうゆ・片栗粉 にんじん・玉ねぎ・粉ミルク	味噌うどん 豆腐と野菜の煮物	うどん・玉ねぎ・キャベツ・だし汁・味噌 豆腐・にんじん・チンゲン菜・だし汁・しょうゆ
月 7 21	おかゆ カレイとなすの炒め煮 じゃが芋のあっさり煮 小玉すいか	米 カレイ・なす・にんじん・だし汁・しょうゆ・油 じゃが芋・かぶ・だし汁	おかゆ 高野豆腐のケチャップ煮 にんじんの煮物	米 高野豆腐・オクラ・じゃが芋・だし汁・ケチャップ にんじん・かぶ菜・だし汁・しょうゆ
火 8 22	あんかけがゆ にんじんの煮物 バナナ	米・鶏ひき肉・ピーマン・大根 だし汁・味噌・片栗粉 玉ねぎ・にんじん・だし汁・しょうゆ	パンがゆ ツナと野菜の煮物 大根のあっさり煮	食パン・だし汁 ツナ水煮缶・玉ねぎ・にんじん・だし汁・しょうゆ・片栗粉 大根・ほうれん草・だし汁
水 9 23	おかゆ 豆腐と野菜の煮物 じゃが芋のあっさり煮 メロン	米 豆腐・なす・玉ねぎ・だし汁・しょうゆ じゃが芋・にんじん・だし汁	野菜うどん カレイの味噌煮	うどん・キャベツ・小松菜・だし汁・しょうゆ カレイ・にんじん・なす・だし汁・味噌
木 10	おかゆ しらすのトマト煮 かぼちゃのミルク煮 オレンジ	米 しらす・チンゲン菜・なす・トマト缶・だし汁 かぼちゃ・玉ねぎ・粉ミルク	おかゆ 麩とにんじんのきな粉煮 ブロッコリーの炒め煮	米 麩・きな粉・にんじん・玉ねぎ・だし汁 ブロッコリー・かぼちゃ・だし汁・しょうゆ・油
金 11 25	おかゆ 豆腐のオクラの煮物 さつまいもの味噌煮 りんご	米 豆腐・トマト・オクラ・だし汁・しょうゆ さつまいも・大根・だし汁・味噌	おかゆ キャベツのそぼろあん オクラの煮物	米 鶏ひき肉・キャベツ・にんじん・だし汁・しょうゆ・片栗粉 さつまいも・オクラ・だし汁・しょうゆ
土 12 26	あんかけがゆ 玉ねぎの煮物 オレンジ	米・ツナ水煮・じゃが芋・アスパラガス だし汁・しょうゆ・片栗粉 玉ねぎ・にんじん・だし汁・しょうゆ	おかゆ 高野豆腐の味噌煮 じゃが芋とトマトの煮物	米 高野豆腐・アスパラガス・玉ねぎ・だし汁・味噌 じゃが芋・トマト・だし汁・しょうゆ
金 4	おかゆ 豆腐と野菜の味噌煮 白菜の炒め煮 りんご	米 豆腐・白菜・小松菜・だし汁・味噌 にんじん・さつまいも・だし汁・しょうゆ・油	おかゆ ツナの野菜あんかけ さつまいもと青菜の煮物	米 ツナ水煮・長ねぎ・にんじん・だし汁・しょうゆ・片栗粉 さつまいも・小松菜・だし汁・しょうゆ
木 24 誕生日会	おかゆ 鶏団子のあんかけ 玉ねぎのあっさり煮 オレンジ	米 鶏ひき肉・豆腐・片栗粉・アスパラガス・じゃが芋・だし汁・しょうゆ・片栗粉 玉ねぎ・にんじん・だし汁	おかゆ 高野豆腐と野菜の煮物 ミルクマッシュポテト	米 高野豆腐・きゅうり・キャベツ・だし汁・しょうゆ じゃが芋・にんじん・粉ミルク

- ・ 野菜スープが毎食つきます。
- ・ 食後にミルクを飲みます。
- ・ 9：30にベビーおやつと麦茶の午前おやつがあります。
- ・ だし汁は、混合だし（かつお+昆布）を使用しています。
- ・ 味付けに関して、後期食は幼児食よりやや薄味となります。
- ・ 食材の大きさや軟らかさは個別対応しております。
- ・ 食材の仕入れの都合により、献立を変更することがあります。



献立作成

石橋 永実