



平成31年4月離乳食献立予定表

あゆみ保育園
(栄養士 丹生 佳奈)

新入園児の皆様、ご入園おめでとうございます。
当園は手作りの給食とおやつを提供しています。また、アレルギー対応等も行って
いますので、何かございましたら、ご連絡ください。
離乳食の献立表は9～11ヶ月の後期食を記載しております。5～6ヶ月の初期食
と7～8ヶ月の中期食は、献立表をもとに使用できる食材を選んで提供いたします。
献立表は目安ですので、お子様の発育に合わせ個々に合った形態や固さで提供
していきます。



日	曜日	献立名		主な材料
		午前食	午後食	
1	月	軟飯 カレイのとりみ煮 デザート ほうれん草のくったり煮 麩と若布のすまし汁	豆腐粥	精白米 カレイ 人参 玉ねぎ ほうれん草 麩 若布 豆腐 長ねぎ 果物
2	火	トースト 鶏肉の甘辛煮 野菜煮 かぶのスープ デザート	肉味噌粥	食パン 鶏肉 人参 玉ねぎ かぶ 精白米 若布 レタス 胡瓜 舞茸 小松菜 長ねぎ 果物
3	水	軟飯 豆腐のとりみ煮 野菜煮 野菜の味噌汁 デザート	うどん粥	精白米 豆腐 人参 玉ねぎ うどん 胡瓜 果物
4	木	トースト ハンバーグ 野菜煮 しめじとえのきのスープ デザート	人参粥	食パン 鶏肉 人参 玉ねぎ しめじ えのき 精白米 胡瓜 若布 長ねぎ ほうれん草 果物
5		味噌うどん 鶏肉のとりみ煮 野菜煮 デザート	トースト	うどん 鶏肉 人参 玉ねぎ 食パン 小松菜 あさつき コーン サニーレタス 果物
6	土	野菜粥 筑前煮 じゃが芋と若布の味噌汁 デザート	鶏ごぼうの 炊き込みご飯	精白米 玉ねぎ 人参 南瓜 ブロッコリー 鶏肉 大根 じゃが芋 いんげん 若布 牛蒡 椎茸 里芋 果物
8	月	軟飯 カレイの甘辛煮 じゃが芋の出汁煮 舞茸の味噌汁 デザート	うどん粥	精白米 カレイ じゃが芋 舞茸 うどん 人参 玉ねぎ 大根 ほうれん草 果物
24		トースト 鶏肉の甘辛煮 野菜煮 チンゲン菜と若布のスープ デザート	豆腐粥	食パン 鶏肉 人参 玉ねぎ チンゲン菜 若布 豆腐 精白米 胡瓜 アスパラ もやし コーン 果物
9	火	野菜うどん カレイのとりみ煮 野菜の出汁煮 デザート	野菜粥	うどん カレイ 人参 玉ねぎ 精白米 小松菜 若布 胡瓜 果物
10	水	トースト 鶏肉のとりみ煮 野菜煮 コーンと若布のスープ デザート	芋粥	食パン 鶏肉 人参 玉ねぎ コーン 若布 じゃが芋 精白米 トマト レタス 胡瓜 アスパラ 長ねぎ 果物
11	木	軟飯 豆腐の甘辛煮 野菜煮 野菜のすまし汁 デザート	うどん粥	精白米 豆腐 人参 玉ねぎ うどん いんげん 長ねぎ 果物
12	金	鶏と野菜のリゾット 鮭のホワイトシチュー もやしとキャベツの味噌汁 デザート	ツナときのこ のリゾット	精白米 玉ねぎ 人参 南瓜 ブロッコリー 鶏肉 じゃが芋 鮭 もやし 若布 舞茸 キャベツ 果物
13	土	軟飯 カレイのとりみ煮 デザート 野菜のやわらか煮 豆腐と野菜のくずし汁	ほうれん草 粥	精白米 カレイ 人参 玉ねぎ ほうれん草 胡瓜 トマト 大根 長ねぎ 果物
27		トースト 鶏肉の甘辛煮 野菜煮 もやしと小松菜のスープ ヨーグルト	人参粥	食パン 鶏肉 人参 玉ねぎ もやし 小松菜 ヨーグルト 精白米 ブロッコリー 胡瓜 レタス トマト
15	月	軟飯 カレイの甘辛煮 野菜の出汁煮 豆腐と青菜の味噌汁 デザート	芋粥	精白米 カレイ 人参 玉ねぎ 豆腐 じゃが芋 小松菜 果物
16	火	野菜うどん 鶏肉のとりみ煮 ブロッコリーの出汁煮 デザート	うどん粥	うどん 鶏肉 ブロッコリー 人参 玉ねぎ 精白米 かぶ アスパラ ほうれん草 果物
17	水	軟飯 カレイのとりみ煮 野菜煮 いんげんと若布の味噌汁 デザート	トースト	精白米 カレイ 人参 玉ねぎ いんげん 若布 食パン 大根 しめじ 果物
18	木	野菜粥 筑前煮 じゃが芋と若布の味噌汁 デザート	鶏ごぼうの 炊き込みご飯	精白米 玉ねぎ 人参 南瓜 ブロッコリー 鶏肉 大根 じゃが芋 いんげん 若布 牛蒡 椎茸 里芋 果物
19	金	軟飯 豆腐の甘辛煮 野菜煮 じゃが芋ときのこのすまし汁 デザート	野菜粥	精白米 豆腐 人参 玉ねぎ じゃが芋 えのき ほうれん草 果物
20	土	トースト 豆腐のとりみ煮 デザート ほうれん草のくったり煮 コーンスープ	人参粥	食パン 豆腐 人参 玉ねぎ ほうれん草 精白米 胡瓜 キャベツ コーン 果物
22	月	トースト 豆腐のとりみ煮 デザート ほうれん草のくったり煮 コーンスープ	人参粥	食パン 豆腐 人参 玉ねぎ ほうれん草 精白米 胡瓜 キャベツ コーン 果物
23	火	トースト 豆腐のとりみ煮 デザート ほうれん草のくったり煮 コーンスープ	人参粥	食パン 豆腐 人参 玉ねぎ ほうれん草 精白米 胡瓜 キャベツ コーン 果物

※離乳食の献立は後期食を記載しています。
初期、中期食は献立をもとに使用できる食材を選んで提供しています。