

平成30年2月



離乳食だより



日	曜日	5. 6か月頃 準備期・初期 (おむち)	7. 8か月頃 中期 (7倍かゆ)	9か月~11か月頃 後期 (5倍かゆ)	12か月~18か月頃 完了期 (軟飯)	間食 (中期)	間食 (後期・完了)
1	木	南瓜 小松菜 人参	雑炊(米 鶏ミンチ 玉葱 人参 砂糖 醤油) 南瓜の甘煮(南瓜 砂糖 醤油) 味噌汁(小松菜 白葱 味噌)		混ぜ軟飯(米 豚肉 玉葱 人参 GP 砂糖 醤油) ★ササミとインゲンの和え物 ★小松菜の味噌汁	クッキーがゆ (小麦粉 砂糖 サラダ油 水)	やわらかクッキー (小麦粉 砂糖 サラダ油)
2	金	白身魚 ブロッコリー 人参	煮魚(白身魚 玉葱 砂糖 醤油) 煮浸し(ブロッコリー 人参 砂糖 醤油) 味噌汁(さつまいも 玉葱 味噌)		煮魚(白身魚 玉葱 砂糖 醤油) 煮浸し(ブロッコリー 人参 砂糖 醤油) ★さつまいもの味噌汁		蒸しパン
5	月	高野豆腐 大根 人参	煮物(鶏ミンチ 高野豆腐 玉葱 砂糖 醤油) 和え物(大根 人参 胡瓜 砂糖 醤油) すまし汁(玉葱 ワカメ 醤油)		煮物(鶏肉 高野豆腐 玉葱 砂糖 醤油) 和え物(大根 人参 胡瓜 砂糖 醤油) ★マッシュルームのスープ	ベビー菓子	やわらか白玉団子
6	火	白身魚 ほうれん草 人参	味噌煮魚(白身魚 玉葱 人参 キャベツ 味噌 砂糖 醤油) 煮浸し(ほうれん草 人参 砂糖 醤油) すまし汁(切り葱 青葱 醤油)		★鮭のちゃんちゃん焼き ★青菜ときこのお浸し すまし汁(切り葱 青葱 醤油)	蒸しパンがゆ	蒸しパン
7	水	南瓜 白菜 人参	煮物(鶏ミンチ 玉葱 人参 白菜 砂糖 醤油) スティック野菜(胡瓜) 味噌汁(南瓜 ワカメ 味噌)		煮物(鶏ササミ 玉葱 人参 白菜 砂糖 醤油) スティック野菜(胡瓜) ★南瓜の味噌汁		オレンジゼリー
8	木	じゃがいも 玉葱 人参	パン粥※後期はパン ケチャップスープ煮(鶏ミンチ 玉葱 人参 ケチャップ 砂糖 醤油) マッシュポテト(じゃがいも) バナナ		パン ケチャップスープ煮(牛肉 玉葱 人参 しめじ ケチャップ 砂糖 醤油) マッシュポテト(じゃがいも) バナナ	おじや (米 砂糖 醤油)	おじや (米 砂糖 醤油)
9	金	さつまいも 玉葱 人参	あんじ煮(鶏ミンチ 玉葱 人参 砂糖 醤油 片栗粉) 和え物(人参 胡瓜 砂糖 醤油) すまし汁(さつまいも ワカメ 醤油)		あんじ煮(豚肉 玉葱 人参 砂糖 醤油 片栗粉) 和え物(人参 胡瓜 砂糖 醤油) すまし汁(さつまいも ワカメ 醤油)	クッキーがゆ (小麦粉 砂糖 サラダ油 水)	やわらかクッキー (小麦粉 砂糖 サラダ油)
13	火	南瓜 大根 人参	煮物(鶏ミンチ 南瓜 玉葱 人参 砂糖 醤油) 煮物(ひじき 人参 砂糖 醤油) 味噌汁(大根 青葱 味噌)		煮物(鶏ミンチ 南瓜 玉葱 人参 GP 砂糖 醤油) 煮物(ひじき 人参 砂糖 醤油) ★大根の味噌汁	パンがゆ	シュガーパン
14	水	豆腐 チンゲンサイ 人参	ケチャップ煮(鶏ミンチ 玉葱 ビーマン ケチャップ 砂糖 醤油) 煮浸し(チンゲンサイ 人参 砂糖 醤油) すまし汁(豆腐 ワカメ 醤油)		★鶏肉のチリソース風 ★チンゲンサイの中華和え すまし汁(豆腐 ワカメ 醤油)	蒸しパンがゆ	蒸しパン
15	木	白身魚 白菜 人参	煮魚(白身魚 玉葱 砂糖 醤油) さつまいもの甘煮(さつまいも 砂糖 醤油) すまし汁(白菜 人参 醤油)		煮魚(白身魚 玉葱 砂糖 醤油) さつまいもの甘煮(さつまいも 砂糖 醤油) ★白菜のスープ	ベビー菓子	ベビー菓子
16	金	じゃがいも 小松菜 人参	味噌煮雑炊(米 赤ピーマン 黄ピーマン 玉葱 味噌 砂糖 醤油) 煮浸し(小松菜 人参 砂糖 醤油) すまし汁(キャベツ じゃがいも 醤油)		味噌煮混ぜ軟飯(米 赤ピーマン 黄ピーマン 玉葱 GP 味噌 砂糖 醤油) 煮浸し(小松菜 人参 砂糖 醤油) すまし汁(キャベツ じゃがいも 醤油)	リンゴゼリー	リンゴゼリー
17	土	高野豆腐 大根 人参	うどんのくたくた煮(うどん 鶏ミンチ 玉葱 青葱 砂糖 醤油) 煮物(大根 人参 砂糖 醤油) 高野豆腐の含め煮(高野豆腐 砂糖 醤油)		★肉うどん 煮物(大根 人参 砂糖 醤油) 高野豆腐の含め煮(高野豆腐 砂糖 醤油)	オレンジ ベビー菓子	オレンジ ベビー菓子
19	月	高野豆腐 玉葱 人参	煮物(鶏ミンチ 玉葱 赤ピーマン 砂糖 醤油) スティック野菜(人参) すまし汁(かぶ 人参 醤油)		★豚肉の生姜炒め スティック野菜(人参) ★かぶのすまし汁	蒸しパンがゆ	蒸しパン
20	火	じゃがいも ブロッコリー 人参	パン粥※後期はパン 煮物(鶏ミンチ じゃがいも 玉葱 人参 砂糖 醤油) 煮浸し(ブロッコリー 人参 砂糖 醤油) すまし汁(切り葱 ワカメ 醤油)		パン 煮物(鶏肉 じゃがいも 玉葱 人参 砂糖 醤油) 煮浸し(ブロッコリー 人参 砂糖 醤油) ★きのこのスープ	おじや (米 砂糖 醤油)	おじや (米 砂糖 醤油)
21	水	白身魚 キャベツ 人参	煮魚(白身魚 玉葱 砂糖 醤油) お浸し(キャベツ 人参 鶏ササミ 砂糖 醤油) 味噌汁(豆腐 人参 味噌)		★サワラの照り焼き お浸し(キャベツ 人参 鶏ササミ 砂糖 醤油) ★豆腐の味噌汁	さつまきなこ (さつまいも 砂糖 きな粉)	さつまきなこ (さつまいも 砂糖 きな粉)
22	木	南瓜 白菜 人参	あんじ煮(鶏ミンチ 白菜 玉葱 人参 ビーマン 砂糖 醤油 片栗粉) 南瓜の甘煮(南瓜 砂糖 醤油) リンゴ		あんじ煮(豚肉 白菜 玉葱 人参 ビーマン 砂糖 醤油 片栗粉) ★南瓜の甘煮 リンゴ	ベビー菓子	やわらか大根もち (大根 片栗粉 砂糖 醤油)
23	金	さつまいも 玉葱 人参	ケチャップ煮(鶏ミンチ 玉葱 人参 ケチャップ 砂糖 醤油) ふかひも(さつまいも) すまし汁(玉葱 ワカメ 醤油)		ケチャップハンバーグ風(鶏ミンチ 玉葱 人参 片栗粉 ケチャップ 砂糖 醤油) ふかひも(さつまいも) すまし汁(玉葱 ワカメ 醤油)	パンがゆ	シュガーパン
26	月	高野豆腐 玉葱 人参	うどんのくたくた煮(うどん 鶏ミンチ 人参 ワカメ 砂糖 醤油) スティック野菜(胡瓜) オレンジ		うどん(うどん 鶏ミンチ 人参 ワカメ 砂糖 醤油) スティック野菜(胡瓜) オレンジ	クッキーがゆ (小麦粉 砂糖 サラダ油 水)	やわらかクッキー (小麦粉 砂糖 サラダ油)
27	火	白身魚 ほうれん草 人参	おろし煮魚(白身魚 大根 砂糖 醤油) 煮浸し(ほうれん草 人参 砂糖 醤油) 味噌汁(じゃがいも ワカメ 味噌)		おろし煮魚(白身魚 大根 砂糖 醤油) 煮浸し(ほうれん草 人参 砂糖 醤油) ★じゃがいもの味噌汁	リンゴゼリー	リンゴゼリー
28	水	南瓜 キャベツ 人参	味噌煮雑炊(米 鶏ミンチ 玉葱 人参 ビーマン 味噌 砂糖 醤油) お浸し(キャベツ 人参 砂糖 醤油) リンゴ		味噌煮混ぜ軟飯(米 合ミンチ 玉葱 人参 ビーマン 味噌 砂糖 醤油) お浸し(キャベツ 人参 砂糖 醤油) リンゴ	蒸しパンがゆ	蒸しパン

※★印は幼児食と同じ提供の献立です。