

2020年度

# 1月 離乳食献立表 同胞こども園



日	曜	5・6ヵ月ごろ	7・8ヵ月ごろ	9～11ヵ月ごろ	使用食材	おやつ
1	金	<h2 style="color: red;">年始休園</h2>				
2	土					
4	月					
5	火					
5	火	こしがゆ(おもゆ) じゃがいものペースト	パンがゆ スープ サラダ	ロールパン スープ サラダ	鶏肉 食パン じゃがいも マカロニ 玉ねぎ 人参 キャベツ (ロールパン マヨレ)	わかめごはん
6	水	こしがゆ(おもゆ) 玉ねぎのペースト	鶏肉と野菜の煮物 じゃがいもの煮物	チキンビーンズ じゃがいもの煮物	鶏肉 大豆 じゃがいも 玉ねぎ 人参 (トマトジュース)	みかん・おかし
7	木	こしがゆ(おもゆ) 大根のペースト	胡瓜の和え物 具沢山汁	胡瓜の和え物 具沢山汁	鶏肉 胡瓜 大根 人参 玉ねぎ ねぎ (ジャコ みそ)	ヨーグルトスコーン
8	金	こしがゆ(おもゆ) 人参のペースト	白身魚と野菜の煮物 もつ煮	白身魚と野菜の煮物 もつ煮	白身魚 鶏肝臓 大根 人参 ねぎ (みそ)	おかし
9	土	こしがゆ(おもゆ) 玉ねぎのペースト	あんかけごはん	あんかけごはん	鶏肉 玉ねぎ 人参 ねぎ	おかし
11	月	<h2 style="color: red;">成人の日</h2>				
12	火	こしがゆ(おもゆ) 豆腐のペースト	具沢山汁 野菜と大豆の煮物	具沢山汁 大豆入りひじき煮	鶏肉 豆腐 大豆 里芋 大根 人参 ねぎ (ひじき みそ)	きな粉トースト
13	水	こしがゆ(おもゆ) 人参のペースト	鶏肉と野菜の煮物 スープ	鶏肉と野菜の煮物 スープ	鶏肉 フロッキー 玉ねぎ 人参	りんご・おかし
14	木	こしがゆ(おもゆ) じゃがいものペースト	スパゲティー煮 サラダ	スパゲティー煮 サラダ	鶏肉 スパゲティー じゃがいも 玉ねぎ 人参 胡瓜 (トマトジュース マヨレ)	おかかごはん
15	金	こしがゆ(おもゆ) 大根のペースト	白身魚の煮物 けんちん汁風	白身魚の煮物 けんちん汁風	白身魚 豆腐 里芋 大根 人参 ねぎ	シュガートースト
16	土	こしがゆ(おもゆ) 玉ねぎのペースト	パンがゆ スープ	食パン スープ	鶏肉 食パン じゃがいも 人参 玉ねぎ フロッキー	おかし
18	月	こしがゆ(おもゆ) キャベツのペースト	あんかけごはん サラダ	あんかけごはん サラダ	鶏肉 里芋 大根 玉ねぎ 人参 キャベツ 胡瓜 (マヨレ)	きな粉蒸しパン
19	火	こしがゆ(おもゆ) ほうれん草のペースト	二色ごはん 清汁	二色ごはん 清汁	鶏肉 ほうれん草 大根 人参 ぶ ねぎ	チーズトースト
20	水	こしがゆ(おもゆ) 豆腐のペースト	麻婆豆腐風 野菜の和え物	麻婆豆腐風 野菜と春雨の和え物	鶏肉 豆腐 玉ねぎ 人参 ねぎ 小松菜 (春雨 みそ)	バナナ・おかし
21	木	こしがゆ(おもゆ) 大根のペースト	白身魚と野菜の煮物 清汁	白身魚と野菜の煮物 みそ汁	白身魚 キャベツ 胡瓜 大根 玉ねぎ 人参 わかめ (みそ)	おかし
22	金	こしがゆ(おもゆ) 白菜のペースト	あんかけごはん 胡瓜の和え物	あんかけごはん 胡瓜の和え物	鶏肉 白菜 人参 胡瓜	おかし
23	土	こしがゆ(おもゆ) 玉ねぎのペースト	スパゲティー煮	スパゲティー煮	鶏肉 スパゲティー 玉ねぎ ピーマン	おかし
25	月	こしがゆ(おもゆ) さつまいものペースト	白身魚と野菜の煮物 ぶかしさつまいも	白身魚と野菜のみそ煮 切干大根煮	白身魚 さつまいも 玉ねぎ 人参 ねぎ (切干大根 みそ)	おかし
26	火	こしがゆ(おもゆ) 大根のペースト	筑前煮風 野菜の煮物	筑前煮風 野菜の煮物	鶏肉 大根 人参 いんげん 白菜 小松菜 人参	おかし
27	水	こしがゆ(おもゆ) じゃがいものペースト	野菜入りパンがゆ スープ	パングラタン風 スープ	食パン じゃがいも 玉ねぎ 人参 キャベツ フロッキー (小麦粉 マーガリン 牛乳)	いもごはん
28	木	こしがゆ(おもゆ) 白菜のペースト	鶏肉と野菜の煮物 納豆和え	納豆入り鶏バーグ 野菜の煮物	鶏肉 納豆 豆腐 ぶ 玉ねぎ 人参 白菜 ねぎ	ぶかしいも
29	金	こしがゆ(おもゆ) 大根のペースト	鶏肉と野菜の煮物 サラダ	鶏肉と野菜の煮物 サラダ	鶏肉 ぶ 大根 レタス 胡瓜 トマト ねぎ (ツナ)	お好み焼き風
30	土	こしがゆ(おもゆ) 人参のペースト	具入りうどん	具入りうどん	鶏肉 うどん 玉ねぎ 人参 白菜 ねぎ	おかし

※7・8はおかゆ、9～11は軟飯が主食です おやつは後期のみです。  
 ( )は9～11のみの食材です。※月齢で異なる時もあります。  
 食材の状況により変更する場合があります。

