

令和6年度 離乳食献立表



菊野台かしのみ保育園

日	曜	9~11か月頃			
		午前食	食材	午後食	食材
1	木	おかゆ たらあつさり煮 ブロッコリー煮 味噌汁	米 たら ブロッコリー・にんじん じゃがいも・ながねぎ	にんじんがゆ	米・にんじん・ながねぎ
2	金	おかゆ そぼろ煮 ほうれんそう煮 コーンスープ	米 豚挽肉・たまねぎ・にんじん ほうれんそう・にんじん コーン・たまねぎ・牛乳	ホットケーキ ほうれんそうスープ	ホットケーキMIX・牛乳 ほうれんそう・にんじん
3	土	野菜がゆ きゅうり煮 清汁	米・豚挽肉・たまねぎ・にんじん きゅうり・わかめ だいこん・葉ねぎ	しらすがゆ	米・しらす
5	月	おかゆ じゃがいものそぼろ煮 だいこん煮 にんじんスープ	米 じゃがいも・鶏挽肉 きゅうり・だいこん にんじん	たまねぎがゆ	米・たまねぎ・にんじん
6	火	パン ささみのトマト煮 キャベツ煮 たまねぎスープ	食パン 鶏ささみ・トマト キャベツ・にんじん・コーン たまねぎ	マッシュポテト キャベツスープ	じゃがいも キャベツ・にんじん
7	水	おかゆ かじきのしょうゆ煮 にんじん煮 味噌汁	米 かじき にんじん だいこん・さといも・ながねぎ	そぼろがゆ	米・豚挽肉
8	木	おかゆ 野菜炒め煮 きゅうり煮 豆腐スープ	米 豚挽肉・たまねぎ・もやし・チンゲン菜 きゅうり・にんじん 豆腐	パン にんじんスープ	キャロットロール にんじん・もやし
9	金	おかゆ 大根のそぼろ煮 ほうれんそう煮 清汁	米 豚挽肉・だいこん・葉ねぎ ほうれんそう・にんじん・もやし おふ・ながねぎ・わかめ	豆乳プリン	豆乳・寒天
10	土	そぼろがゆ ブロッコリーとコーン煮 オニオンスープ	米・鶏挽肉 ブロッコリー・コーン たまねぎ・にんじん	ホットケーキ コーンスープ	ホットケーキMIX・牛乳 コーン・たまねぎ
13	火	野菜うどん かぼちゃ煮	うどん・豚挽肉・きゅうり・トマト・コーン かぼちゃ	おかががゆ	米・かつおぶし
14	水	おかゆ 鶏ささみの煮物 大根煮 味噌汁	米 鶏ささみ だいこん・きゅうり こまつな・にんじん	小松菜がゆ	米・こまつな・にんじん
15	木	おかゆ たらあつさり煮 ブロッコリー煮 味噌汁	米 たら ブロッコリー・にんじん じゃがいも・ながねぎ	にんじんがゆ	米・にんじん・ながねぎ
16	金	おかゆ そぼろ煮 ほうれんそう煮 コーンスープ	米 豚挽肉・たまねぎ・にんじん ほうれんそう・にんじん コーン・たまねぎ・牛乳	ホットケーキ ほうれんそうスープ	ホットケーキMIX・牛乳 ほうれんそう・にんじん
17	土	野菜がゆ きゅうり煮 清汁	米・豚挽肉・たまねぎ・にんじん きゅうり・わかめ だいこん・葉ねぎ	しらすがゆ	米・しらす
19	月	おかゆ じゃがいものそぼろ煮 だいこん煮 にんじんスープ	米 じゃがいも・鶏挽肉 きゅうり・だいこん にんじん	たまねぎがゆ	米・たまねぎ・にんじん
20	火	パン ささみのトマト煮 キャベツ煮 たまねぎスープ	食パン 鶏ささみ・トマト キャベツ・にんじん・コーン たまねぎ	マッシュポテト キャベツスープ	じゃがいも キャベツ・にんじん
21	水	おかゆ かじきのしょうゆ煮 にんじん煮 味噌汁	米 かじき にんじん だいこん・さといも・ながねぎ	そぼろがゆ	米・豚挽肉
22	木	おかゆ 野菜炒め煮 きゅうり煮 豆腐スープ	米 豚挽肉・たまねぎ・もやし・チンゲン菜 きゅうり・にんじん 豆腐	パン にんじんスープ	キャロットロール にんじん・もやし
23	金	おかゆ 大根のそぼろ煮 ほうれんそう煮 清汁	米 豚挽肉・だいこん・葉ねぎ ほうれんそう・にんじん・もやし おふ・ながねぎ・わかめ	豆乳プリン	豆乳・寒天
24	土	そぼろがゆ ブロッコリーとコーン煮 オニオンスープ	米・鶏挽肉 ブロッコリー・コーン たまねぎ・にんじん	ホットケーキ コーンスープ	ホットケーキMIX・牛乳 コーン・たまねぎ
26	月	おかゆ なすの味噌煮 しらすとわかめ煮 清汁	米 なす・豚挽肉・たまねぎ しらす・わかめ・きゅうり たまねぎ	小松菜蒸しパン たまねぎスープ	蒸しパンMIX・小松菜・牛乳 たまねぎ
27	火	野菜うどん かぼちゃ煮	うどん・豚挽肉・きゅうり・トマト・コーン かぼちゃ	おかががゆ	米・かつおぶし
28	水	おかゆ 鶏ささみの煮物 大根煮 味噌汁	米 鶏ささみ だいこん・きゅうり こまつな・にんじん	小松菜がゆ	米・こまつな・にんじん
29	木	おかゆ 白身魚のあつさり煮 ポテトサラダ 野菜スープ	米 メルルーサ じゃがいも・にんじん・きゅうり キャベツ・たまねぎ・にんじん	ホットケーキ にんじんスープ	ホットケーキMIX・牛乳 にんじん・たまねぎ
30	金	おかゆ 豆腐のあんかけ ほうれんそう煮 味噌汁	米 豆腐・鶏挽肉・にんじん ほうれんそう・にんじん もやし・わかめ・ながねぎ	ほうれんそうがゆ	米・ほうれんそう・にんじん
31	土	わかめうどん 小松菜のしらす煮	うどん・わかめ・鶏挽肉・たまねぎ こまつな・にんじん・しらす	パン たまねぎスープ	食パン たまねぎ・わかめ

※主食・主菜・副菜の分量については乳児食の8割からを目安としています。

※キャロットロールは国産小麦使用・卵不使用のものです。