毎月19日は食育の日 Shokuiku そうだ、みんなで楽しく食べよう

保育園離乳食予定献立表 (0歳児)

令和6年1月分

No. I

	Active (全人) タートか月頃(適宜きざむ)		ワータが日頃(海ウージオ)	
日	9~11か月頃り	週担ささむ)	7~8か月頃(適宜つぶ)	9)
曜	11:00	15:00	11:00	15:00
	食パン又はパンがゆ(食パン)	手作りふりかけごはん(固がゆ)	パンがゆ(食パン)	ミルク
10.15	豆腐ハンバーグ刻み	又はおじや	豆腐の薄味煮つぶし	
	野菜ソテー(キャベツ)刻み	ミルク	キャベツの煮つぶし	
	青菜のスープ		人参の煮つぶし	
	(小松菜·長葱)		小松菜の煮つぶし	
	(小公米、区念)			
月			青菜のスープ(汁のみ)	
	固がゆ	ふかし芋刻み	おかゆ	ミルク
(2).16	豚ひき肉と野菜のそぼろ	又はさつま芋の煮つぶし	麩のクタクタ煮	
	ブロッコリーのおかか和え刻み	ミルク	玉葱の煮つぶし	
	白菜のさっぱりスープ	30	ブロッコリーのゆでつぶし	
	(白菜・えのきたけ)		白菜の煮つぶし	
	(日来・んのさたり)			
火			白菜のさっぱりスープ(汁のみ)	
	固がゆ	乳児用菓子	おかゆ	ミルク
3.17	鮭のマヨチーズ焼き刻み	ミルク	豆腐の薄味煮つぶし	
	切干大根の炒め煮刻み		玉葱の煮つぶし	
	みそ汁		人参の煮つぶし	
	(豆腐・わけぎ)		みそ汁(汁のみ)	
水			(白菜がある場合は白菜の煮つぶし)	
	固がゆ	マカロニあべかわ刻み	おかゆ	ミルク
/ 10				
	クリームシチュー刻み	ミルク	じゃが芋と玉葱、人参のミルク煮つぶし	
	和風サラダ刻み		キャベツの煮つぶし	
	みかん刻み		きゅうりのすりおろし	
			トマトのゆでつぶし	
木				
•			みかんつぶし又は果汁	
	固がゆ	5日:ゆかり入りがゆ	おかゆ	ミルク
	15日: 吕野口以(/)7+石刻A	19月:到児田童子	真野豆腐の蒲味者つぶし	
5.19	5日:高野豆腐のうま煮刻み	19日:乳児用菓子	高野豆腐の薄味煮つぶし	
5.14	19日:高野豆腐と鶏肉のうま煮刻み		麩のクタクタ煮	
5.14				
5.14	19日:高野豆腐と鶏肉のうま煮刻みひじきのふりかけ刻み	ミルク	麩のクタクタ煮 じゃが芋と玉葱、人参の薄味煮つぶし	
5.14	19日: 高野豆腐と鶏肉のうま煮刻み ひじきのふりかけ刻み みそ汁 (チンゲン菜・麩)	ミルク 19日は食育の日です♪	麩のクタクタ煮 じゃが芋と玉葱、人参の薄味煮つぶし ひじきのすりつぶし	
5.14	19日:高野豆腐と鶏肉のうま煮刻みひじきのふりかけ刻み	ミルク 19日は食育の日です♪	麩のクタクタ煮 じゃが芋と玉葱、人参の薄味煮つぶし ひじきのすりつぶし チンゲン菜の煮つぶし	
5.14	19日: 高野豆腐と鶏肉のうま煮刻み ひじきのふりかけ刻み みそ汁 (チンゲン菜・麩)	ミルク 19日は食育の日です♪	麩のクタクタ煮 じゃが芋と玉葱、人参の薄味煮つぶし ひじきのすりつぶし	
5.14	19日: 高野豆腐と鶏肉のうま煮刻み ひじきのふりかけ刻み みそ汁 (チンゲン菜・麩)	ミルク 19日は食育の日です♪	麩のクタクタ煮 じゃが芋と玉葱、人参の薄味煮つぶし ひじきのすりつぶし チンゲン菜の煮つぶし	
5.19	19日:高野豆腐と鶏肉のうま煮刻み ひじきのふりかけ刻み みそ汁(チンゲン菜・麩) りんごスライス又は刻み	ミルク 19日は食育の日です♪	麩のクタクタ煮 じゃが芋と玉葱、人参の薄味煮つぶし ひじきのすりつぶし チンゲン菜の煮つぶし みそ汁 (汁のみ) りんごすりおろし	ミルク
5.19	19日:高野豆腐と鶏肉のうま煮刻み ひじきのふりかけ刻み みそ汁(チンゲン菜・麩) りんごスライス又は刻み ツナスパゲッティー刻み	ミルク 19日は食育の日です♪ 乳児用菓子	麩のクタクタ煮 じゃが芋と玉葱、人参の薄味煮つぶし ひじきのすりつぶし チンゲン菜の煮つぶし みそ汁(汁のみ) りんごすりおろし おかゆ	ミルク
金金	19日:高野豆腐と鶏肉のうま煮刻みひじきのふりかけ刻みみそ汁(チンゲン菜・麩)りんごスライス又は刻みツナスパゲッティー刻みわかめスープ	ミルク 19日は食育の日です♪	麩のクタクタ煮 じゃが芋と玉葱、人参の薄味煮つぶし ひじきのすりつぶし チンゲン菜の煮つぶし みそ汁(汁のみ) りんごすりおろし おかゆ 玉葱と人参のミルク煮つぶし	ミルク
5.19	19日:高野豆腐と鶏肉のうま煮刻み ひじきのふりかけ刻み みそ汁(チンゲン菜・麩) りんごスライス又は刻み ツナスパゲッティー刻み	ミルク 19日は食育の日です♪ 乳児用菓子	麩のクタクタ煮 じゃが芋と玉葱、人参の薄味煮つぶし ひじきのすりつぶし チンゲン菜の煮つぶし みそ汁(汁のみ) りんごすりおろし おかゆ	ミルク
金金	19日:高野豆腐と鶏肉のうま煮刻みひじきのふりかけ刻みみそ汁(チンゲン菜・麩)りんごスライス又は刻みツナスパゲッティー刻みわかめスープ(わかめ・長葱)	ミルク 19日は食育の日です♪ 乳児用菓子	麩のクタクタ煮 じゃが芋と玉葱、人参の薄味煮つぶし ひじきのすりつぶし チンゲン菜の煮つぶし みそ汁(汁のみ) りんごすりおろし おかゆ 玉葱と人参のミルク煮つぶし わかめスープ(汁のみ)	ミルク
金金	19日:高野豆腐と鶏肉のうま煮刻みひじきのふりかけ刻みみそ汁(チンゲン菜・麩)りんごスライス又は刻みツナスパゲッティー刻みわかめスープ	ミルク 19日は食育の日です♪ 乳児用菓子	麩のクタクタ煮 じゃが芋と玉葱、人参の薄味煮つぶし ひじきのすりつぶし チンゲン菜の煮つぶし みそ汁(汁のみ) りんごすりおろし おかゆ 玉葱と人参のミルク煮つぶし	ミルク
金金	19日:高野豆腐と鶏肉のうま煮刻みひじきのふりかけ刻みみそ汁(チンゲン菜・麩)りんごスライス又は刻みツナスパゲッティー刻みわかめスープ(わかめ・長葱)	ミルク 19日は食育の日です♪ 乳児用菓子	麩のクタクタ煮 じゃが芋と玉葱、人参の薄味煮つぶし ひじきのすりつぶし チンゲン菜の煮つぶし みそ汁(汁のみ) りんごすりおろし おかゆ 玉葱と人参のミルク煮つぶし わかめスープ(汁のみ)	ミルク
金金	19日:高野豆腐と鶏肉のうま煮刻みひじきのふりかけ刻みみそ汁(チンゲン菜・麩)りんごスライス又は刻みツナスパゲッティー刻みわかめスープ(わかめ・長葱)みかん刻み	ミルク19日は食育の日です♪乳児用菓子ミルク	麩のクタクタ煮 じゃが芋と玉葱、人参の薄味煮つぶし ひじきのすりつぶし チンゲン菜の煮つぶし みそ汁(汁のみ) りんごすりおろし おかゆ 玉葱と人参のミルク煮つぶし わかめスープ(汁のみ) みかんつぶし又は果汁	
5・19 金 6・20 土	19日:高野豆腐と鶏肉のうま煮刻みひじきのふりかけ刻みみそ汁(チンゲン菜・麩)りんごスライス又は刻みツナスパゲッティー刻みわかめスープ(わかめ・長葱)みかん刻み	ミルク 19日は食育の日です♪ 乳児用菓子	麩のクタクタ煮 じゃが芋と玉葱、人参の薄味煮つぶし ひじきのすりつぶし チンゲン菜の煮つぶし みそ汁(汁のみ) りんごすりおろし おかゆ 玉葱と人参のミルク煮つぶし わかめスープ(汁のみ)	ミルク
5·19 金 6·20 土	19日:高野豆腐と鶏肉のうま煮刻みひじきのふりかけ刻みみそ汁(チンゲン菜・麩)りんごスライス又は刻みツナスパゲッティー刻みわかめスープ(わかめ・長葱)みかん刻み	ミルク19日は食育の日です♪乳児用菓子ミルク	麩のクタクタ煮 じゃが芋と玉葱、人参の薄味煮つぶし ひじきのすりつぶし チンゲン菜の煮つぶし みそ汁(汁のみ) りんごすりおろし おかゆ 玉葱と人参のミルク煮つぶし わかめスープ(汁のみ) みかんつぶし又は果汁	
5·19 金 6·20 / 土	19日: 高野豆腐と鶏肉のうま煮刻みひじきのふりかけ刻みみそ汁(チンゲン菜・麩)りんごスライス又は刻みツナスパゲッティー刻みわかめスープ(わかめ・長葱)みかん刻み 固がゆ 鶏肉の薄味煮刻み	19日は食育の日です♪乳児用菓子ミルクりんごスライス又は刻み乳児用菓子	麩のクタクタ煮 じゃが芋と玉葱、人参の薄味煮つぶし ひじきのすりつぶし チンゲン菜の煮つぶし みそ汁(汁のみ) りんごすりおろし おかゆ 玉葱と人参のミルク煮つぶし わかめスープ(汁のみ) みかんつぶし又は果汁 おかゆ 麩のクタクタ煮	
5·19 金 6·20 / 土	19日:高野豆腐と鶏肉のうま煮刻みひじきのふりかけ刻みみそ汁(チンゲン菜・麩)りんごスライス又は刻みツナスパゲッティー刻みわかめ、長葱)みかん刻み 固がゆ 鶏肉の薄味煮刻みうんとこしょどっこいしょ炒め刻み	19日は食育の日です♪乳児用菓子ミルクりんごスライス又は刻み乳児用菓子	麩のクタクタ煮 じゃが芋と玉葱、人参の薄味煮つぶし ひじきのすりつぶし チンゲン菜の煮つぶし みそ汁(汁のみ) りんごすりおろし おかゆ 玉葱と人参のミルク煮つぶし わかめスープ(汁のみ) みかんつぶし又は果汁 おかゆ 麩のクタクタ煮 かぶの煮つぶし	
5·19 金 6·20 土	19日:高野豆腐と鶏肉のうま煮刻みひじきのふりかけ刻みみそ汁(チンゲン菜・麩)りんごスライス又は刻みツナスパゲッティー刻みわかめ、長葱)みかん刻み 固がゆ 鶏肉の薄味煮刻みうんとこしょどっこいしょ炒め刻み(かぶの洋風炒め)	19日は食育の日です♪乳児用菓子ミルクりんごスライス又は刻み乳児用菓子	麩のクタクタ煮 じゃが芋と玉葱、人参の薄味煮つぶし ひじきのすりつぶし チンゲン菜の煮つぶし みそ汁(汁のみ) りんごすりおろし おかゆ 玉葱と人参のミルク煮つぶし わかめスープ(汁のみ) みかんつぶし又は果汁 おかの かかの かがの 変の かぶの葉の がぶの葉の がぶの葉の がぶの葉の がぶの がい がい がい がい がい がい がい がい がい がい のこがし のこが のこが のこが のこが のこが のこが のこが のこが のこが のこが	
5·19 金 6·20 / 土	19日:高野豆腐と鶏肉のうま煮刻みひじきのふりかけ刻みみそ汁(チンゲン菜・麩)りんごスライス又は刻みツナスパゲッティー刻みわかめ、長葱)みかん刻み 固がゆ 鶏肉の薄味煮刻みうんとこしょどっこいしょ炒め刻み	19日は食育の日です♪乳児用菓子ミルクりんごスライス又は刻み乳児用菓子	麩のクタクタ煮 じゃが芋と玉葱、人参の薄味煮つぶし ひじきのすりつぶし チンゲン菜の煮つぶし みそ汁(汁のみ) りんごすりおろし おかゆ 玉葱と人参のミルク煮つぶし わかめスープ(汁のみ) みかんつぶし又は果汁 おかゆ 麩のクタクタ煮 かぶの煮つぶし	
5·19 金 6·20 / 土 8·22 /	19日:高野豆腐と鶏肉のうま煮刻み ひじきのふりかけ刻み みそ汁(チンゲン菜・麩) りんごスライス又は刻み ツナスパゲッティー刻み わかかめ・長葱) みかかめ刻み 固がゆ 鶏肉の薄味煮刻み うんとこしょどっこいしょ炒め刻み (かぶの洋風炒め) みそ汁	19日は食育の日です♪乳児用菓子ミルクりんごスライス又は刻み乳児用菓子	麩のクタクタ煮 じゃが芋と玉葱、人参の薄味煮つぶし ひじきのすりつぶし チンゲン菜の煮 りんごすりおろし おかゆ もあめまルク煮 おかめるこれのみり みかんつぶし又は果汁 おかのかんつぶし又は果汁 おかの煮ったいの煮 かぶの葉の煮し かぶの煮ったい 人参の煮ったい かがいるの煮ったい かがいるの煮ったい かがいるの煮ったい かがいるの煮ったい かがいるの煮ったい かがいるの煮ったい 人参の煮ったい かんの煮ったい かんの煮ったい かんの煮ったい かんの煮ったい かんの煮ったい かんの煮ったい かんの煮ったい かんの煮ったい かんの煮ったい かんの煮ったい かんの煮ったい かんの煮ったい かんの煮ったい かんの煮ったい かん。 かんの煮ったい かん。 かん。 かん。 かん。 かん。 かん。 かん。 かん。 かん。 かん。	
5·19 / 金 6·20 / 土	19日:高野豆腐と鶏肉のうま煮刻みひじきのふりかけ刻みみそ汁(チンゲン菜・麩)りんごスライス又は刻みツナスパゲッティー刻みわかめ、長葱)みかん刻み 固がゆ 鶏肉の薄味煮刻みうんとこしょどっこいしょ炒め刻み(かぶの洋風炒め)	19日は食育の日です♪乳児用菓子ミルクりんごスライス又は刻み乳児用菓子	麩のクタクタ煮 じゃが芋と玉葱、人参の薄味煮つぶし ひじきのすりつぶし チンゲン菜の煮つぶし みそ汁(汁のみ) りんごすりおろし おかゆ 玉葱と人参のミルク煮つぶし わかめスープ(汁のみ) みかんつぶし又は果汁 おかの かかの かがの 変の かぶの葉の がぶの葉の がぶの葉の がぶの葉の がぶの がい がい がい がい がい がい がい がい がい がい のこがし のこが のこが のこが のこが のこが のこが のこが のこが のこが のこが	
5·19 金 6·20 / 土 ⑧·22 /	19日:高野豆腐と鶏肉のうま煮刻み ひじきのふりかけ刻み みそ汁(チンゲン菜・麩) りんごスライス又は刻み ツナスパゲッティー刻み わかかめ・長葱) みかかめ刻み 固がゆ 鶏肉の薄味煮刻み うんとこしょどっこいしょ炒め刻み (かぶの洋風炒め) みそ汁	19日は食育の日です♪乳児用菓子ミルクりんごスライス又は刻み乳児用菓子	麩のクタクタ煮 じゃが芋と玉葱、人参の薄味煮つぶし ひじきのすりつぶし チンゲン菜の煮 りんごすりおろし おかゆ もあめまルク煮 おかめるこれのみり みかんつぶし又は果汁 おかのかんつぶし又は果汁 おかの煮ったいの煮 かぶの葉の煮し かぶの煮ったい 人参の煮ったい かがいるの煮ったい かがいるの煮ったい かがいるの煮ったい かがいるの煮ったい かがいるの煮ったい かがいるの煮ったい 人参の煮ったい かんの煮ったい かんの煮ったい かんの煮ったい かんの煮ったい かんの煮ったい かんの煮ったい かんの煮ったい かんの煮ったい かんの煮ったい かんの煮ったい かんの煮ったい かんの煮ったい かんの煮ったい かんの煮ったい かん。 かんの煮ったい かん。 かん。 かん。 かん。 かん。 かん。 かん。 かん。 かん。 かん。	
5·19 金 6·20 / 土 ⑧·22 /	19日:高野豆腐と鶏肉のうま煮刻み ひじきのふりかけ刻み みそ汁(チンゲン菜・麩) りんごスライス又は刻み ツナスパゲッティー刻み わかかめ・長葱) みかかめ刻み 固がゆ 鶏肉の薄味煮刻み うんとこしょどっこいしょ炒め刻み (かぶの洋風炒め) みそ汁	19日は食育の日です♪乳児用菓子ミルクりんごスライス又は刻み乳児用菓子	麩のクタクタ煮 じゃが芋と玉葱、人参の薄味煮つぶし ひじきのすりつぶし チンゲン菜の煮 りんごすりおろし おかゆ もあめまルク煮 おかめるこれのみり みかんつぶし又は果汁 おかのかんつぶし又は果汁 おかの煮ったいの煮 かぶの葉の煮し かぶの煮ったい 人参の煮ったい かがいるの煮ったい かがいるの煮ったい かがいるの煮ったい かがいるの煮ったい かがいるの煮ったい かがいるの煮ったい 人参の煮ったい かんの煮ったい かんの煮ったい かんの煮ったい かんの煮ったい かんの煮ったい かんの煮ったい かんの煮ったい かんの煮ったい かんの煮ったい かんの煮ったい かんの煮ったい かんの煮ったい かんの煮ったい かんの煮ったい かん。 かんの煮ったい かん。 かん。 かん。 かん。 かん。 かん。 かん。 かん。 かん。 かん。	
5·19 金 6·20 / 土 ②·22 / 月	19日:高野豆腐と鶏肉のうま煮刻みひじきのふりかけ刻みみそ汁(チンゲン菜・麩)りんごスライス又は刻みツナスパゲッティー刻みれるいしまりがりみかん刻み	19日は食育の日です♪ 乳児用菓子 ミルク りんごスライス又は刻み 乳児用菓子 ミルク	麩のクタクタ煮 じゃが芋と玉葱、人参の薄味煮つぶし ひじきのすりつぶし チンゲン菜のみり りんごすりおろし おを入っているかと りんごゆとしているかと かかんつぶしというない。 おかんつぶしとは果汁 おかのクタがいるのでである。 かがいるのでである。 かがいるのでである。 かがいるのでである。 かがいるのでである。 かがいるのでである。 かがいるのでである。 かがいるのでである。 かがいるのでである。 かがい。 かがいる。 かがいる。 かがいる。 かがいる。 かがいる。 かがいる。 かがいる。 かがいる。 かがいる。 かがいる。 かがいる。 かがい。 かがいる。 かがいる。 かがいる。 かがいる。 かがいる。 かがいる。 かがいる。 かがいる。 かがい。 かがいる。 かがい。 かがい。 かがい。 かがい。 かがい。 かがい。 かがい。 かが、 かがい。 かがい。 かがい。 かが、 かが、 かが、 かが、 かが、 かが、 かが、 かが、 かが、 かが、	ミルク
5·19 金 6·20 土 ⑧·22 / 月	19日:高野豆腐と鶏肉のうま煮刻みひじきのふりかけ刻みみそ汁(チンゲン菜・敷)りんごスライス又は刻みツナスパゲッティー刻みかかんがあり、みかん刻みであり、みかん刻みです。 固がゆったいしょどのがいるかいのがです。 はいいいのは、かいのは、かいがいる。 しいいいのは、かいいのは、かいいいのは、はいいいのは、はいいいのは、はいいいいのは、はいいいいのは、はいいいのは、かいいいのは、はいいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいいのでは、いいいいのでは、いいいのでは、いいいいのでは、いいいいのでは、いいいのでは、いいいいのでは、いいいいのでは、いいいいいのでは、いいいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいいのでは、いいいいのでは、いいいいのでは、いいいいのでは、いいいいのでは、いいいいのでは、いいいいのでは、いいいいのでは、いいいいのでは、いいいいのでは、いいいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいのでは、いいのでは、いいのでは、いいいのでは、	ミルク 19日は食育の日です 乳児用菓子 ミルク りんごスライス又は刻み 乳児用菓子 ミルク シンプル麩ラスク 又は乳児用菓子	数のクタクタ煮 じゃが芋と玉葱、人参の薄味煮つぶし ひじきのすりつぶし みっこいが かいかと かかんですりからし お葱と人をつまいり煮っ かんでは果汁 おかんつぶし おかんつがしま かかんのまかかり かりののでするでである。 かがいのでするがいがののです。 かがいのののでである。 かがいのでである。 かがいのでである。 かがいのできる。 かがいので。 かがいので。 かがいので。 かがいので。 かがいので。 かがいので。 かがいので。 かがい。 かがい。 かがい。 かがい。 かが、 かが、 かが、 かが、 かが、 かが、 かが、 かが、 かが、 かが、	ミルク
5·19 金 6·20 / 土 ②·22 / 月	19日:高野豆腐と鶏肉のうま煮刻み ひじきのふりかけ菜・麩) りんごスライス又は刻み ツナスカインディー刻み インゲンフでですがあり、みかんの ででであり、みかん刻み 固が肉ではいいのは 国がかれる 固がれる。 しょどのはかいる。 しょどのがある。 しょどのがある。 しょどのがある。 しょどのがある。 しょどのからいる。 しょどのからいる。 しょどのからいる。 しょどのからいる。 しょどのからいる。 しょどのからいる。 しょどのからいる。 しょどのからいる。 しょどのからいる。 しょどのからいる。 しょどのからいる。 しょどのからいる。 しょどのからいる。 しょどのからいる。 しょどのからいる。 しょどのからいる。 しょどのからいる。 しょどのからい。 しょどのからい。 しょどのからい。 しょどのからい。 しょどのからい。 しょどのからい。 しょどのからい。 しょどのからい。 しょどのからい。 しょどのからい。 しょどのからい。 しょどのからい。 しょどのからい。 しゃできる。	19日は食育の日です♪ 乳児用菓子 ミルク りんごスライス又は刻み 乳児用菓子 ミルク	数のクタクタ煮 じゃが芋と玉葱、人参の薄味煮つぶし ひじきのすりつぶし チンゲンなのみ) りんごすりおろし お葱めのミルク煮っぷし かかんつぶし又は果汁 おのののでである。 かかんのが、ぶの変素 かがいるのでである。 かがいるのでである。 かがいがののである。 かがいるのでである。 かがいるのでである。 かがいるのでである。 かがいるのである。 かがいるのである。 かがいるのである。 かかんのできた。 かかんのできた。 かかんのできた。 かかんのできた。 かかんのできた。 からできた。 からのできた。 からで。 からで。 からで。 からで。 からで。 からで。 からで。 からで	ミルク
5·19 金 6·20 / 土 ②·22 / 月	19日:高野豆腐と鶏肉のうま煮刻みひじきのふりかけ刻みみそ汁(チンゲン菜・敷)りんごスライス又は刻みツナスパゲッティー刻みかかんがあり、みかん刻みであり、みかん刻みです。 固がゆったいしょどのがいるかいのがです。 はいいいのは、かいのは、かいがいる。 しいいいのは、かいいのは、かいいいのは、はいいいのは、はいいいのは、はいいいいのは、はいいいいのは、はいいいのは、かいいいのは、はいいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいいのでは、いいいいのでは、いいいのでは、いいいいのでは、いいいいのでは、いいいのでは、いいいいのでは、いいいいのでは、いいいいいのでは、いいいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいいのでは、いいいいのでは、いいいいのでは、いいいいのでは、いいいいのでは、いいいいのでは、いいいいのでは、いいいいのでは、いいいいのでは、いいいいのでは、いいいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいいのでは、いいのでは、いいのでは、いいのでは、いいいのでは、	ミルク 19日は食育の日です 乳児用菓子 ミルク りんごスライス又は刻み 乳児用菓子 ミルク シンプル麩ラスク 又は乳児用菓子	数のクタクタ煮 じゃが芋と玉葱、人参の薄味煮つぶし ひじきのすりつぶし みっこいが かいかと かかんですりからし お葱と人をつまいり煮っ かんでは果汁 おかんつぶし おかんつがしま かかんのまかかり かりののでするでである。 かがいのでするがいがののです。 かがいのののでである。 かがいのでである。 かがいのでである。 かがいのできる。 かがいので。 かがいので。 かがいので。 かがいので。 かがいので。 かがいので。 かがいので。 かがい。 かがい。 かがい。 かがい。 かが、 かが、 かが、 かが、 かが、 かが、 かが、 かが、 かが、 かが、	ミルク
5·19 金 6·20 / 土 8·22 / 月	19日:高野豆腐と鶏肉のうま煮刻み ひじきのふりがです。 りんごスプイス タークリル グライス タークリル グライス アイフ で ツナッティ で ツナッティ で で で で で で で で で で で で で で で で で で で	ミルク 19日は食育の日です 乳児用菓子 ミルク りんごスライス又は刻み 乳児用菓子 ミルク シンプル麩ラスク 又は乳児用菓子	数のクタクタ煮 じゃが芋と玉葱、人参の薄味煮つぶし ひじきのでででででででででででででででででででででででででででででででででででで	ミルク
5·19 金 6·20 / 土 9·22 / 月	19日:高野豆腐と鶏肉のうま煮刻み ひじきのふりかけ菜・麩) りんごスライス又は刻み ツナスカインディー刻み インゲンフでですがあり、みかんの ででであり、みかん刻み 固が肉ではいいのは 国がかれる 固がれる。 しょどのはかいる。 しょどのがある。 しょどのがある。 しょどのがある。 しょどのがある。 しょどのからいる。 しょどのからいる。 しょどのからいる。 しょどのからいる。 しょどのからいる。 しょどのからいる。 しょどのからいる。 しょどのからいる。 しょどのからいる。 しょどのからいる。 しょどのからいる。 しょどのからいる。 しょどのからいる。 しょどのからいる。 しょどのからいる。 しょどのからいる。 しょどのからいる。 しょどのからい。 しょどのからい。 しょどのからい。 しょどのからい。 しょどのからい。 しょどのからい。 しょどのからい。 しょどのからい。 しょどのからい。 しょどのからい。 しょどのからい。 しょどのからい。 しょどのからい。 しゃできる。	19日は食育の日です。 乳児用菓子 ミルク りんごスライス又は刻み 乳児用菓子 ミルク シンプル麩ラスク 又は乳児用菓子 ミルク	数のクタクタ煮 じゃが芋と玉葱、人参の薄味煮つぶし みが芋と玉葱、大ぶし かかないで、 かかないで、 かかんでは、 お恋めないで、 かかんで、 かかりので、 かかりので、 かかりので、 かかりので、 かかりので、 かが、 かかりので、 かが、 かかりので、 かが、 かが、 かが、 かが、 かが、 かが、 かが、 かが、 かが、 かが	ミルク
5·19 金 6·20 / 土 8·22 / 月	19日:高野豆腐と鶏肉のうま煮刻み ひじきのふりがです。 りんごスプイス タークリル グライス タークリル グライス アイフ で ツナッティ で ツナッティ で で で で で で で で で で で で で で で で で で で	19日は食育の日です。 乳児用菓子 ミルク りんごスライス又は刻み 乳児用菓子 ミルク シンプル麩ラスク 又は乳児用菓子 ミルク	数のクタクタ煮 じゃが芋と玉葱、人参の薄味煮つぶし ひじきのでででででででででででででででででででででででででででででででででででで	ミルク

保育園離乳食予定献立表 (0歳児)

今和6年1月分

	令和6年1月分		大和市立保育園 No.2	
	9~11か月頃	<u></u>	7~8か月頃(適宜つぶす)	
	11:00	15:00	11:00	15:00
10.24	固がゆ	ジャムサンド刻み又は食パンフは食パン	おかゆ エ苑レム会のミルク者つご	ミルク
10.24	クリームシチュー刻み 大根サラダ刻み	又はパンがゆ(食パン)	玉葱と人参のミルク煮つぶし 土地の老の ***!	
	人作りプタタリー	ミルク	大根の煮つぶしきゅうりのすりおろし	
			トマトのゆでつぶし	
水				
	固がゆ	おじや	おかゆ	ミルク
	レバーの甘煮刻み	又は乳児用菓子	麩のクタクタ煮	
	れんこんのきんぴら刻み	ミルク	人参の煮つぶし	
	みそ汁		キャベツの煮つぶし	
木	(キャベツ・玉葱)		玉葱の煮つぶし	
•			みそ汁(汁のみ)	
	固がゆ	人参入蒸しパン刻み	おかゆ	ミルク
	ぶりの照り焼き刻み	又はおじや	白身魚の薄味煮つぶし	
	納豆和え刻み	ミルク	納豆のゆでつぶし	
	みそ汁		ほうれん草の煮つぶし	
金	(大根・油揚げ)		大根の煮つぶし	
31.			みそ汁(汁のみ)	
	固がゆ	乳児用菓子	おかゆ	ミルク
13.27	肉じゃが刻み	ミルク	じゃが芋のミルク煮つぶし	
	みそ汁		玉葱と人参の煮つぶし	
	(わかめ・長葱)		みそ汁(汁のみ)	
土	プレーンヨーグルト		プレーンヨーグルト	
	固がゆ	さくさくクッキー	おかゆ	ミルク
29	豆腐団子刻み	又は乳児用菓子	豆腐の薄味煮つぶし	
	ほうれん草の磯かけ刻み	ミルク	ほうれん草の煮つぶし	
	みそ汁		白菜の煮つぶし	
月	(白菜・油揚げ)		みそ汁(汁のみ)	
	食パン又はパンがゆ(食パン)	わかめごはん(固がゆ)	パンがゆ(食パン)	ミルク
30	ホウレンソウの	又はおじや	じゃが芋と人参のミルク煮つぶし	
	米粉豆乳グラタン刻み	ミルク	ほうれん草の煮つぶし	
	フレンチサラダ刻み		キャベツの煮つぶし	
火			きゅうりのすりおろし	
			トマトのゆでつぶし	
	固がゆ	乳児用菓子	おかゆ	ミルク
31	コロッケ刻み	りんごスライス又は刻み	麩のクタクタ煮	
	白菜と人参のお浸し刻み	ミルク	じゃが芋と玉葱の煮つぶし	
	スそ汁 (ラのキャ」+ 森土)		白菜の煮つぶし	
水	(えのきたけ・麩)		人参の煮つぶし みそ汁 (汁のみ)	
			みて汗(汗りみ)	

※5~6か月の離乳食について

7~8か月の献立内容にならい、形態をペースト状にするなどして食べやすくしてあります。 ただし、使用食材は離乳食家庭連絡表に準じています。

*保育園の行事、材料の都合などにより献立を変更する場合もあります。

*個人の状況に合わせて使用する食材が変わることがあります。

*パンがゆは食パンで作ります。

*ベビーフード「野菜と鶏ささみ」(非常食)等を使用する場合もあります。

♥「おやつ」は必要?何を食べればよいの?♥

離乳食が完了したら「おやつ」デビューです。

幼児期の子どもは、1回に食べられる量が少なく、1日3回の食事だけでは成長に必要なエネルギーや栄養素をとる ことができません。そこで、不足する栄養素を補うために、「おやつ」が必要になります。

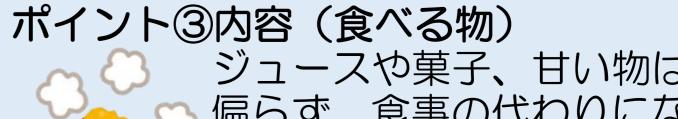
「おやつ」といっても、甘い物ばかりではなく、牛乳や乳製品、芋類、ごはん類、果物類など、3回の食事だけでは、 食べきれない物を取り入れましょう。保育園では、牛乳と旬の果物や、混ぜご飯、ふかし芋、野菜入り蒸しパンなどを だします。

【おやつとの上手な付き合い方】

ポイント①時間を決める 1日に1~2回、時間を決めます。その時間 以外は食べないようにします

ポイント②量を決める

子どもの片手の手のひら分です 食べすぎに注意!



ジュースや菓子、甘い物ばかりに 偏らず、食事の代わりになる物を 選びましょう