



離乳食献立表



令和2年5月

とみやまこども園

	初期 (ごっくん期)	中期・後期 (もぐもぐ期、かみかみ期)
1 (金)	<ul style="list-style-type: none"> 豆腐ペースト キャベツペースト 果物(オレンジ) 	<ul style="list-style-type: none"> 豆ごはん(ごはん、グリーンピース) 魚の野菜あんかけ(さわら、人参、青菜、キャベツ、コーン、片栗粉、和風だし) 豆腐スープ(豆腐、玉ねぎ、ねぎ、醤油、和風だし) 果物(オレンジ)
7・21 (木)	<ul style="list-style-type: none"> じゃが芋ペースト 人参ペースト 果物(グレープフルーツ) 	<ul style="list-style-type: none"> 高野豆腐の煮物(高野豆腐、じゃが芋、人参、玉ねぎ、グリーンピース、醤油、和風だし) 切干大根のひじきあえ(切干大根、ひじき、コーン、和風だし、片栗粉) 果物(グレープフルーツ)
8・22 (金)	<ul style="list-style-type: none"> キャベツペースト 青菜ペースト 	<ul style="list-style-type: none"> 納豆ごはん(ごはん、納豆、ちりめんじゃこ、青のり粉) 野菜とお麩の煮物(青菜、人参、キャベツ、じゃが芋、醤油、お麩)
9・23 (土)	<ul style="list-style-type: none"> じゃが芋ペースト 人参ペースト 果物(お楽しみ) 	<ul style="list-style-type: none"> 野菜入りおじや(ごはん、人参、キャベツ、玉ねぎ、もやし、醤油) ポテトスープ(じゃが芋、青菜、醤油、和風だし) 果物(お楽しみ)
11・25 (月)	<ul style="list-style-type: none"> キャベツペースト じゃが芋ペースト 果物(オレンジ) 	<ul style="list-style-type: none"> ツナと野菜の味噌煮(ツナ缶、人参、キャベツ、玉ねぎ、青菜、片栗粉、合わせ味噌) 粉ふき芋(じゃが芋) 果物(オレンジ)
12・26 (火)	<ul style="list-style-type: none"> 青菜ペースト 人参ペースト 	<ul style="list-style-type: none"> 煮魚(さごし、醤油) 具だくさんみそ汁(玉ねぎ、人参、キャベツ、もやし、合わせ味噌、和風だし)
13・27 (水)	<ul style="list-style-type: none"> じゃが芋ペースト 青菜ペースト 	<ul style="list-style-type: none"> じゃが芋の煮物(じゃが芋、人参、玉ねぎ、グリーンピース、醤油、片栗粉、和風だし) 青菜のおかかあえ(青菜、もやし、花かつお、ちりめんじゃこ)
14・28 (木)	<ul style="list-style-type: none"> きゅうりペースト 人参ペースト 果物(オレンジ) 	<ul style="list-style-type: none"> ケチャップライス(ごはん、じゃが芋、玉ねぎ、人参、グリーンピース、ケチャップ) ツナサラダ(キャベツ、きゅうり、ツナ缶、コーン) 果物(オレンジ)
15 (金)	<ul style="list-style-type: none"> 豆腐ペースト 青菜ペースト 	<ul style="list-style-type: none"> グリーンサラダ(ツナ缶、キャベツ、アスパラガス、醤油、花かつお) 豆乳スープ(豆腐、人参、玉ねぎ、青菜、豆乳、和風だし、醤油)
16 (土)	<ul style="list-style-type: none"> 人参ペースト 青菜ペースト 果物(お楽しみ) 	<ul style="list-style-type: none"> 煮込みうどん(うどん、玉ねぎ、人参、ねぎ、醤油、和風だし) グリーンポテト(じゃが芋、青菜、ちりめんじゃこ) 果物(お楽しみ)
18 (月)	<ul style="list-style-type: none"> じゃが芋ペースト キャベツペースト 果物(バナナ) 	<ul style="list-style-type: none"> 豆腐煮(豆腐、お麩、じゃが芋、人参、玉ねぎ、ねぎ、醤油、和風だし) キャベツのおかかあえ(キャベツ、青菜、花かつお、醤油) 果物(バナナ)
19 (火)	<ul style="list-style-type: none"> ほうれん草ペースト 人参ペースト 	<ul style="list-style-type: none"> 魚の磯煮(鮭、青のり粉) ほうれん草の和え物(ほうれん草、キャベツ、人参、もやし、花かつお、醤油)
20 (水)	<ul style="list-style-type: none"> 人参ペースト 玉ねぎペースト 	<ul style="list-style-type: none"> 青のりごはん(ごはん、青のり粉、花かつお) 彩野菜炒め(人参、玉ねぎ、赤ピーマン、チンゲンサイ、醤油)
29 (金)	<ul style="list-style-type: none"> 人参ペースト じゃが芋ペースト 	<ul style="list-style-type: none"> ほうれん草とツナの煮物(ほうれん草、ツナ缶、人参、玉ねぎ) グリーンポテト(じゃが芋、青のり) みそ汁(人参、玉ねぎ、ねぎ、合わせ味噌、和風だし)
30 (土)	<ul style="list-style-type: none"> きゅうりペースト 人参ペースト 果物(お楽しみ) 	<ul style="list-style-type: none"> スパゲティナポリタン(スパゲティ、人参、玉ねぎ、ピーマン、トマト缶、ケチャップ) ポテトサラダ(じゃが芋、人参、きゅうり、ちりめんじゃこ、コーン) 果物(お楽しみ)

* 初期「おかゆペースト」、中期「おかゆ」、後期「軟飯」です

* 和風だしは「昆布だし」「かつおだし」を使用します