

令和4年度



離乳食予定献立表

幼保連携型認定こども園打瀬保育園

令和4年 6月 29日発行

日	曜	献立名(材料名)	おやつ(材料名)
1	金	お粥 スープ(チンゲン菜) 人参スティック パナナ 麻婆茄子(豚挽肉・人参・ピーマン・茄子・長葱) 蒸し南瓜	ツナとトマトのリゾット (ツナ・トマト・パセリ)
4	月	お粥 清まし汁(万能葱) 胡瓜スティック オレンジ 鶏肉のおろし煮(鶏挽肉・大根) 3色サラダ(人参・胡瓜・大根)	パンプキンサンド (食パン・南瓜)
5	火	お粥 味噌汁(茄子) ブロッコリースティック オレンジ 白身魚の野菜あんかけ(カラスガレイ・人参・玉葱・ブロッコリー・茄子)	パセリ粥(パセリ)
6	水	スープ(玉葱) 人参スティック パナナ ツナとコーンの冷やしうどん(うどん・ツナ・人参・コーン・アスパラ)	じゃこ粥 (じゃこ・青のり)
7	木	お粥 胡瓜スティック パナナ 彩り野菜のポトフ(豚挽肉・人参・玉葱・じゃが芋・ピーマン・コーン)	手作りゼリー (りんごジュース)
8	金	お粥 味噌汁(長葱) 人参スティック パナナ 豆腐と鶏肉の野菜あんかけ(豆腐・鶏挽肉・人参・キャベツ・ほうれん草)	パンプキンリゾット (南瓜)
11	月	お粥 スープ(白菜) 胡瓜スティック オレンジ 豚肉の味噌煮(豚挽肉) コールスローサラダ(人参・胡瓜・キャベツ・コーン)	南瓜のロールサンド (食パン・南瓜)
12	火	お粥 味噌汁(南瓜) 人参スティック オレンジ 白身魚の照り煮(カラスガレイ) 野菜ソテー風(人参・玉葱・キャベツ・ピーマン)	☆赤ちゃんせんべい
13	水	スープ(豆腐) 人参スティック パナナ あんかけうどん(うどん・豚挽肉・人参・キャベツ・ピーマン)	さつま芋甘煮(さつま芋)
14	木	スープ(パセリ) 胡瓜スティック すいか チキンとクリームコーンのリゾット(お粥・鶏挽肉・人参・キャベツ・小松菜)	人参粥(人参)
15	金	お粥 人参スティック 手作りゼリー(りんごジュース) パンプキンシチュー(鶏挽肉・人参・玉葱・じゃが芋・南瓜・ズッキーニ)	青菜粥(ほうれん草)
18	月	海の日	
19	火	お粥 清まし汁(わかめ) 人参スティック オレンジ 鮭のソテーラタトゥイユ風ソース(鮭・茄子・人参・玉葱・赤ピーマン・黄ピーマン)	☆赤ちゃんせんべい
20	水	スープ(パセリ) 胡瓜スティック オレンジ トマトの冷やしうどん(うどん・鶏挽肉・人参・胡瓜・トマト)	人参粥(人参)
21	木	お粥 味噌汁(玉葱) 人参スティック パナナ 豆腐と冬瓜のそぼろ煮(豆腐・豚挽肉・冬瓜・玉葱・いんげん)	マッシュポテト
22	金	お粥 スープ(冬瓜) 人参スティック オレンジ 鶏肉の西京煮(鶏挽肉) 野菜の蒸し煮(人参・白菜・ほうれん草)	ポテト粥 (じゃが芋・パセリ)
25	月	お粥 清まし汁(大根) 胡瓜スティック オレンジ 豆腐と豚肉の野菜煮(豚挽肉・豆腐・キャベツ・人参・大根)	ポテトサンド (食パン・じゃが芋)
26	火	お粥 味噌汁(豆腐) 人参スティック オレンジ 白身魚の照り煮(カラスガレイ) ほうれん草の白和え(豆腐・ほうれん草・人参)	パセリ粥(パセリ)
27	水	スープ(白菜) 人参スティック パナナ ツナとトマトの豆乳リゾット(お粥・ツナ・玉葱・ズッキーニ・トマト・豆乳・パセリ)	ずんだ粥(枝豆)
28	木	お粥 ミネストローネ(トマト・パセリ) パナナ 鶏ハンバーグ(鶏挽肉・豆腐) 南瓜サラダ(人参・胡瓜・南瓜)	☆赤ちゃんせんべい
29	金	お粥 スープ(いんげん) ブロッコリースティック パナナ 中華丼(豚挽肉・人参・玉葱・白菜・チンゲン菜)	トマトリゾット (トマト・パセリ)

* 材料の入荷状況などの都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

* 献立は、後期～完了期向けに作成してあります。

これをもとに、離乳食の進め方や食べることでできる食材などに応じて、個人別に対応しています。

* 野菜スティックは後期からです。手にもってかじる練習をしています。ご家庭でもお試してください。

☆ 印は市販品おやつ提供になります。おやつは後期からです。

