

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 9月 28日発行

日	曜	献立名(材料名)	おやつ(材料名)
3	月	お粥 味噌汁(白菜) 胡瓜スティック オレンジ 鶏肉のおろし煮(鶏挽肉・大根) じゃこサラダ(しらす・白菜・胡瓜・人参)	ポテトサンド (食パン・じゃが芋)
4	火	お粥 人参スティック オレンジ さつま芋と南瓜の豆乳シチュー(鶏挽肉・人参・さつま芋・南瓜・豆乳・パセリ)	わかめ粥(わかめ)
5	水	スープ(冬瓜) ブロッコリースティック パナナ ミートスパゲティ(スパゲティ・豚挽肉・人参・玉葱・ブロッコリー)	さつま芋粥(さつま芋)
6	木	お粥 味噌汁(ほうれん草) 人参スティック 柿 豚肉と野菜の中華あんかけ(豚挽肉・人参・もやし・チンゲン菜)	☆赤ちゃんせんべい
7	金	しらす粥(しらす) 人参スティック みかん 貝たくさん豚汁(豚挽肉・人参・大根・里芋・白菜・小松菜)	手作りゼリー (りんごジュース)
10	月	<b>スポーツの日</b>	
11	火	お粥 味噌汁(玉葱) 人参スティック オレンジ 白身魚の野菜あんかけ(カラスガレイ・人参・玉葱・小松菜)	青菜粥(小松菜)
12	水	スープ(かぶ) 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・玉葱・キャベツ・しいたけ・もやし)	南瓜の茶巾
13	木	お粥 清まし汁(白菜) 胡瓜スティック オレンジ 豆腐のそぼろあん(豆腐・鶏挽肉) コーンサラダ(人参・胡瓜・コーン・ブロッコリー)	☆赤ちゃんせんべい
14	金	お粥 スープ(もやし) 人参スティック オレンジ 肉じゃが(豚挽肉・人参・玉葱・じゃが芋・ほうれん草)	パンプキンリゾット (南瓜)
17	月	味噌汁(キャベツ) 胡瓜スティック オレンジ 鶏雑炊(お粥・鶏挽肉) 和風サラダ(キャベツ・胡瓜・わかめ・人参・コーン)	人参粥(人参)
18	火	お粥 清まし汁(わかめ) 人参スティック オレンジ 鮭の照り煮(めかじき) お浸し(人参・小松菜・白菜)	のり粥(刻みのり)
19	水	スープ(パセリ) 人参スティック 手作りゼリー(りんごジュース) 鮭とほうれん草のクリームうどん(うどん・鮭・人参・玉葱・ほうれん草・豆乳)	☆赤ちゃんせんべい
20	木	お粥 清まし汁(大根) 人参スティック りんご 麻婆豆腐風(豆腐・豚挽肉・人参・玉葱・しめじ・万能葱)	マッシュポテト (じゃが芋・青のり)
21	金	お粥 スープ(チンゲン菜) 人参スティック パナナ 豆腐のきのこあんかけ(豆腐・鶏挽肉・人参・玉葱・しめじ・えのき・しいたけ・チンゲン菜)	ずんだ粥(枝豆)
24	月	お粥 スープ(パセリ) 胡瓜スティック オレンジ 豚肉のケチャップ煮(豚挽肉) コールスローサラダ(人参・胡瓜・キャベツ)	ポテトサンド (食パン・じゃが芋)
25	火	お粥 味噌汁(長葱) 人参スティック オレンジ 鮭と野菜の和風煮(鮭・里芋・いんげん・人参・玉葱・しいたけ)	☆赤ちゃんせんべい
26	水	お粥 人参スティック パナナ スープ煮(豚挽肉・人参・玉葱・じゃが芋・キャベツ)	鶏雑炊(鶏挽肉)
27	木	お粥 スープ(白菜) 人参スティック パナナ 煮込みハンバーグ(豚挽肉・豆腐/人参・玉葱・ブロッコリー・トマト・パセリ)	さつま芋の茶巾
28	金	お粥 胡瓜スティック パナナ パンプキンシチュー(鶏挽肉・人参・玉葱・南瓜・しめじ・パセリ)	ツナリゾット (ツナ・パセリ)
31	月	お粥 スープ(パセリ) 胡瓜スティック オレンジ 豚肉と野菜の味噌煮込み(豚挽肉・人参・玉葱・白菜)	さつま芋のサンドイッチ (食パン・さつま芋)

\* 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の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。

☆ 印は市販品おやつを提供になります。おやつは後期からです。

