

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 10月 28日発行

日	曜	献立名 (材料名)	おやつ (材料名)
1	火	お粥 味噌汁 (長葱) 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・キャベツ・ほうれん草)	青菜粥 (春菊)
2	水	スープ (わかめ) 人参スティック バナナ 具沢山あんかけうどん (うどん・豚挽肉・人参・キャベツ・チンゲン菜・えのき)	きのこ雑炊 (しめじ)
3	木	<b>文化の日</b>	
4	金	スープ (パセリ) 胡瓜スティック りんご チキンとコーンのリゾット (お粥・鶏挽肉・クリームコーン・小松菜) サラダ (人参・胡瓜・キャベツ)	☆赤ちゃんせんべい
7	月	お粥 清まし汁 (わかめ) 人参スティック オレンジ 豆腐と野菜のそぼろ煮 (豆腐・人参・大根・小松菜・豚挽肉)	さつまいものサンドイッチ (食パン・さつまいも)
8	火	お粥 スープ (長葱) ブロッコリースティック オレンジ 和風ハンバーグ (鶏挽肉・豆腐/人参・ブロッコリー・白菜)	マッシュポテト (じゃが芋)
9	水	お粥 スープ (かぶ) 人参スティック バナナ 豆腐の五目煮 (豆腐・豚挽肉・人参・玉葱・もやし・しめじ)	さつまいも甘煮
10	木	お粥 味噌汁 (長葱) 人参スティック みかん 鮭の照り煮 (めかじき) 磯和え (人参・キャベツ・ほうれん草・刻みのり)	☆赤ちゃんせんべい
11	金	スープ (パセリ) 胡瓜スティック バナナ トマトリゾット (お粥・豚挽肉・人参・玉葱・トマト・パセリ) 3色サラダ (人参・胡瓜・大根)	きな粉粥 (きな粉)
14	月	お粥 スープ (玉葱・パセリ) 人参スティック オレンジ 鶏肉の風味煮 (鶏挽肉) 白菜のコールスローサラダ (人参・白菜・キャベツ)	ポテトサンド (食パン・じゃが芋)
15	火	お粥 清まし汁 (豆腐) 人参スティック オレンジ 白身魚のソテー風 (カラスガレイ) 野菜ソテー (人参・玉葱・キャベツ・ピーマン)	パセリ粥 (パセリ)
16	水	スープ (玉葱) 人参スティック バナナ 煮込みうどん (うどん・豚挽肉・人参・白菜・しめじ) 煮豆 (金時豆)	野菜リゾット (人参・玉葱・ピーマン)
17	木	お粥 味噌汁 (長葱) 人参スティック 手作りゼリー (りんごジュース) すき焼き風煮 (豚挽肉・人参・玉葱・しめじ・ほうれん草・刻みのり)	☆赤ちゃんせんべい
18	金	お粥 スープ (チンゲン菜) 人参スティック バナナ 八宝菜風 (豚挽肉・人参・玉葱・白菜・ピーマン)	南瓜の茶巾
21	月	お粥 清まし汁 (万能葱) 胡瓜スティック オレンジ 豚肉の味噌煮 (豚挽肉) 野菜の蒸し煮 (人参・胡瓜・キャベツ)	ツナリゾット (ツナ・パセリ)
22	火	オニオンスープ (玉葱・パセリ) 胡瓜スティック りんご 鮭の豆乳スパゲティ (スパゲティ・鮭・人参・玉葱・しめじ・豆乳・パセリ)	マッシュポテト (じゃが芋)
23	水	<b>勤労感謝の日</b>	
24	木	味噌汁 (小松菜) 人参スティック 柿 白身魚のリゾット (お粥・カラスガレイ・パセリ) 大豆と野菜のそぼろ煮 (豚挽肉・大豆・人参・小松菜)	☆赤ちゃんせんべい
25	金	お粥 ブロッコリースティック バナナ 鶏肉とトマトの豆乳シチュー (鶏挽肉・人参・玉葱・じゃが芋・しめじ・ブロッコリー・トマト・豆乳)	ポテトサンド (食パン・じゃが芋)
28	月	清まし汁 (長葱) 胡瓜スティック オレンジ 鶏雑炊 (お粥・鶏挽肉) 和風サラダ (人参・胡瓜・白菜・わかめ)	しらす粥 (しらす)
29	火	お粥 味噌汁 (長葱) 人参スティック オレンジ 鮭とさつまいもの和風煮 (鮭・人参・さつまいも・白菜・大根)	☆赤ちゃんせんべい
30	水	お粥 人参スティック 手作りゼリー (りんごジュース) 和風ポトフ (鶏挽肉・人参・玉葱・じゃが芋・ほうれん草)	煮込みうどん (うどん・長葱)

\* 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。

