

離乳食献立表

令和元年11月

アルタベビー保育園

日付	時間帯	離乳食12～18	離乳食9～11	離乳食7～8	離乳食5～6
1 15 29 (金)	午前おやつ	牛乳 菓子			
	昼食	ごはん レバーのトマト煮 はるさめサラダ みそ汁(じゃがいも・わかめ)	おかゆ 鶏団子のトマト煮(鶏挽肉・キャベツ・玉ねぎ) みそ汁(じゃがいも・わかめ)	おかゆ 鶏団子のトマト煮(鶏挽肉・キャベツ・玉ねぎ) みそ汁(じゃがいも・わかめ)	おかゆ 野菜のトマト煮(キャベツ・玉ねぎ)
	午後おやつ	牛乳 ゆかりおにぎり チーズ			
2 16 30 (土)	午前おやつ	牛乳 菓子			
	昼食	ミートソーススパゲティ バナナ お茶	野菜うどん(乾麺・玉ねぎ・人参) バナナ お茶	野菜うどん(乾麺・玉ねぎ・人参) バナナ お茶	野菜うどん(乾麺・玉ねぎ・人参) バナナ お茶
	午後おやつ	牛乳 菓子			
5 19 (火)	午前おやつ	牛乳 菓子			
	昼食	ごはん タンドリーチキン ひじきの煮物(にんじん) みそ汁(玉ねぎ・豆腐)	おかゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮(鶏肉・人参・玉ねぎ) みそ汁(豆腐)	おかゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮(鶏肉・人参・玉ねぎ) みそ汁(豆腐)	おかゆ 野菜のやわらか煮(人参・玉ねぎ)
	午後おやつ	牛乳 さつま芋とりんごの甘煮			
6 (水)	午前おやつ	牛乳 菓子			
	昼食	ごはん 厚揚げのみそ炒め じゃが芋とツナの煮物 すまし汁(キャベツ・油揚げ)	おかゆ じゃが芋とツナの煮物(ツナ・じゃが芋・人参) すまし汁(キャベツ)	おかゆ じゃが芋とツナの煮物(ツナ・じゃが芋・人参) すまし汁(キャベツ)	おかゆ 野菜のマッシュ(じゃが芋・人参)
	午後おやつ	牛乳 ブルーベリージャムサンド			
7 21 (木)	午前おやつ	牛乳 菓子			
	昼食	ごはん たらの揚げおろし煮 かぼちゃの甘煮 みそ汁(小松菜・焼き麴)	おかゆ たらと野菜の煮物(たら・大根・南瓜) みそ汁(小松菜・焼き麴)	おかゆ たらと野菜の煮物(たら・大根・南瓜) みそ汁(小松菜・焼き麴)	おかゆ 野菜の煮物(大根・南瓜)
	午後おやつ	牛乳 マカロニきな粉			
8 22 (金)	午前おやつ	牛乳 菓子			
	昼食	ごはん 根菜チキンカレー 大豆とひじきのサラダ お茶 パイン缶	おかゆ 鶏肉と根菜のシチュー(鶏肉・玉ねぎ・さつま芋) 野菜スープ(人参・大豆) お茶	おかゆ 鶏肉と根菜のシチュー(鶏肉・玉ねぎ・さつま芋) 野菜スープ(人参・大豆) お茶	おかゆ 野菜のミルク煮(玉ねぎ・さつま芋) お茶
	午後おやつ	牛乳 オレンジゼリー			

9 (土)	午前おやつ	牛乳 菓子			
	昼食	焼きそば バナナ 牛乳	野菜うどん(乾麺・豚肉・ キャベツ・玉ねぎ・人参) バナナ・お茶	野菜うどん(乾麺・豚肉・ キャベツ・玉ねぎ・人参) バナナ・お茶	野菜うどん(乾麺・キャベ ツ・玉ねぎ・人参) バナナ・お茶
	午後おやつ	牛乳 菓子			
11 25 (月)	午前おやつ	牛乳 菓子			
	昼食	ごはん ツナ入り卵焼き マカロニサラダ みそ汁(豆腐・わかめ・ねぎ)	おかゆ ツナとマカロニのミルク煮 (ツナ・人参・玉ねぎ・マカ ロニ) みそ汁(豆腐・わかめ)	おかゆ ツナとマカロニのミルク煮 (ツナ・人参・玉ねぎ・マカ ロニ) みそ汁(豆腐・わかめ)	おかゆ 野菜のミルク煮(人参・玉ねぎ)
	午後おやつ	コーンフレークミルク			
12 26 (火)	午前おやつ	牛乳 菓子			
	昼食	ごはん 肉豆腐(ひき肉) キャベツとちくわの和え物 かき玉汁(卵・白菜・人参)	おかゆ 豆腐のひき肉あんかけ (豚ひき肉・豆腐・人参) すまし汁(白菜・人参)	おかゆ 豆腐のひき肉あんかけ (豚ひき肉・豆腐・人参) すまし汁(白菜・人参)	おかゆ 豆腐と野菜の煮物(豆腐・人参)
	午後おやつ	牛乳 りんご チーズ			
13 27 (水)	午前おやつ	牛乳 菓子			
	昼食	ごはん 酢鶏 ほうれん草のおかか和え わかめスープ(コーン)	おかゆ 鶏肉と野菜の煮物(鶏肉・玉ねぎ・人参) わかめスープ(わかめ・人参)	おかゆ 鶏肉と野菜の煮物(鶏肉・玉ねぎ・人参) わかめスープ(わかめ・人参)	おかゆ 野菜の煮物(玉ねぎ・人参)
	午後おやつ	牛乳 フレンチトースト			
14 28 (木)	午前おやつ	牛乳 菓子			
	昼食	ごはん さけの酒蒸し もやしのごま酢あえ 豚汁(豚肉・生揚げ・白菜・人参・ねぎ)	おかゆ さけの野菜あんかけ(鮭・ 玉ねぎ・人参) みそ汁(白菜・人参)	おかゆ さけの野菜あんかけ(鮭・ 玉ねぎ・人参) みそ汁(白菜・人参)	おかゆ 野菜のマッシュ(玉ねぎ・人参)
	午後おやつ	牛乳 フライドポテト			
18(月)	午前おやつ	牛乳 菓子			
	昼食	ごはん スペイン風オムレツ 切干し大根のサラダ みそ汁(玉ねぎ・わかめ)	おかゆ 野菜のトマト煮(じゃが 芋・玉ねぎ・トマト) みそ汁(玉ねぎ・わかめ)	おかゆ 野菜のトマト煮(じゃが 芋・玉ねぎ・トマト) みそ汁(玉ねぎ・わかめ)	おかゆ 野菜のトマト煮(じゃが 芋・玉ねぎ・トマト)
	午後おやつ	お茶 ヨーグルトあえ(バナナ)			
20(水)	午前おやつ	牛乳 菓子			
	昼食	ごはん ポテトグラタン キャベツのツナレーズンサラダ 野菜スープ りんご	おかゆ じゃが芋のミルク煮(豚ひ き肉・じゃが芋・ブロッコ 野菜スープ りんご	おかゆ じゃが芋のミルク煮(豚ひ き肉・じゃが芋・ブロッコ 野菜スープ りんご	おかゆ じゃが芋のミルク煮(じゃ が芋・ブロッコリー) りんご
	午後おやつ	牛乳 バナナパンケーキ			