

2020年度9月離乳食予定献立表 戸塚愛児園

| 日付 | 中期(7~8ヶ月頃・もぐもぐ期) | 後期(9~11ヶ月頃・かみかみ期) | 完了期(12~18ヶ月頃・ばくばく期) | 軽食(完了期) |
|-----|----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|-------------|
| 01火 | パン粥 鶏肉のりんごソースかけ 大根のサラダ 青梗菜と玉ねぎのスープ 野菜雑炊(みそ味) | 食パン 鶏肉のりんごソースかけ 大根のサラダ 青梗菜と玉ねぎのスープ 野菜雑炊(みそ味) 茹でかぼちゃ トマト | ロールパン 鶏肉のマーマレード焼き 大根とかにかまのサラダ 青梗菜と玉ねぎのスープ 野菜雑炊(みそ味) 牛乳 | 青のりおにぎり |
| 02水 | 全粥 鯉の煮付け 温野菜 なすの味噌汁 コーンクリームパン粥 | 軟飯 鯉の照り焼き 野菜炒め風 なすの味噌汁 コーンクリームトースト さつま芋スティック きのこのスープ | ごはん 鯉のかば焼き 野菜炒め なすとなめこの味噌汁 コーンクリームトースト 牛乳 | バナナ |
| 03木 | 全粥 チャンプル 茹でかぼちゃ もやしの味噌汁 にゅうめん | 軟飯 チャンプル 茹でかぼちゃ もやしの味噌汁 にゅうめん かぶのくず煮 バナナ | ごはん チャンプル かぼちゃのオープン焼き もやしの味噌汁 デラウエア にゅうめん 牛乳 | おかかおにぎり |
| 04金 | 全粥 鶏肉の味噌煮 小松菜と人参のお浸し のっぺい汁風 じゃが芋のお焼き(あんかけ) | 軟飯 鶏肉の味噌煮 小松菜と人参のおかか和え のっぺい汁風 じゃが芋のお焼き 茹で白菜 隠元の味噌汁 | ごはん 味噌漬け豚肉のソテー 小松菜と人参のおかか和え のっぺい汁 じゃが芋のお焼き 牛乳 | ごま塩おにぎり |
| 05土 | 全粥 マーボー春雨 かぶの浅漬け キャベツの味噌汁 さつま芋おじや | マーボー春雨丼 かぶの浅漬け キャベツの味噌汁 さつま芋おじや 牛乳 | マーボー春雨丼 かぶの浅漬け キャベツの味噌汁 さつま芋おじや 牛乳 | / |
| 07月 | 全粥 豆腐の野菜あんかけ 切干大根の煮物 お麩と玉ねぎの味噌汁 人参おじや | 軟飯 豆腐の野菜あんかけ 切干大根の煮物 お麩と玉ねぎの味噌汁 人参おにぎり 茹でほうれん草 もやしの味噌汁 | ごはん 豆腐の千草あんかけ 切干大根の胡麻酢和え お麩と万能ねぎの味噌汁 人参おにぎり 牛乳 | バナナ |
| 08火 | 全粥 鯉のコーンクリーム煮 茹でさつま芋 わかめのスープ トマトリゾット | 軟飯 鯉のコーンクリーム煮 茹でさつま芋 わかめのスープ トマトリゾット 花型大根 りんご | ごはん 回鍋肉 さつま芋の甘煮 わかめと卵のスープ トマトリゾット 牛乳 | 人参おにぎり |
| 09水 | 全粥 鶏肉のチーズ煮 ブロッコリーのサラダ なすの味噌汁 かぼちゃのお焼き(あんかけ) | 軟飯 鶏肉のチーズ焼き ブロッコリーのサラダ なすの味噌汁 かぼちゃのお焼き 茹でキャベツ えのきの味噌汁 | ごはん 鶏肉の生姜焼き 三色サラダ なすとえのきの味噌汁 かぼちゃのお焼き 牛乳 | 塩昆布おにぎり |
| 10木 | 煮込みうどん ポテトサラダ 高野豆腐の煮物 鶏そぼろおじや | 煮込みうどん ポテトサラダ 高野豆腐の煮物 鶏そぼろ軟飯 お麩の煮物 白菜の味噌汁 | 五目うどん ポテトサラダ バナナ 鶏そぼろ軟飯 牛乳 | ツナケチャップおにぎり |
| 11金 | 全粥 鯉の煮付け ほうれん草と人参のお浸し かぼちゃの味噌汁 さつま芋パン粥 | 軟飯 鯉のムニエル ほうれん草と人参のお浸し かぼちゃの味噌汁 さつま芋サンド ヨーグルト オニオンスープ | ごはん 鯉のムニエル ほうれん草の納豆和え かぼちゃの味噌汁 さつま芋サンド 牛乳 | 青のりおにぎり |
| 12土 | 全粥 鶏肉と野菜のあんかけ 大根のサラダ じゃが芋とわかめの味噌汁 チーズリゾット | 鶏肉と野菜のあんかけ丼 大根のサラダ じゃが芋とわかめの味噌汁 チーズリゾット | 豚丼 大根の中華和え じゃが芋とわかめの味噌汁 チーズリゾット 牛乳 | / |
| 14月 | ピラフ風おじや 鶏肉のホワイトソースかけ 春雨サラダ コーンクリームスープ バナナパン粥 | ピラフ風 鶏肉のホワイトソースかけ 春雨サラダ コーンクリームスープ バナナ蒸しパン 巨峰 豆腐と隠元のスープ | カレーピラフ 鶏肉の竜田揚げ 春雨サラダ コーンスープ バナナ蒸しパン 巨峰 牛乳 | おかかおにぎり |

| 日付 | 中期(7~8ヶ月頃・もぐもぐ期) | 後期(9~11ヶ月頃・かみかみ期) | 完了期(12~18ヶ月頃・ばくばく期) | 軽食(完了期) |
|-----|-------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|----------|
| 15火 | 全粥 鯉のみぞれかけ かぶの和え物 キャベツと玉ねぎの味噌汁 煮込みうどん | 軟飯 鯉のみぞれかけ かぶの和え物 キャベツと玉ねぎの味噌汁 煮込みうどん 茹でブロッコリー じゃが芋スティック | ごはん 鯉のパーベキューソース かぶの塩昆布あえ 油揚げとしめじの味噌汁 煮込みうどん 牛乳 | ごま塩おにぎり |
| 16水 | パン粥 鶏肉と野菜のトマト煮込み もやしときゅうりのサラダ 豆腐と隠元のスープ わかめおじや | 食パン 鶏肉と野菜のトマト煮込み もやしときゅうりのサラダ 豆腐と隠元のスープ わかめおにぎり 星型人参 大根の味噌汁 | コッペパン ラタトゥイユ もやしときゅうりのサラダ 豆腐とねぎのスープ わかめおにぎり 牛乳 | バナナ |
| 17木 | 全粥 鶏肉の磯辺煮 おからサラダ お麩と小松菜の味噌汁 りんごパン粥 | 軟飯 鶏肉の磯辺焼き おからサラダ お麩と小松菜の味噌汁 りんごトースト 茹でかぼちゃ わかめのスープ | ごはん 鶏肉の磯辺焼き おからサラダ お麩と小松菜の味噌汁 りんごトースト 牛乳 | 人参おにぎり |
| 18金 | 全粥 和風ハンバーグ 源平煮 さつま芋と玉ねぎの味噌汁 ひじきおじや | 軟飯 和風ミートローフ 源平煮 さつま芋と玉ねぎの味噌汁 ひじき軟飯 高野豆腐の煮物 もやしの味噌汁 | ごはん 和風ミートローフ きんぴらごぼう さつま芋とねぎの味噌汁 ひじき軟飯 牛乳 | 青のりおにぎり |
| 19土 | チャーハン風おじや マカロニサラダ 青梗菜のスープ かぼちゃおじや | チャーハン風 マカロニサラダ 青梗菜のスープ かぼちゃおじや | チャーハン マカロニサラダ 青梗菜とコーンのスープ かぼちゃおじや 牛乳 | / |
| 23水 | 全粥 鶏肉の照り焼き ほうれん草の白和え わかめと玉ねぎの味噌汁 さつま芋のお焼き(あんかけ) | 軟飯 鶏肉の照り焼き ほうれん草の白和え わかめと玉ねぎの味噌汁 さつま芋のお焼き なすの煮浸し 春雨スープ | ごはん 豚肉の梅肉焼き ほうれん草の白和え わかめと玉ねぎの味噌汁 さつま芋のお焼き 牛乳 | おかかおにぎり |
| 24木 | 全粥 鯉の味噌煮 大根と人参の和え物 お麩のすまし汁 スープマカロニ | 軟飯 鯉の味噌煮 大根と人参の和え物 お麩のすまし汁 スープマカロニ 粉吹き芋 バナナ | ごはん 鯉と玉ねぎの白味噌煮 大根と人参の甘酢和え きのこ汁 スープマカロニ 牛乳 | ひじきおにぎり |
| 25金 | 全粥 肉豆腐 キャベツと人参の和え物 かぶの味噌汁 きな粉おじや | 軟飯 肉豆腐 キャベツの胡麻和え かぶの味噌汁 きな粉おはぎ きゅうりスティック かぼちゃの味噌汁 | ごはん 肉豆腐 キャベツの胡麻ネーズ和え かぶの味噌汁 りんご きな粉おはぎ 牛乳 | ふかし芋 |
| 26土 | 全粥 クリームシチュー 温野菜 ほうれん草と玉ねぎのスープ 野菜おじや 牛乳 | 軟飯 クリームシチュー 野菜スティック ほうれん草と玉ねぎのスープ 野菜おじや | ごはん クリームシチュー 野菜スティック ほうれん草と玉ねぎのスープ 野菜おじや 牛乳 | / |
| 28月 | 全粥 鶏ささみとかぶのトロトロ煮 もやしときゅうりの和え物 五目味噌汁 コーンクリームパン粥 | 軟飯 鶏ささみとかぶのトロトロ煮 もやしときゅうりの和え物 五目味噌汁 コーンクリームトースト りんご キャベツのスープ | ごはん 親子煮 もやしときゅうりの塩昆布和え 五目味噌汁 コーンクリームトースト 牛乳 | 和風ツナおにぎり |
| 29火 | 煮込みうどん(トマト味) 温野菜 なすの煮浸し しらすおじや | 煮込みうどん(トマト味) 温野菜 なすの煮浸し しらすおにぎり お麩の煮物 小松菜の味噌汁 | マカロニイタリアン 温野菜 小松菜と玉ねぎのスープ しらすおにぎり 牛乳 | バナナ |
| 30水 | 全粥 マーボー豆腐 かぶの煮物 白菜の味噌汁 スイートポテト(あんかけ) | 軟飯 マーボー豆腐 かぶの煮物 白菜の味噌汁 スイートポテト 茹でほうれん草 もやしのスープ | ごはん マーボー豆腐 かぶのあちら漬け 白菜の味噌汁 スイートポテト 牛乳 | 塩昆布おにぎり |