

2021年度 5月 離乳食 予定献立表

戸塚愛児園

| 日付 | 初期(5~6ヶ月頃) | 中期(7~8ヶ月頃) | 後期(9~11ヶ月頃) | 完了期(12~18ヶ月頃) | 軽食(完了期) |
|-----|--|---|--|--|----------|
| 01土 | つぶし粥 高野豆腐のペースト キャベツのペースト かぼちゃのペースト 味噌汁の上澄み | 全粥 マーボー春雨 キャベツの浅漬け かぼちゃの味噌汁 さつま芋おじや | マーボー春雨丼 キャベツの浅漬け かぼちゃの味噌汁 さつま芋おじや | マーボー春雨丼 キャベツの塩昆布和え かぼちゃの味噌汁 さつま芋おじや 牛乳 | / |
| 06木 | つぶし粥 豆腐のペースト トマトペースト 白菜ペースト 味噌汁の上澄み | 全粥 豆腐のトマトあんかけ ブロッコリーとアスパラのサラダ 白菜の味噌汁 人参おじや | 軟飯 豆腐のトマトあんかけ ブロッコリーとアスパラのサラダ 白菜の味噌汁 人参おにぎり 茹でほうれん草 かぼちゃの味噌汁 | マカロニミートソース ブロッコリーとアスパラのサラダ 白菜のスープ 人参おにぎり 牛乳 | 青のりおにぎり |
| 07金 | つぶし粥 高野豆腐のペースト じゃが芋のペースト 人参のペースト 味噌汁の上澄み | 全粥 肉じゃが 源平煮 わかめと玉ねぎの味噌汁 野菜雑炊 | 軟飯 肉じゃが 源平煮 わかめと玉ねぎの味噌汁 野菜雑炊 りんご 茹でキャベツ | カレーライス ごぼうのサラダ わかめと玉ねぎのスープ 野菜雑炊 牛乳 | 和風ツナおにぎり |
| 08土 | つぶし粥 高野豆腐のペースト 大根のペースト ほうれん草のペースト すまし汁 | チャーハン風おじや 大根サラダ ほうれん草と玉ねぎのスープ じゃが芋と人参のおじや | チャーハン風 大根サラダ ほうれん草と玉ねぎのスープ じゃが芋と人参のおじや | チャーハン 大根サラダ ほうれん草と玉ねぎのスープ じゃが芋と人参のおじや 牛乳 | / |
| 10月 | つぶし粥 豆腐のペースト かぼちゃのペースト キャベツのペースト 味噌汁の上澄み | 全粥 豆腐の野菜あんかけ 茹でかぼちゃ キャベツの味噌汁 さつま芋のお焼き(あんかけ) | 軟飯 豆腐の野菜あんかけ 茹でかぼちゃ キャベツの味噌汁 さつま芋のお焼き 茹で小松菜 しめじの味噌汁 | ごはん 豆腐の千草あんかけ かぼちゃの甘煮 えのきとねぎの味噌汁 さつま芋のお焼き 牛乳 | おかかおにぎり |
| 11火 | つぶし粥 高野豆腐のペースト きゅうりのペースト 玉ねぎのペースト すまし汁 | 全粥 鶏肉の照り煮 グリーンサラダ コーンクリームスープ わかめおじや | 軟飯 鶏肉の照り焼き グリーンサラダ コーンスープ わかめおにぎり 粉吹き芋 白菜の味噌汁 | コッペパン タンドリーチキン グリーンサラダ コーンスープ わかめおにぎり 牛乳 | 青のりおにぎり |
| 12水 | つぶし粥 豆腐のペースト 人参のペースト さつま芋のペースト 味噌汁の上澄み | 全粥 豆腐のそぼろあんかけ 切干大根の煮物 さつま芋の味噌汁 しらす雑炊 | 軟飯 豆腐のそぼろあんかけ 切干大根の煮物 さつま芋の味噌汁 しらす雑炊 りんご きゅうりスティック | ごはん そら豆のかき揚げ 切干大根の旨煮 油揚げと玉ねぎの味噌汁 しらす雑炊 牛乳 | バナナ |
| 13木 | つぶし粥 鱈のペースト 白菜のペースト 小松菜のペースト 味噌汁の上澄み | 全粥 鱈の煮付け 白菜と小松菜の浅漬け わかめと玉ねぎの味噌汁 マッシュポテト(あんかけ) | 軟飯 鱈の煮付け 白菜と小松菜の浅漬け わかめと玉ねぎの味噌汁 スイートポテト 茹でブロッコリー えのきのスープ | ごはん 鱈の煮付け 白菜と小松菜の浅漬け お麩と万能ねぎの味噌汁 清見オレンジ スイートポテト 牛乳 | 人参おにぎり |
| 14金 | つぶし粥 高野豆腐のペースト トマトのペースト じゃが芋のペースト すまし汁 | 全粥 鶏肉のトマト煮 ポテトサラダ 青梗菜と玉ねぎのスープ 鶏そぼろおじや | 軟飯 鶏肉のトマト煮 ポテトサラダ 青梗菜と玉ねぎのスープ 鶏そぼろ軟飯 茹でキャベツ 隠元の味噌汁 | ソース焼きうどん ポテトサラダ スナックえんどう 青梗菜と玉ねぎのスープ 鶏そぼろ軟飯 牛乳 | おかかおにぎり |
| 15土 | つぶし粥 高野豆腐のペースト 人参のペースト きゅうりのペースト すまし汁 | チキンライス風おじや にんじんときゅうりのサラダ じゃが芋のスープ かぼちゃおじや | チキンライス風 キュービックサラダ じゃが芋のスープ かぼちゃおじや | チキンライス キュービックサラダ じゃが芋のスープ かぼちゃおじや 牛乳 | / |
| 17月 | つぶし粥 鰯のペースト 大根のペースト 人参のペースト すまし汁 | 全粥 鰯の味噌煮 源平煮 豆腐と玉ねぎのすまし汁 さつま芋のミルク煮 | 軟飯 鰯の味噌煮 源平煮 豆腐と玉ねぎのすまし汁 さつま芋のミルク煮 バナナ 茹でほうれん草 | ごはん 鰯の味噌煮 きんぴらごぼう 豆腐とねぎのすまし汁 さつま芋のミルク煮 牛乳 | 塩昆布おにぎり |
| 18火 | つぶし粥 高野豆腐のペースト きゅうりのペースト 玉ねぎのペースト 味噌汁の上澄み | 全粥 鶏肉の照り煮 大根と人参のサラダ なすと玉ねぎの味噌汁 きな粉おじや | 軟飯 鶏肉の照り焼き 大根と人参のサラダ なすと玉ねぎの味噌汁 きな粉おはぎ 茹で白菜 わかめの味噌汁 | ごはん 鶏肉の照り焼き 大根とかにかまのサラダ なすと玉ねぎの味噌汁 きな粉おはぎ 牛乳 | ふかし芋 |

| 日付 | 初期(5~6ヶ月頃) | 中期(7~8ヶ月頃) | 後期(9~11ヶ月頃) | 完了期(12~18ヶ月頃) | 軽食(完了期) |
|-----|--|--|--|--|-------------|
| 19水 | つぶし粥 鱈のペースト キャベツのペースト かぼちゃのペースト 味噌汁の上澄み | 全粥 鱈のトマト煮 キャベツの浅漬け かぼちゃの味噌汁 じゃが芋のお焼き(あんかけ) | 軟飯 鱈のトマト煮 キャベツの浅漬け かぼちゃの味噌汁 じゃが芋のお焼き 茹で人参 豆腐の味噌汁 | ごはん 鱈のケチャップ和え キャベツの浅漬け なめこの味噌汁 じゃが芋のお焼き 牛乳 | ひじきおにぎり |
| 20木 | つぶし粥 豆腐のペースト 人参のペースト 玉ねぎのペースト すまし汁 | 全粥 マーボー豆腐 春雨サラダ もやしのスープ 人参おじや | 軟飯 マーボー豆腐 春雨サラダ もやしのスープ 人参軟飯 茹でさつま芋 小松菜の味噌汁 | ごはん マーボー豆腐 バンサンスー 中華スープ 人参軟飯 牛乳 | バナナ |
| 21金 | つぶし粥 高野豆腐のペースト かぶのペースト ほうれん草のペースト すまし汁 | 全粥 鶏ささみとかぶのトロトロ煮 ほうれん草のサラダ オニオンスープ 混ぜ軟飯 高野豆腐の煮物 キャベツの味噌汁 | 軟飯 鶏ささみとかぶのトロトロ煮 ほうれん草のサラダ オニオンスープ 混ぜ軟飯 高野豆腐の煮物 キャベツの味噌汁 | ロールパン チーズハンバーグ ほうれん草のサラダ オニオンスープ バナナ 混ぜ軟飯 牛乳 | おかかおにぎり |
| 22土 | つぶし粥 豆腐のペースト じゃが芋のペースト 玉ねぎのペースト 味噌汁の上澄み | 全粥 すき焼き丼 ブロッコリーのサラダ じゃが芋と玉ねぎの味噌汁 野菜おじや | すき焼き丼 ブロッコリーのサラダ じゃが芋と玉ねぎの味噌汁 野菜おじや | すき焼き丼 三色サラダ じゃが芋と玉ねぎの味噌汁 野菜おじや 牛乳 | / |
| 24月 | つぶし粥 高野豆腐のペースト キャベツのペースト さつま芋のペースト すまし汁 | ピラフ風おじや 鶏肉のりんごソースかけ キャベツのサラダ さつま芋のスープ 鶏そぼろおじや | ピラフ風 鶏肉のりんごソースかけ キャベツのサラダ さつま芋のスープ 鶏そぼろ軟飯 バナナ もやしの味噌汁 | ピラフ 鶏肉のカレー揚げ コールスローサラダ さつま芋のスープ 鶏そぼろ軟飯 牛乳 | ツナケチャップおにぎり |
| 25火 | つぶし粥 鰯のペースト 大根のペースト 小松菜のペースト 味噌汁の上澄み | 全粥 鰯のみぞれかけ 小松菜と人参のお浸し なすの味噌汁 じゃが芋のトマト和え | 軟飯 鰯のみぞれかけ 小松菜と人参のお浸し なすの味噌汁 じゃが芋のトマト和え きゅうりスティック 春雨スープ | ごはん 鰯の塩焼き 小松菜と人参のおかか和え 大根の味噌汁 じゃが芋のトマト和え 牛乳 | 青のりおにぎり |
| 26水 | つぶし粥 豆腐のペースト かぼちゃのペースト 白菜のペースト 味噌汁の上澄み | 全粥 豆腐のそぼろあんかけ 温野菜 白菜の味噌汁 ひじき軟飯 ひじきおじや | 軟飯 豆腐のそぼろあんかけ 温野菜 白菜の味噌汁 ひじき軟飯 茹でほうれん草 かぶの味噌汁 | 五目うどん 温野菜 甘夏 ひじき軟飯 牛乳 | ごま塩おにぎり |
| 27木 | つぶし粥 鰯のペースト 人参のペースト キャベツのペースト 味噌汁の上澄み | 全粥 鰯の煮付け 高野豆腐の煮物 キャベツの味噌汁 さつま芋のお焼き(あんかけ) | 軟飯 鰯の煮付け 高野豆腐の煮物 キャベツの味噌汁 さつま芋のお焼き なすの煮浸し きのこの味噌汁 | ごはん 鰯のマヨネーズ焼き うの花炒り煮 キャベツの味噌汁 さつま芋のお焼き 牛乳 | バナナ |
| 28金 | つぶし粥 豆腐のペースト きゅうりのペースト 大根のペースト すまし汁 | 全粥 鶏肉の味噌照り煮 きゅうりとわかめの和え物 人参と大根のすまし汁 しらすおじや | 軟飯 鶏肉の味噌照り煮 きゅうりとわかめの和え物 人参と大根のすまし汁 しらすおにぎり 茹でかぼちゃ 小松菜の味噌汁 | ごはん 味噌カツ きゅうりとわかめの酢の物 卵と人参のすまし汁 しらすおにぎり 牛乳 | おかかおにぎり |
| 29土 | つぶし粥 高野豆腐のペースト じゃが芋のペースト ほうれん草のペースト すまし汁 | 全粥 ハヤシチュー風 ほうれん草ともやしの和え物 かぶのスープ 人参おじや | 軟飯 ハヤシチュー風 ほうれん草ともやしの和え物 かぶのスープ 人参おじや | ごはん ほうれん草ともやしのナムル かぶのスープ 人参おじや 牛乳 | / |
| 31月 | つぶし粥 鰯のペースト キャベツのペースト 玉ねぎのペースト 味噌汁の上澄み | 全粥 鰯の磯辺煮 キャベツの和え物 豆腐と玉ねぎの味噌汁 トマトリゾット | 軟飯 鰯の磯辺焼き キャベツの和え物 豆腐と玉ねぎの味噌汁 トマトリゾット りんご さつま芋スティック | ごはん 鰯の磯辺焼き キャベツの塩昆布和え きのこの味噌汁 トマトリゾット 牛乳 | 人参おにぎり |