

2021年度10月離乳食

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金	つぶし粥 鱈のペースト 小松菜のペースト 玉ねぎのペースト すまし汁	全粥 鱈の味噌煮 高野豆腐の煮物 小松菜と玉ねぎのすまし汁 マッシュポテト(あんかけ)	軟飯 鮭の西京焼き 高野豆腐の煮物 小松菜と玉ねぎのすまし汁 じゃがバター 茹で白菜 隠元の味噌汁	ごはん 鱈の西京焼き がんもどきの煮物 小松菜と玉ねぎのすまし汁 じゃがバター 牛乳	バナナ
02土	つぶし粥 お麩のペースト 人参のペースト キャベツのペースト すまし汁	チャーハン風おじや 三色サラダ キャベツのスープ かぼちゃおじや	チャーハン風 キュービックサラダ キャベツのスープ かぼちゃおじや	ツナチャーハン キュービックサラダ キャベツのスープ かぼちゃおじや 牛乳	
04月	つぶし粥 高野豆腐のペースト かぼちゃのペースト 大根のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鶏肉のコンクリーム煮 茹でかぼちゃ 大根の味噌汁 スープマカロニ	軟飯 鶏肉のコンクリーム焼き 茹でかぼちゃ 大根の味噌汁 スープマカロニ りんご 茹でブロッコリー	ごはん 鶏肉のコンフ레이크焼き かぼちゃの甘煮 大根の味噌汁 スープマカロニ 牛乳	ひじきごはん
05火	つぶし粥 豆腐のペースト かぶのペースト きゅうりのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 豆腐の野菜あんかけ かぶの浅漬け わかめの味噌汁 マッシュスイートポテト(あんかけ)	軟飯 豆腐の野菜あんかけ かぶの浅漬け わかめの味噌汁 焼き芋 なすの煮浸し しめじの味噌汁	ごはん 納豆のかき揚げ かぶの塩昆布あえ なめこの味噌汁 焼き芋 牛乳	ツナマヨごはん
06水	パン粥 お麩のペースト トマトのペースト じゃが芋のペースト すまし汁	パン粥 鶏肉のトマト煮 ブロッコリーのサラダ じゃが芋のスープ 青のりおじや	食パン 鶏肉のトマト煮 ブロッコリーのサラダ じゃが芋のスープ 青のりおにぎり 高野豆腐の煮物 もやしの味噌汁	パンズパン えのきハンバーグ 三色サラダ じゃが芋のスープ 青のりおにぎり 牛乳	バナナ
07木	つぶし粥 鱈のペースト 白菜のペースト 玉ねぎのペースト すまし汁	全粥 鱈の味噌煮 白菜ときゅうりの和え物 お麩のすまし汁 かぼちゃパン粥	軟飯 鱈の味噌煮 白菜ときゅうりの和え物 お麩のすまし汁 かぼちゃサンド ヨーグルト 隠元とえのきのスープ	ごはん 鱈の味噌煮 白菜ときゅうりの甘酢和え お麩とねぎのすまし汁 梨 かぼちゃサンド 牛乳	青のりごはん
08金	つぶし粥 豆腐のペースト 大根のペースト 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 源平煮 さつま芋と玉ねぎの味噌汁 野菜雑炊	軟飯 豆腐のそぼろあんかけ 源平煮 さつま芋と玉ねぎの味噌汁 野菜雑炊 茹でキャベツ じゃが芋スティック	ごはん 豆腐の肉味噌のせ スイートポテトサラダ なすとわかめの味噌汁(非常食) 野菜雑炊 牛乳	おかかごはん
09土	つぶし粥 豆腐のペースト かぶのペースト かぼちゃのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 すき焼き風煮 かぶの浅漬け かぼちゃの味噌汁 人参おじや	すき焼き丼 かぶの浅漬け かぼちゃの味噌汁 人参おじや 牛乳		
11月	つぶし粥 鰯のペースト 人参のペースト 玉ねぎのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鰯の煮付け うの花炒り煮風 根菜の味噌汁 スイートポテト(あんかけ)	軟飯 鰯の煮付け うの花炒り煮風 根菜の味噌汁 スイートポテト きゅうりスティック コンクリームスープ	ごはん 鰯の塩焼き うの花炒り煮 豚汁 バナナ スイートポテト 牛乳	青のりごはん
12火	つぶし粥 お麩のペースト じゃが芋のペースト キャベツのペースト すまし汁	全粥 ハヤシチュー風 キャベツのサラダ 春雨スープ チーズリゾット	ハヤシライス風 キャベツのサラダ 春雨スープ チーズリゾット 茹でブロッコリー お麩の煮物	ハヤシライス コールスローサラダ 春雨スープ チーズリゾット 牛乳	おかかごはん
13水	つぶし粥 高野豆腐のペースト きゅうりのペースト 白菜のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鶏肉のごま照り煮 切干大根のサラダ 白菜の味噌汁 バナナトースト	軟飯 鶏肉のごま照り焼き 切干大根のサラダ 白菜の味噌汁 バナナトースト 茹でかぼちゃ わかめのスープ	ごはん 鶏肉のごま照り焼き 切干大根のサラダ 白菜の味噌汁 バナナトースト 牛乳	塩昆布ごはん
14木	つぶし粥 豆腐のペースト 人参のペースト 大根のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 炒り豆腐風 源平煮 もやしの味噌汁 じゃが芋のお焼き(あんかけ)	軟飯 炒り豆腐風 源平煮 もやしの味噌汁 じゃが芋のお焼き 茹でほうれん草 かぶの味噌汁	ごはん 豆腐の真砂揚げ きんぴらごぼう もやしの味噌汁 じゃが芋のお焼き 牛乳	コーンマヨごはん

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)
16土	つぶし粥 お麩のペースト じゃが芋のペースト かぶのペースト すまし汁	全粥 マーボーなす 温野菜 かぶのスープ 野菜おじや	マーボーなす丼 温野菜 かぶのスープ 野菜おじや	マーボーなす丼 温野菜 かぶとしめじのスープ 野菜おじや 牛乳	
18月	つぶし粥 豆腐のペースト 小松菜のペースト かぼちゃのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 肉豆腐風 小松菜と人参の和え物 大根とかぼちゃの味噌汁 にゅうめん	軟飯 肉豆腐風 小松菜と人参の和え物 大根とかぼちゃの味噌汁 にゅうめん かぶのくず煮 さつま芋スティック	ごはん 肉豆腐 小松菜と人参の甘酢和え 大根とかぼちゃの味噌汁 にゅうめん 牛乳	青のりごはん
19火	うどん粥 高野豆腐のペースト 白菜のペースト きゅうりのペースト すまし汁	味噌煮込みうどん 人参ときゅうりのサラダ 高野豆腐の煮物 ひじきおじや	味噌煮込みうどん キュービックサラダ 高野豆腐の煮物 ひじき軟飯 りんご なすの味噌汁	あんかけ焼うどん キュービックサラダ オニオンスープ りんご ひじき軟飯 牛乳	ごま塩ごはん
20水	つぶし粥 お麩のペースト 大根のペースト 人参のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鶏肉のチーズ煮 大根サラダ お麩の味噌汁 かぼちゃのお焼き(あんかけ)	軟飯 鶏肉のチーズ焼き 大根サラダ お麩の味噌汁 かぼちゃのお焼き 茹でほうれん草 もやしの味噌汁	ごはん 鶏肉のチーズ焼き 中華風大根サラダ お麩と油揚げの味噌汁 かぼちゃのお焼き 牛乳	おかかごはん
21木	つぶし粥 豆腐のペースト キャベツのペースト じゃが芋のペースト すまし汁	全粥 豆腐の野菜あんかけ ポテトサラダ 青梗菜のスープ 人参おじや	軟飯 豆腐の野菜あんかけ ポテトサラダ 青梗菜のスープ 人参おにぎり 茹でキャベツ かぶの味噌汁	ごはん 回鍋肉 ポテトサラダ 青梗菜とコーンのスープ 人参おにぎり 牛乳	バナナ
22金	つぶし粥 鯛のペースト きゅうりのペースト 玉ねぎのペースト 味噌汁の上澄み	混ぜおじや 鯛の磯辺煮 もやしときゅうりの和え物 わかめと玉ねぎの味噌汁 さつま芋パン粥	混ぜ軟飯 鯛の磯辺焼き もやしときゅうりの和え物 わかめと玉ねぎの味噌汁 さつま芋サンド 茹で人参 豆腐のスープ	中華風おこわ 秋刀魚の蒲焼き もやしときゅうりの和え物 わかめと玉ねぎの味噌汁 さつま芋サンド 牛乳	青のりごはん
23土	つぶし粥 高野豆腐のペースト 人参のペースト キャベツのペースト すまし汁	チキンライス風おじや グリーンサラダ 春雨スープ じゃが芋と人参のおじや	チキンライス風 グリーンサラダ 春雨スープ じゃが芋と人参のおじや	チキンライス グリーンサラダ えのきのスープ じゃが芋と人参のおじや 牛乳	
25月	つぶし粥 豆腐のペースト ほうれん草のペースト 玉ねぎのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鶏肉のりんごソースかけ ほうれん草と人参の和え物 豆腐と玉ねぎの味噌汁 きな粉おじや きゅうりスティック 隠元の味噌汁	軟飯 鶏肉のりんごソースかけ ほうれん草と人参の胡麻和え 豆腐と玉ねぎの味噌汁 きな粉おはぎ きゅうりスティック 隠元の味噌汁	ごはん 鶏肉のオニオンドレッシング ほうれん草と人参の胡麻和え 豆腐と玉ねぎの味噌汁 きな粉おはぎ 牛乳	ひじきごはん
26火	つぶし粥 高野豆腐のペースト じゃが芋のペースト かぶのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 肉じゃが かぶの浅漬け 白菜の味噌汁 かぼちゃパン粥	軟飯 肉じゃが かぶの浅漬け 白菜の味噌汁 しらす-toast 茹でかぼちゃ トマトスープ	ごはん 肉じゃが かぶの変わり漬け 白菜の味噌汁 柿 しらす-toast 牛乳	おかかごはん
27水	つぶし粥 鰯のペースト キャベツのペースト きゅうりのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鰯のもみじ煮 キャベツの和え物 なすの味噌汁 煮込みうどん バナナ お麩の煮物	軟飯 鰯のもみじ焼き キャベツの和え物 なすの味噌汁 煮込みうどん バナナ お麩の煮物	ごはん 鰯のもみじ焼き キャベツの塩昆布和え タヌキ汁 煮込みうどん 牛乳	ふかし芋
28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 味噌汁の上澄み	全粥 鶏肉の照り煮 もやしと人参の和え物 豆腐の味噌汁 さつま芋のお焼き(あんかけ)	軟飯 鶏肉の照り煮 もやしと人参の和え物 豆腐の味噌汁 さつま芋のお焼き なすの煮浸し きのこの味噌汁	ごはん 肉団子 もやしと人参のナムル きのこの味噌汁 さつま芋のお焼き 牛乳	青のりごはん
29金	パン粥 お麩のペースト かぼちゃのペースト きゅうりのペースト すまし汁	パン粥 鶏肉とかぼちゃのチーズ煮 人参ときゅうりのサラダ わかめのスープ ケチャップおじや風	食パン 鶏肉とかぼちゃのチーズ煮 人参ときゅうりのサラダ わかめのスープ ケチャップおにぎり風 茹で大根 青梗菜の味噌汁	ロールパン かぼちゃグラタン ごぼうときゅうりのサラダ わかめとコーンのスープ ケチャップおにぎり風 牛乳	バナナ

15金	うどん粥 お麩のペースト 玉ねぎのペースト さつまいものペースト すまし汁	煮込みうどん 茹でさつまいも お麩の煮物 鶏そぼろおじや	煮込みうどん 茹でさつまいも お麩の煮物 鶏そぼろ軟飯 茹で白菜 きのこの味噌汁	和風きのこマカロニ さつまいものグラッセ キャベツのスープ 鶏そぼろ軟飯 牛乳	バナナ
-----	---	---------------------------------------	---	---	-----

30土	つぶし粥 高野豆腐のペースト じゃが芋のペースト 大根のペースト すまし汁	全粥 ハヤシチュー風 大根のサラダ 青梗菜のスープ さつまいもおじや	ハヤシライス風 大根のサラダ 青梗菜のスープ さつまいもおじや	カレーライス 大根の中華和え 青梗菜のスープ さつまいもおじや 牛乳	
-----	---	--	--	--	--