



# 平成30年3月度 ＜離乳食・午前食＞

※当園では、1歳のお誕生日を過ぎたお子様から普通食への移行をおすすめしています。普通食への切替時期については保育者にご相談ください。なお、個人差があることから、移行期間(完了期)を生後12ヶ月～15ヶ月の間とし、生後15ヶ月を過ぎた時点で離乳食を終了するものとします。  
 ※都合により献立を一部変更する場合がありますのでご了承ください  
 ※お子様の月齢や発達の状況に合わせて、離乳食を進めていきます  
 ※お子様に合わせて、柔らかさや形状が異なります  
 ※月齢に応じて午前おやつが付きます

日にち	ゴクン期 (初期 5～6か月)	モグモグ期 (中期 7～8か月)	カミカミ期 (後期 9～11か月)	パクパク期 (完了期 12～15か月)
1 木	米粥 にんじんペースト つぶつぶブロッコリー かぶスープ	米粥 大豆煮 ブロッコリーやわらか煮 かぶスープ	米粥～軟飯 大豆煮 ブロッコリーやわらか煮 かぶスープ	スパゲッティソース 花野菜のサラダ コンソメスープ ネーブル
2 金	米粥 小松菜ののり汁 ジャがいもマッシュ にんじん汁	米粥 豆腐の煮物 ジャがいもだし煮 みそ汁	米粥～軟飯 豆腐の煮物 ジャがいもだし煮 みそ汁	雛祭りちらし寿司(軟飯) さわらじ焼 小松菜だし和え 豆腐みそ汁 いちご
3 土	米粥 つぶしにんじん きゅうりのすり流し 玉ねぎ汁	米粥 高野豆腐煮 ころころきゅうり みそ汁	米粥～軟飯 高野豆腐煮 スティックきゅうり みそ汁	軟飯 鶏肉生姜焼き キャベツのじゃこ和え 野菜汁
5 月	米粥 豆腐ののり汁 ブロッコリーの裏ごし にんじんスープ	米粥 豆腐の煮物 ブロッコリースープ煮 にんじんスープ	米粥～軟飯 豆腐の煮物 ブロッコリースープ煮 にんじんスープ	軟飯 回鍋肉 ブロッコリーの中華サラダ 中華スープ
6 火	米粥 たらすすりつぶし きゅうりのすり流し さつまいも汁	米粥 たらのだし煮 やわらかきゅうり みそ汁	米粥～軟飯 たらのだし煮 スティックきゅうり みそ汁	軟飯 さばと玉ねぎの味噌煮 さつま芋ときゅうりの酢の物 すまし汁 りんご
7 水	米粥 にんじんペースト かぼちゃマッシュ キャベツ汁	米粥 高野豆腐煮 かぼちゃの煮物 みそ汁	米粥～軟飯 高野豆腐煮 かぼちゃの煮物 みそ汁	軟飯 パーベキューソーサー かぼちゃといんげんのサラダ みそ汁
8 木	米粥 さつまいもすりつぶし きゅうりの裏ごし にんじん汁	米粥 大豆煮 ころころきゅうり みそ汁	米粥～軟飯 大豆煮 きゅうりのスティック みそ汁	きじ焼き丼(軟飯) ひじきと小松菜のサラダ 生揚げのみそ汁 ネーブル
9 金	米粥 豆腐ののり汁 つぶしにんじん ほうれん草汁	米粥 煮豆腐 にんじんのうま煮 みそ汁	米粥～軟飯 煮豆腐 にんじんのうま煮 みそ汁	軟飯 白身魚のカレー粉揚げ 五目みそ汁 りんご
10 土	米粥 小松菜の裏ごし さつまいもマッシュ たまねぎ汁	米粥 お麩の煮物 さつまいものやわらか煮 みそ汁	米粥～軟飯 お麩の煮物 さつまいものやわらか煮 みそ汁	焼きうどん 鶏肉と里芋の煮込み みそ汁 きよみオレンジ
12 月	米粥 にんじんペースト ジャがいもののり汁 かぼちゃ汁	米粥 鶏肉の煮物 ジャがいもだし煮 みそ汁	米粥～軟飯 鶏肉の煮物 ジャがいもだし煮 みそ汁	軟飯 鶏肉とピーマンの炒め さつま揚げと昆布の煮物 五目みそ汁
13 火	米粥 たらすすりつぶし つぶつぶブロッコリー にんじん汁	米粥 たらのだし煮 ブロッコリーやわらか煮 みそ汁	米粥～軟飯 たらのだし煮 ブロッコリーやわらか煮 みそ汁	菜の花軟飯 さわらじのごま照り焼き 春野菜のだし煮 みそ汁 りんご
14 水	米粥 豆腐ののり汁 にんじん裏ごし さつまいも汁	米粥 鶏肉煮 にんじんのうま煮 すまし汁	米粥～軟飯 鶏肉煮 にんじんのうま煮 すまし汁	軟飯 松風焼き ごぼうとさつま芋のきんぴら けんちん汁
15 木	米粥 ジャがいもマッシュ きゅうりすり流し にんじんスープ	米粥 鶏ささみの煮物 ころころきゅうり にんじんスープ	米粥～軟飯 鶏ささみの煮物 スティックきゅうり にんじんスープ	カレーライス(軟飯) ピーズサラダ コンソメスープ きよみオレンジ
16 金	米粥 たらすすりつぶし にんじんペースト ジャがいも汁	米粥 たらのだし煮 やわらかにんじん みそ汁	米粥～軟飯 たらのだし煮 やわらかにんじん みそ汁	軟飯 鮭のごまフライ こまつなの納豆和え 豚汁 いちご
17 土	米粥 かぼちゃ裏ごし きゅうりののり汁 たまねぎ汁	米粥 高野豆腐煮 きゅうりのコロコロ みそ汁	米粥～軟飯 高野豆腐煮 きゅうりのスティック みそ汁	軟飯 ポークケチャップ 春雨ときゅうりの酢の物 みそ汁
19 月	米粥 豆腐ののり汁 ブロッコリーの裏ごし にんじんスープ	米粥 豆腐の煮物 ブロッコリースープ煮 にんじんスープ	米粥～軟飯 豆腐の煮物 ブロッコリースープ煮 にんじんスープ	軟飯 回鍋肉 ブロッコリーの中華サラダ 中華スープ
20 火	米粥 たらすすりつぶし きゅうりのすり流し さつまいも汁	米粥 たらのだし煮 やわらかきゅうり みそ汁	米粥～軟飯 たらのだし煮 スティックきゅうり みそ汁	軟飯 さばと玉ねぎの味噌煮 さつま芋ときゅうりの酢の物 すまし汁 りんご
22 木	米粥 さつまいもマッシュ だいこんの裏ごし にんじん汁	米粥 大豆煮 こまつなのやわらか煮 みそ汁	米粥～軟飯 大豆煮 こまつなのだし煮 みそ汁	きじ焼き丼(軟飯) ひじきと小松菜のサラダ 生揚げのみそ汁 ネーブル
23 金	米粥 豆腐ののり汁 つぶしにんじん ほうれん草汁	米粥 煮豆腐 にんじんのうま煮 みそ汁	米粥～軟飯 煮豆腐 にんじんのうま煮 みそ汁	軟飯 白身魚のカレー粉揚げ 五目みそ汁 りんご
24 土	米粥 小松菜の裏ごし さつまいもマッシュ たまねぎ汁	米粥 お麩の煮物 さつまいものやわらか煮 みそ汁	米粥～軟飯 お麩の煮物 さつまいものやわらか煮 みそ汁	焼きうどん 鶏肉と里芋の煮込み みそ汁 きよみオレンジ
26 月	米粥 にんじんペースト ジャがいもののり汁 かぼちゃ汁	米粥 鶏肉の煮物 ジャがいもだし煮 みそ汁	米粥～軟飯 鶏肉の煮物 ジャがいもだし煮 みそ汁	軟飯 鶏肉とピーマンの炒め さつま揚げと昆布の煮物 五目みそ汁
27 火	米粥 たらすすりつぶし つぶつぶブロッコリー にんじん汁	米粥 たらのだし煮 ブロッコリーやわらか煮 みそ汁	米粥～軟飯 たらのだし煮 ブロッコリーやわらか煮 みそ汁	菜の花軟飯 さわらじのごま照り焼き 春野菜のだし煮 みそ汁 りんご
28 水	米粥 豆腐ののり汁 にんじん裏ごし さつまいも汁	米粥 鶏肉煮 にんじんのうま煮 すまし汁	米粥～軟飯 鶏肉煮 にんじんのうま煮 すまし汁	軟飯 松風焼き ごぼうとさつま芋のきんぴら けんちん汁
29 木	米粥 ジャがいもマッシュ きゅうりすり流し にんじんスープ	米粥 鶏ささみの煮物 ころころきゅうり にんじんスープ	米粥～軟飯 鶏ささみの煮物 スティックきゅうり にんじんスープ	カレーライス(軟飯) ピーズサラダ コンソメスープ きよみオレンジ
30 金	米粥 たらすすりつぶし にんじんペースト ジャがいも汁	米粥 たらのだし煮 やわらかにんじん みそ汁	米粥～軟飯 たらのだし煮 やわらかにんじん みそ汁	軟飯 鮭のごまフライ こまつなの納豆和え 豚汁 いちご
31 土	米粥 かぼちゃ裏ごし きゅうりののり汁 たまねぎ汁	米粥 高野豆腐煮 きゅうりのコロコロ みそ汁	米粥～軟飯 高野豆腐煮 きゅうりのスティック みそ汁	軟飯 ポークケチャップ 春雨ときゅうりの酢の物 みそ汁
卒園	米粥 豆腐ののり汁 つぶつぶブロッコリー さつまいも汁	米粥 鶏ささみの煮物 ブロッコリーうま煮 すまし汁	米粥～軟飯 鶏ささみの煮物 ブロッコリーうま煮 すまし汁	赤飯(軟飯) 鶏手羽のさっぱり煮 ブロッコリー添え 蒸かしさつま芋 すまし汁
遠足	しらす粥 にんじんペースト きゅうりすり流し ジャがいもスープ	しらす粥 高野豆腐の煮物 ころころきゅうり ジャがいもスープ	しらす粥～軟飯 高野豆腐の煮物 スティックきゅうり ジャがいもスープ	おにぎり 鶏肉の照り焼き けんこんの煮揚げ スティック野菜 きよみオレンジ
誕生会	米粥 つぶつぶブロッコリー ジャがいもマッシュ にんじんスープ	米粥 鶏肉の煮物 野菜のやわらか煮 やさいスープ	米粥～軟飯 鶏肉の煮物 野菜のやわらか煮 かぶのスープ	ガーリックライス(軟飯) メンチカツ ブロッコリーソーサー コンソメスープ