



平成30年10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、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	ゴックン期 (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 月	米粥 ブロッコリー にんじん かぶスープ	米粥 鶏ひき肉煮 じゃがいも・にんじん・ブロッコリー かぶスープ	米粥～軟飯 鶏ひき肉煮 じゃがいも・にんじん・ブロッコリー かぶスープ	軟飯 チキンのきのこソース チーズポテトサラダ コンソメスープ 柿
2 火	米粥 さつまいも かぶ たまねぎ汁	米粥 高野豆腐煮 さつまいも・かぶ・チンゲン菜 たまねぎ汁	米粥～軟飯 高野豆腐煮 さつまいも・かぶ・チンゲン菜 たまねぎみそ汁	軟飯 きじ焼き丼 さつま芋の甘煮 青菜のソテー みそ汁
3 水	米粥 こまつな にんじん たまねぎ汁	米粥 鶏ひき肉煮 こまつな・にんじん・たまねぎ たまねぎ汁	米粥～軟飯 鶏ひき肉煮 こまつな・にんじん・たまねぎ たまねぎみそ汁	軟飯 鶏肉の磯部揚げ 小松菜の納豆和え みそ汁 りんご
4 木	米粥 にんじん さつまいも こまつな汁	米粥 たららの煮物 にんじん・さつまいも・もやし こまつな汁	米粥～軟飯 たららの煮物 にんじん・さつまいも・もやし こまつなみそ汁	軟飯 さんまのかば焼き きんぴらごぼう 小松菜の磯和え みそ汁
5 金	米粥 なす にんじん ほうれんそう汁	米粥 豆腐煮 なす・にんじん・ピーマン ほうれん草汁	米粥～軟飯 豆腐煮 なす・にんじん・ピーマン ほうれん草みそ汁	軟飯 れんこんハンバーグ なすとピーマンの味噌炒め みそ汁 ぶどう
6 土	米粥 にんじん だいこん たまねぎ汁	米粥 おふの煮物 にんじん・だいこん・こまつな たまねぎ汁	米粥～軟飯 おふの煮物 にんじん・だいこん・こまつな たまねぎみそ汁	軟飯 厚揚げの味噌炒め 小松菜のごま和え すまし汁
9 火	米粥 かぼちゃ にんじん こまつな汁	米粥 たららの煮物 かぼちゃ・にんじん・たまねぎ こまつな汁	米粥～軟飯 たららの煮物 かぼちゃ・にんじん・たまねぎ こまつなみそ汁	軟飯 さわらの薬味焼き ひじき五目煮 田舎汁
10 水	米粥 じゃがいも ブロッコリー だいこんスープ	米粥 高野豆腐煮 じゃがいも・ブロッコリー・にんじん だいこんスープ	米粥～軟飯 高野豆腐煮 じゃがいも・ブロッコリー・にんじん だいこんスープ	きのこカレー ブロッコリーとちくわのサラダ コンソメスープ
11 木	米粥 さつまいも にんじん たまねぎスープ	米粥 鶏ひき肉煮 さつまいも・にんじん・じゃがいも たまねぎスープ	米粥～軟飯 鶏ひき肉煮 さつまいも・にんじん・じゃがいも たまねぎスープ	軟飯 ハンバーグ ピーンズサラダ コンソメスープ
12 金	米粥 にんじん だいこん こまつな汁	米粥 たららの煮物 にんじん・だいこん・ごぼう こまつな汁	米粥～軟飯 たららの煮物 にんじん・だいこん・ごぼう こまつなみそ汁	軟飯 さばの塩麹焼き 小松菜の磯和え 根菜汁
13 土	米粥 にんじん じゃがいも だいこんスープ	米粥 鶏ささみ煮 にんじん・じゃがいも・ブロッコリー だいこんスープ	米粥～軟飯 鶏ささみ煮 にんじん・じゃがいも・ブロッコリー だいこんスープ	焼きそば 春雨の中華和え 中華スープ
15 月	米粥 ブロッコリー にんじん かぶスープ	米粥 鶏ひき肉煮 じゃがいも・にんじん・ブロッコリー かぶスープ	米粥～軟飯 鶏ひき肉煮 じゃがいも・にんじん・ブロッコリー かぶスープ	軟飯 チキンのきのこソース チーズポテトサラダ コンソメスープ 柿
16 火	米粥 さつまいも かぶ たまねぎ汁	米粥 高野豆腐煮 さつまいも・かぶ・チンゲン菜 たまねぎ汁	米粥～軟飯 高野豆腐煮 さつまいも・かぶ・チンゲン菜 たまねぎみそ汁	軟飯 きじ焼き丼 さつま芋の甘煮 青菜のソテー みそ汁
17 水	米粥 こまつな にんじん たまねぎ汁	米粥 鶏ひき肉煮 こまつな・にんじん・たまねぎ たまねぎ汁	米粥～軟飯 鶏ひき肉煮 こまつな・にんじん・たまねぎ たまねぎみそ汁	軟飯 鶏肉の磯部揚げ 小松菜の納豆和え みそ汁 りんご
18 木	米粥 にんじん さつまいも こまつな汁	米粥 たららの煮物 にんじん・さつまいも・もやし こまつな汁	米粥～軟飯 たららの煮物 にんじん・さつまいも・もやし こまつなみそ汁	軟飯 さんまのかば焼き きんぴらごぼう 小松菜の磯和え みそ汁
19 金	米粥 なす にんじん ほうれんそう汁	米粥 豆腐煮 なす・にんじん・ピーマン ほうれん草汁	米粥～軟飯 豆腐煮 なす・にんじん・ピーマン ほうれん草みそ汁	軟飯 れんこんハンバーグ なすとピーマンの味噌炒め みそ汁 ぶどう
20 土	米粥 にんじん だいこん たまねぎ汁	米粥 おふの煮物 にんじん・だいこん・こまつな たまねぎ汁	米粥～軟飯 おふの煮物 にんじん・だいこん・こまつな たまねぎみそ汁	軟飯 厚揚げの味噌炒め 小松菜のごま和え すまし汁
22 月	米粥 にんじん はくさい チンゲン菜スープ	米粥 鶏ひき肉煮 にんじん だいこん・はくさい チンゲン菜スープ	米粥～軟飯 鶏ひき肉煮 にんじん だいこん・はくさい チンゲン菜スープ	軟飯 豆腐の中華煮 大根サラダ 中華スープ 柿
23 火	米粥 かぼちゃ にんじん こまつな汁	米粥 たららの煮物 かぼちゃ・にんじん・たまねぎ こまつな汁	米粥～軟飯 たららの煮物 かぼちゃ・にんじん・たまねぎ こまつなみそ汁	軟飯 さわらの薬味焼き ひじき五目煮 田舎汁
24 水	米粥 じゃがいも ブロッコリー だいこんスープ	米粥 高野豆腐煮 じゃがいも・ブロッコリー・にんじん だいこんスープ	米粥～軟飯 高野豆腐煮 じゃがいも・ブロッコリー・にんじん だいこんスープ	きのこカレー ブロッコリーとちくわのサラダ コンソメスープ
25 木	米粥 さつまいも にんじん たまねぎスープ	米粥 鶏ひき肉煮 さつまいも・にんじん・じゃがいも たまねぎスープ	米粥～軟飯 鶏ひき肉煮 さつまいも・にんじん・じゃがいも たまねぎスープ	軟飯 ハンバーグ ピーンズサラダ コンソメスープ
26 金	米粥 にんじん だいこん こまつな汁	米粥 たららの煮物 にんじん・だいこん・ごぼう こまつな汁	米粥～軟飯 たららの煮物 にんじん・だいこん・ごぼう こまつなみそ汁	軟飯 さばの塩麹焼き 小松菜の磯和え 根菜汁
27 土	米粥 にんじん じゃがいも だいこんスープ	米粥 鶏ささみ煮 にんじん・じゃがいも・ブロッコリー だいこんスープ	米粥～軟飯 鶏ささみ煮 にんじん・じゃがいも・ブロッコリー だいこんスープ	焼きそば 春雨の中華和え 中華スープ
29 月	米粥 ブロッコリー にんじん かぶスープ	米粥 鶏ひき肉煮 じゃがいも・にんじん・ブロッコリー かぶスープ	米粥～軟飯 鶏ひき肉煮 じゃがいも・にんじん・ブロッコリー かぶスープ	軟飯 チキンのきのこソース チーズポテトサラダ コンソメスープ 柿
30 火	米粥 さつまいも かぶ たまねぎ汁	米粥 高野豆腐煮 さつまいも・かぶ・チンゲン菜 たまねぎ汁	米粥～軟飯 高野豆腐煮 さつまいも・かぶ・チンゲン菜 たまねぎみそ汁	軟飯 きじ焼き丼 さつま芋の甘煮 青菜のソテー みそ汁
31 水	米粥 こまつな にんじん たまねぎ汁	米粥 鶏ひき肉煮 こまつな・にんじん・たまねぎ たまねぎ汁	米粥～軟飯 鶏ひき肉煮 こまつな・にんじん・たまねぎ えのみそ汁	軟飯 鶏肉の磯部揚げ 小松菜の納豆和え みそ汁 りんご
遠足	米粥 さつまいも にんじん たまねぎスープ	米粥 鶏ひき肉煮 さつまいも・にんじん・ブロッコリー たまねぎスープ	米粥 鶏ひき肉煮 さつまいも・にんじん・ブロッコリー たまねぎスープ	おにぎり 鶏肉カレー粉揚げ さつま芋・にんじん・ブロッコリー・チーズ りんご
誕生会	米粥 にんじん ほうれん草 豆腐汁	米粥 鶏ひき肉煮 にんじん・ほうれん草・かぼちゃ 豆腐汁	米粥～軟飯 鶏ひき肉煮 にんじん・ほうれん草・かぼちゃ 豆腐のすまし汁	栗ごはん 鶏肉のみそ焼き 青菜煮浸し にんじんうま煮 すまし汁 りんご