



# 平成29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)
2 月	米粥 さつまいもマッシュ 小松菜ののり汁 にんじん汁	米粥 鶏ひき煮 小松菜のくたくた煮 みそ汁	米粥～軟飯 鶏ひき煮 小松菜のだし煮 みそ汁	さつま芋軟飯 鶏肉の変わり揚げ 小松菜の納豆和え 五目みそ汁 なし
3 火	米粥 にんじんの裏ごし きゅうりのすり流し コーンスープ	米粥 豆腐の煮物 やさいのコロコロ コーンスープ	米粥～軟飯 豆腐の煮物 野菜スティック コーンスープ	軟飯 豆腐の中華煮 大根サラダ 中華スープ りんご
4 水	米粥 かぼちゃのマッシュ 小松菜すりつぶし にんじん汁	米粥 大豆煮 小松菜のくたくた煮 みそ汁	米粥～軟飯 大豆煮 小松菜のだし煮 みそ汁	軟飯 さわらの薬味焼き 五目煮 田舎汁
5 木	米粥 さつまいもののり汁 なすの裏ごし こまつな汁	米粥 鶏ささみ煮 さつまいもの甘煮 みそ汁	米粥～軟飯 鶏ささみ煮 さつまいもの甘煮 みそ汁	きじ焼き丼(軟飯) さつまいもの甘煮 小松菜としめじのソテー みそ汁
6 金	米粥 にんじんのペースト きゅうりのすり流し だいこん汁	米粥 大豆煮 コロコキゅうり みそ汁	米粥～軟飯 大豆煮 スティックきゅうり みそ汁	きのこ軟飯 さばの塩麹焼き きゅうりとわかめの酢の物 根菜汁
7 土	米粥 つぶつぶブロッコリー ジャが芋マッシュ にんじんスープ	米粥 鶏ささ身煮 やわらかブロッコリー 野菜スープ	米粥～軟飯 鶏ささ身煮 ゆでブロッコリー 野菜スープ	焼きそば 春雨の中華和え 中華スープ
10 火	米粥 にんじん裏ごし 小松菜ののり汁 ジャがいも汁	米粥 たらのだし煮 小松菜くたくた煮 みそ汁	米粥～軟飯 たらのだし煮 小松菜の煮浸し みそ汁	軟飯 さんまのかば焼き きんぴらごぼう 小松菜磯和え みそ汁
11 水	米粥 豆腐ののり汁 なすのすりつぶし にんじん汁	米粥 豆腐の煮物 なすのだし煮 みそ汁	米粥～軟飯 豆腐の煮物 なすのだし煮 みそ汁	軟飯 れんこん豚はさみ焼き なすとピーマン味噌炒め みそ汁 ぶどう
12 木	米粥 にんじんの裏ごし つぶつぶブロッコリー 玉ねぎスープ	米粥 鶏ひき煮 やわらかブロッコリー 野菜スープ	米粥～軟飯 鶏ひき煮 ゆでブロッコリー 野菜スープ	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
13 金	米粥 小松菜すりつぶし さつまいもマッシュ にんじん汁	米粥 高野豆腐煮 さつまいもの甘煮 みそ汁	米粥～軟飯 高野豆腐煮 さつまいもの甘煮 みそ汁	軟飯 白身魚オランダ揚げ さつま芋りんごの重ねおかつ 和え みそ汁
14 土	米粥 たまねぎの裏ごし にんじんペースト こまつな汁	米粥 お麩の煮物 野菜のだし煮 すまし汁	米粥～軟飯 お麩の煮物 野菜のだし煮 すまし汁	軟飯 厚揚げの味噌炒め 小松菜・コーンのごま和え すまし汁
16 月	米粥 さつまいもマッシュ 小松菜ののり汁 にんじん汁	米粥 鶏ひき煮 小松菜のくたくた煮 みそ汁	米粥～軟飯 鶏ひき煮 小松菜のだし煮 みそ汁	さつま芋軟飯 鶏肉の変わり揚げ 小松菜の納豆和え 五目みそ汁 なし
17 火	米粥 にんじんの裏ごし きゅうりのすり流し コーンスープ	米粥 豆腐の煮物 やさいのコロコロ コーンスープ	米粥～軟飯 豆腐の煮物 野菜スティック コーンスープ	軟飯 豆腐の中華煮 大根サラダ 中華スープ りんご
18 水	米粥 かぼちゃのマッシュ 小松菜すりつぶし にんじん汁	米粥 大豆煮 小松菜のくたくた煮 みそ汁	米粥～軟飯 大豆煮 小松菜のだし煮 みそ汁	軟飯 さわらの薬味焼き 五目煮 田舎汁
19 木	米粥 さつまいもののり汁 なすの裏ごし こまつな汁	米粥 鶏ささみ煮 さつまいもの甘煮 みそ汁	米粥～軟飯 鶏ささみ煮 さつまいもの甘煮 みそ汁	きじ焼き丼(軟飯) さつまいもの甘煮 小松菜としめじのソテー みそ汁
20 金	米粥 にんじんのペースト きゅうりのすり流し だいこん汁	米粥 大豆煮 コロコキゅうり みそ汁	米粥～軟飯 大豆煮 スティックきゅうり みそ汁	きのこ軟飯 さばの塩麹焼き きゅうりとわかめの酢の物 根菜汁
21 土	米粥 つぶつぶブロッコリー ジャが芋マッシュ にんじんスープ	米粥 鶏ささ身煮 やわらかブロッコリー 野菜スープ	米粥～軟飯 鶏ささ身煮 ゆでブロッコリー 野菜スープ	焼きそば 春雨の中華和え 中華スープ
23 月	米粥 ジャが芋マッシュ ブロッコリーのつぶつぶ かぶのスープ	米粥 高野豆腐煮 やわらか野菜 かぶのスープ	米粥～軟飯 高野豆腐煮 ゆで野菜 かぶのスープ	軟飯 チキンソテーきのこソース ポテトサラダ コンソメスープ 柿
24 火	米粥 にんじん裏ごし 小松菜ののり汁 ジャがいも汁	米粥 たらのだし煮 小松菜くたくた煮 みそ汁	米粥～軟飯 たらのだし煮 小松菜の煮浸し みそ汁	軟飯 さんまのかば焼き きんぴらごぼう 小松菜磯和え みそ汁
25 水	米粥 豆腐ののり汁 なすのすりつぶし にんじん汁	米粥 豆腐の煮物 なすのだし煮 みそ汁	米粥～軟飯 豆腐の煮物 なすのだし煮 みそ汁	軟飯 れんこん豚はさみ焼き なすとピーマン味噌炒め みそ汁 ぶどう
26 木	米粥 にんじんの裏ごし つぶつぶブロッコリー 玉ねぎスープ	米粥 鶏ひき煮 やわらかブロッコリー 野菜スープ	米粥～軟飯 鶏ひき煮 ゆでブロッコリー 野菜スープ	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
27 金	米粥 小松菜すりつぶし さつまいもマッシュ にんじん汁	米粥 高野豆腐煮 さつまいもの甘煮 みそ汁	米粥～軟飯 高野豆腐煮 さつまいもの甘煮 みそ汁	軟飯 白身魚オランダ揚げ さつま芋りんごの重ねおかつ 和え みそ汁
28 土	米粥 たまねぎの裏ごし にんじんペースト こまつな汁	米粥 お麩の煮物 野菜のだし煮 すまし汁	米粥～軟飯 お麩の煮物 野菜のだし煮 すまし汁	軟飯 厚揚げの味噌炒め 小松菜・コーンのごま和え すまし汁
30 月	米粥 さつま芋マッシュ ほうれん草のすりつぶし コーンスープ	米粥 鶏ひき煮 ほうれん草のやわらか煮 コーンスープ	米粥～軟飯 鶏ひき煮 ほうれん草の煮浸し コーンスープ	軟飯 酢豚 青菜ともやしのナムル 中華スープ
31 火	米粥 豆腐ののり汁 にんじんペースト こまつな汁	米粥 豆腐の煮物 野菜のコロコロ すまし汁	米粥～軟飯 豆腐の煮物 野菜スティック すまし汁	軟飯 鯖の味噌煮 根菜の炒め煮 豆腐すまし汁
遠足	しらす粥 さつま芋マッシュ きゅうりのすり流し にんじんスープ	しらす粥 お麩の煮物 やわらか野菜 にんじんスープ	しらす粥～軟飯 お麩の煮物 ゆで野菜 にんじんスープ	おにぎり(しそ・ごま) 鶏肉カレー粉揚げ 蒸かし芋 にんじん きゅうり りんご
誕生日	さつま芋粥 ほうれん草ののり汁 にんじんの裏ごし 豆腐汁	さつま芋粥 豆腐の煮物 にんじんのコロコロ すまし汁	さつま芋粥～軟飯 豆腐の煮物 スティックにんじん すまし汁	栗軟飯 鶏肉みそ焼き 青菜煮浸し にんじんうま煮 すまし汁 うさぎりんご