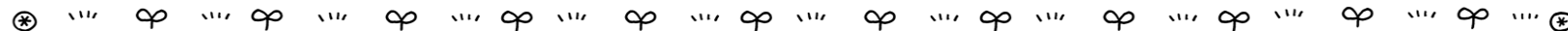


令和3年2月 離乳食予定献立表

日	曜	午前の食事				午後の食事			
		生後5~6か月頃 なめらかにすりつぶした状態 (ヨーグルトくらい)	生後7~8か月頃 舌でつぶせるかたさ (豆腐くらい)	生後9~11か月頃 歯ぐきでつぶせるかたさ (バナナくらい)	生後12~18か月頃 歯ぐきでかめるかたさ (肉だんごくらい)	生後 5~6 か月頃	生後 7~8 か月頃	生後 9~11 か月頃	生後 12~18 か月頃
1	月	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮	かた粥 ひじきふりかけ 肉じゃが 切干大根とツナのあえもの	軟飯 ひじきふりかけ 肉じゃが 切干大根とツナのあえもの	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	のりおにぎり
2	火	みどり粥 野菜スープ 白身魚のすり流し 野菜ペースト	みどり粥 野菜スープ 魚のくず煮 野菜の煮物	かた粥 みそ汁 煮魚 ほうれんそうの白あえ	軟飯 みそ汁 煮魚 ほうれん草の白あえ	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
3	水	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮 刻み果物	かた粥 チンゲン菜とわかめのスープ 豚肉と大豆の煮物 果物	軟飯 チンゲン菜とわかめのスープ 豚肉と大豆の煮物 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
4	木	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮	かた粥 車麩の卵とし おひたし 果物	軟飯 車麩の卵とし おひたし 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	パン
5	金	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮	かた粥 豚肉入り野菜汁 つくね焼き ゆでブロッコリー	軟飯 みそラーメン汁 つくね焼き ゆでブロッコリー	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
6	土	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮 刻み果物	かた粥 中華うま煮 果物	軟飯 中華うま煮 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
8	月	つぶし粥 野菜スープ 豆腐のすり流し 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 豆腐のくず煮 野菜の煮物	かた粥 炒り豆腐 もやしのあえもの 果物	軟飯 炒り豆腐 もやしのあえもの 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	パン
9	火	つぶし粥 野菜スープ 白身魚のすり流し 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 魚のくず煮 野菜の煮物 刻み果物	かた粥 みそけんちん汁 煮魚 とう菜のおひたし 果物	軟飯 みそけんちん汁 煮魚 とう菜のおひたし 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	和風ピラフ おにぎり
10	水	つぶし粥 野菜スープ 豆腐のすり流し 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 豆腐のくず煮 野菜の煮物	かた粥 野菜スープ 野菜のおやき かぶ漬け 焼きのり	軟飯 野菜スープ 野菜のおやき かぶ漬け 焼きのり	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	ヨーグルト
12	金	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮 刻み果物	かた粥 豚肉と野菜の炒め煮 ブロッコリーサラダ 果物	軟飯 カレー ブロッコリーサラダ 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
13	土	みどり粥 野菜スープ 白身魚のすり流し 野菜ペースト	みどり粥 野菜スープ 魚のくず煮 野菜の煮物	かた粥 みそ汁 煮魚 即席漬け	軟飯 みそ汁 煮魚 即席漬け	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ

\*こども園では、赤ちゃんの年齢や発育状態にあわせて、調理形態や使用する食品の種類を変えています。 \*こども園で実際に食べた離乳食の内容は、連絡帳に記入してお知らせします。

日	曜	午前の食事				午後の食事			
		月齢と調理形態	生後5~6か月頃	生後7~8か月頃	生後9~11か月頃	生後12~18か月頃	5~6か月頃	7~8か月頃	9~11か月頃
15	月	みどり粥 野菜スープ 豆腐のすり流し 野菜ペースト	みどり粥 野菜スープ 豆腐のくず煮 野菜の煮物 刻み果物	かた粥 麻婆豆腐 三色ひたし 果物	軟飯 麻婆豆腐 三色ひたし 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	塩おにぎり
16	火	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮	かた粥 なら卵みそ汁 つくね焼き すき昆布の炒り煮	軟飯 なら卵みそ汁 つくね焼き すき昆布の炒り煮	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
17	水	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮 野菜の煮物	和風ピラフ 野菜スープ キャベツ入りミートローフ ブロッコリーのおひたし	和風ピラフ 野菜スープ キャベツ入りミートローフ ブロッコリーのおひたし	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
18	木	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮	かた粥 クリームシチュー 大根サラダ	軟飯 クリームシチュー 大根サラダ	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
19	金	つぶし粥 野菜スープ 白身魚のすり流し 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 魚のくず煮 野菜の煮物 刻み果物	かた粥 新潟の冬野菜汁 煮魚 白菜のもみ漬け 果物	軟飯 新潟の冬野菜汁 煮魚 白菜のもみ漬け 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
20	土	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮 刻み果物	かた粥 みそ汁 じゃがいものそぼろ煮 果物	軟飯 みそ汁 じゃがいものそぼろ煮 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
22	月	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮	かた粥 うち豆のみそ汁 果物 ひじき入りつくね焼き ブロッコリーのおかかあえ	軟飯 うち豆のみそ汁 果物 ひじき入りつくね焼き ブロッコリーのおかかあえ	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	ヨーグルト
24	水	みどり粥 野菜スープ 豆腐のすり流し 野菜ペースト	みどり粥 野菜スープ 豆腐のくず煮 野菜の煮物	かた粥 肉豆腐 華風あえ 果物	軟飯 肉豆腐 華風あえ 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
25	木	みどり粥 野菜スープ 白身魚のすり流し 野菜ペースト	みどり粥 野菜スープ 魚のくず煮 野菜の煮物	かた粥 みそ汁 煮魚 おひたし	軟飯 みそ汁 煮魚 おひたし	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
26	金	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	のり粥 野菜スープ 野菜のミルク煮	かた粥 ほうれん草のオムレツ わかめスープ 粉ふさいも 焼きのり	軟飯 ほうれん草のキッシュ わかめスープ 粉ふさいも 焼きのり	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	パン
27	土	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮 刻み果物	かた粥 親子煮 おかか和え 果物	軟飯 親子煮 おかか和え 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ


  
 ~ おうちの方へ ~
   
 離乳食を提供するにあたり、こども園で初めて食べることがないように、ご家庭で食べた食品をお知らせいただいております。
   
 こども園では、安心・安全を第一に考え、ご家庭で食べた食品だけを使用して離乳食を作り、提供しますので、ご家庭で順次
   
 いろいろな食品を離乳食に取り入れていただきますようご協力をお願いいたします。
   
