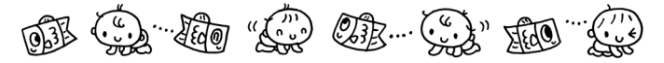




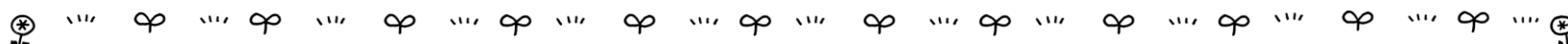
令和3年5月 離乳食予定献立表



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	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 豚肉と野菜の炒め煮 和え物 果物	軟飯 カレー 和え物 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
6	木	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 刻み果物	かた粥 麻婆豆腐 華風あえ 果物	軟飯 麻婆豆腐 華風あえ 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	パン
7	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	かた粥 みそ汁 煮魚 すき昆布の炒り煮	軟飯 みそ汁 焼き魚 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
8	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	かた粥 クリームシチュー 果物 焼きのり	軟飯 クリームシチュー 果物 焼きのり	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
10	月	みどり粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	みどり粥 野菜スープ 野菜のミルク煮	かた粥 野菜のうま煮 マカロニサラダ 果物	軟飯 野菜のうま煮 マカロニサラダ 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
11	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	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	パン
12	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 みそ汁 鶏そぼろ アスパラのおかか和え	軟飯 みそ汁 鶏そぼろ アスパラのおかか和え	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
13	木	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 刻み果物	かた粥 わかめスープ 豚肉と野菜の炒め煮 果物	軟飯 わかめスープ 豚肉と野菜の炒め煮 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おかか おにぎり
14	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 かき卵コーンスープ つくね焼き 粉ふきいも	軟飯 かき卵コーンスープ つくね焼き 粉ふきいも	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
15	土	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 刻み果物	かた粥 麻婆豆腐 和え物 果物	軟飯 麻婆豆腐 和え物 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
17	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 刻み果物	かた粥 豚肉と野菜の炒め煮 切干大根とツナのあえもの 果物	軟飯 カレー 切干大根とツナのあえもの 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
18	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	かた粥 野菜汁 煮魚 小松菜の磯香あえ	軟飯 野菜汁 煮魚 小松菜の磯香あえ	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
19	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 刻み果物	かた粥 肉豆腐 もやしのあえもの 果物	軟飯 肉豆腐 もやしのあえもの 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	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			
		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
20	木	みどり粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	みどり粥 野菜スープ 野菜のミルク煮	かた粥 じゃがいものそぼろ煮 おひたし ひじきふりかけ	軟飯 じゃがいものそぼろ煮 おひたし ひじきふりかけ	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	パン
21	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 野菜スープ 焼きのり ふわふわオムレツ ゆでブロッコリー	軟飯 野菜スープ 焼きのり ふわふわオムレツ ゆでブロッコリー	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	のり おにぎり
22	土	みどり粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	みどり粥 野菜スープ 野菜のミルク煮	かた粥 親子煮 ツナサラダ 果物	軟飯 親子煮 ツナサラダ 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
24	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 刻み果物	かた粥 みそ汁 つくね焼き 果物 スナッフえんどうと春キャベツのサラダ	軟飯 みそ汁 つくね焼き 果物 スナッフえんどうと春キャベツのサラダ	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	塩昆布 おにぎり
25	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 カラフルサラダ	軟飯 みそ汁 煮魚 カラフルサラダ	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	ヨーグルト
26	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	かた粥 ポークビーンズ アスパラとツナのサラダ	軟飯 ポークビーンズ アスパラとツナのサラダ	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
27	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 車麩の卵とじ ほうれん草のあえもの 果物	軟飯 車麩の卵とじ ほうれん草のあえもの 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	パン
28	金	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 刻み果物	かた粥 みそ汁 きゅうりの塩もみ 豚肉のケチャップ炒め 果物	軟飯 みそ汁 きゅうりの塩もみ 豚肉のケチャップ炒め 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	塩おにぎり
29	土	みどり粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	みどり粥 野菜スープ 野菜のミルク煮	かた粥 野菜のうま煮 和え物 果物	軟飯 野菜のうま煮 和え物 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
31	月	みどり粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	みどり粥 野菜スープ 野菜のミルク煮	かた粥 うどん汁 三色ひたし 焼きのり 果物	軟飯 カレーうどん汁 三色ひたし 焼きのり 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お願いいたします。

