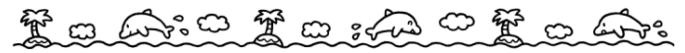


# 令和3年8月 離乳食予定献立表



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
2	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	おやつ
3	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 豚肉と野菜の卵とし ひじきサラダ 果物	軟飯 豚肉と野菜の卵とし ひじきサラダ 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	ぼっほ焼き
4	水	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 なすとピーマンの炒め物	軟飯 みそ汁 煮魚 なすとピーマンの炒め物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
5	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 そうめん汁 つくね焼き トマト	軟飯 そうめん汁 つくね焼き トマト	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	パン
6	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 ポークストロガノフ フレンチサラダ 果物	軟飯 ポークストロガノフ フレンチサラダ 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おなか おにぎり
7	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 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	おやつ
10	火	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 野菜とツナのあえもの 果物	軟飯 肉豆腐 野菜とツナのあえもの 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	塩昆布 おにぎり
11	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 果物 大豆入りミートソース	軟飯 果物 大豆入りミートソース	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
12	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 刻み果物	かた粥 野菜のうま煮 金時豆の甘煮 果物	軟飯 野菜のうま煮 金時豆の甘煮 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
13	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	かた粥 みそ汁 豚肉と野菜の炒め煮 粉ふきいも	軟飯 みそ汁 豚肉と野菜の炒め煮 粉ふきいも	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
14	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 じゃがいものそぼろ煮 磯香和え 果物	軟飯 じゃがいものそぼろ煮 磯香和え 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
16	月	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 ひじきの炒り煮 果物	軟飯 みそ汁 焼き魚 ひじきの炒り煮 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
17	火	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 春雨サラダ	軟飯 炒り豆腐 春雨サラダ	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	ヨーグルト

\*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
18	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 豆腐のくす煮 野菜の煮物 刻み果物	かた粥 なす入り麻婆豆腐 華風あえ 果物	軟飯 なす入り麻婆豆腐 華風あえ 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
19	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 みそ汁 焼きのり 冷しゃぶと野菜の盛り合わせ	軟飯 みそ汁 焼きのり 冷しゃぶと野菜の盛り合わせ	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	パン
20	金	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 豆腐のくす煮 野菜の煮物	かた粥 みそ汁 豆腐だんご ブロッコリーのおかかあえ	軟飯 みそ汁 豆腐だんご 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	のり おにぎり
21	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 肉じゃが 即席漬け 果物	軟飯 肉じゃが 即席漬け 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
23	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 春雨スープ 豚肉と野菜のみそ炒め煮 果物	軟飯 春雨スープ 豚肉と野菜のみそ炒め煮 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	ひじき おにぎり
24	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 刻み果物	かた粥 みそ汁 夏野菜入りプルコギ 果物	軟飯 みそ汁 夏野菜入りプルコギ 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
25	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 ワンタン汁 豚肉と野菜の炒め煮 野菜のおひたし	軟飯 ワンタン汁 豚肉と野菜の炒め煮 野菜のおひたし	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
26	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 豆腐のくす煮 野菜の煮物	かた粥 野菜汁 煮魚 かぼちゃの煮つけ	軟飯 野菜汁 煮魚 かぼちゃの煮つけ	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	パン
27	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 干草焼き きゅうり漬け	軟飯 野菜スープ 干草焼き きゅうり漬け	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
28	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 豚肉と野菜の炒め煮 わかめスープ 果物	軟飯 豚肉と野菜の炒め煮 わかめスープ 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
30	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 もやしとツナのサラダ 果物	軟飯 カレー もやしとツナのサラダ 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	パン
31	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 魚のくす煮 野菜の煮物	かた粥 かき卵野菜スープ 煮魚 即席漬け	軟飯 かき卵野菜スープ 魚のオープン焼き 即席漬け	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	ヨーグルト

～ 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。

