



# 平成31年1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)
4 金	米粥 にんじん さつまいも こまつな汁	米粥 たら煮物 にんじん さつまいも だいこん こまつな汁	米粥～軟飯 たら煮物 人参 さつまいも 大根 小松菜すまし汁	軟飯 ぶりの照り焼き 三色なます いもきんとん すまし汁
5 土	米粥 こまつな たまねぎ じゃがいも汁	米粥 大豆煮 こまつな たまねぎ にんじん じゃがいも汁	米粥～軟飯 大豆煮 こまつな たまねぎ にんじん じゃがいもみそ汁	軟飯 ポークケチャップ ポテトサラダ みそ汁
7 月	米粥 さつまいも にんじん キャベツ汁	米粥 大豆煮 さつまいも にんじん だいこん キャベツ汁	米粥～軟飯 大豆煮 さつまいも にんじん だいこん キャベツみそ汁	軟飯 鶏肉と根菜の炒り煮 キャベツのサラダ みそ汁
8 火	米粥 だいこん はくさい にんじん汁	米粥 豆腐煮 だいこん はくさい さつまいも にんじん汁	米粥～軟飯 豆腐煮 だいこん はくさい さつまいも にんじんみそ汁	軟飯 豆腐ハンバーグ ごぼうとさつまいものきんぴら みそ汁 みかん
9 水	米粥 ほうれんそう にんじん 豆腐汁	米粥 たら煮物 ほうれんそう にんじん だいこん 豆腐汁	米粥～軟飯 たら煮物 ほうれんそう にんじん だいこん 豆腐みそ汁	軟飯 たら煮つけ ほうれん草の白和え みそ汁
10 木	米粥 にんじん ブロッコリー かぶのスープ	米粥 鶏さき肉煮 にんじん ブロッコリー たまねぎ かぶのスープ	米粥～軟飯 鶏さき肉煮 にんじん ブロッコリー たまねぎ かぶのスープ	スパゲティミートソース カリフラワーのサラダ コンソメスープ りんご
11 金	米粥 キャベツ にんじん こまつなスープ	米粥 高野豆腐煮 キャベツ にんじん もやし こまつなスープ	米粥～軟飯 高野豆腐煮 キャベツ にんじん もやし こまつなスープ	軟飯 家常豆腐 小松菜ともやしのナムル 中華スープ
12 土	米粥 にんじん こまつな さつまいも汁	米粥 お麩の煮物 にんじん こまつな たまねぎ さつまいも汁	米粥～軟飯 お麩の煮物 にんじん こまつな たまねぎ さつまいもみそ汁	軟飯 鶏肉の生姜焼き 小松菜の胡麻和え 田舎汁
15 火	米粥 にんじん ほうれんそう だいこん汁	米粥 たら煮物 にんじん ほうれんそう たまねぎ だいこん汁	米粥～軟飯 たら煮物 にんじん ほうれんそう たまねぎ だいこんすまし汁	軟飯 鯖の味噌煮 ほうれん草おかか和え のっぺい汁 みかん
16 水	米粥 にんじん たまねぎ ほうれんそう汁	米粥 鶏ひき肉煮 にんじん たまねぎ じゃがいも ほうれんそう汁	米粥～軟飯 鶏ひき肉煮 にんじん たまねぎ じゃがいも ほうれんそうすまし汁	軟飯 塩から揚げ 切り干し大根の煮物 かきたま汁
17 木	米粥 さつまいも ブロッコリー キャベツスープ	米粥 高野豆腐煮 にんじん ブロッコリー さつまいも キャベツスープ	米粥～軟飯 高野豆腐煮 にんじん ブロッコリー さつまいも キャベツスープ	レバー入りカレーライス ごぼうサラダ コンソメスープ
18 金	米粥 にんじん かぼちゃ だいこん汁	米粥 たら煮物 にんじん かぼちゃ いんげん だいこん汁	米粥～軟飯 たら煮物 にんじん かぼちゃ いんげん だいこんみそ汁	軟飯 たらフライ かぼちゃといんげんのサラダ みそ汁
19 土	米粥 こまつな たまねぎ じゃがいも汁	米粥 大豆煮 こまつな たまねぎ にんじん じゃがいも汁	米粥～軟飯 大豆煮 こまつな たまねぎ にんじん じゃがいもみそ汁	軟飯 ポークケチャップ ポテトサラダ みそ汁
21 月	米粥 さつまいも にんじん キャベツ汁	米粥 大豆煮 さつまいも にんじん だいこん キャベツ汁	米粥～軟飯 大豆煮 さつまいも にんじん だいこん キャベツみそ汁	軟飯 鶏肉と根菜の炒り煮 キャベツのサラダ みそ汁
22 火	米粥 だいこん はくさい にんじん汁	米粥 豆腐煮 だいこん はくさい さつまいも にんじん汁	米粥～軟飯 豆腐煮 だいこん はくさい さつまいも にんじんみそ汁	軟飯 豆腐ハンバーグ ごぼうとさつまいものきんぴら みそ汁 みかん
23 水	米粥 ほうれんそう にんじん 豆腐汁	米粥 たら煮物 ほうれんそう にんじん だいこん 豆腐汁	米粥～軟飯 たら煮物 ほうれんそう にんじん だいこん 豆腐みそ汁	軟飯 たら煮つけ ほうれん草の白和え みそ汁
24 木	米粥 にんじん ブロッコリー かぶのスープ	米粥 鶏さき肉煮 にんじん ブロッコリー たまねぎ かぶのスープ	米粥～軟飯 鶏さき肉煮 にんじん ブロッコリー たまねぎ かぶのスープ	スパゲティミートソース カリフラワーのサラダ コンソメスープ りんご
25 金	米粥 キャベツ にんじん こまつなスープ	米粥 高野豆腐煮 キャベツ にんじん もやし こまつなスープ	米粥～軟飯 高野豆腐煮 キャベツ にんじん もやし こまつなスープ	軟飯 家常豆腐 小松菜ともやしのナムル 中華スープ
26 土	米粥 にんじん こまつな さつまいも汁	米粥 お麩の煮物 にんじん こまつな たまねぎ さつまいも汁	米粥～軟飯 お麩の煮物 にんじん こまつな たまねぎ さつまいもみそ汁	軟飯 鶏肉の生姜焼き 小松菜の胡麻和え 田舎汁
28 火	米粥 にんじん さつまいも はくさい汁	米粥 豆腐煮 にんじん さつまいも たまねぎ はくさい汁	米粥～軟飯 豆腐煮 にんじん さつまいも たまねぎ はくさいみそ汁	軟飯 鶏肉のマーマレード焼 さつまいもと昆布の煮物 五目みそ汁
29 水	米粥 にんじん ほうれんそう だいこん汁	米粥 たら煮物 にんじん ほうれんそう たまねぎ だいこん汁	米粥～軟飯 たら煮物 にんじん ほうれんそう たまねぎ だいこんすまし汁	軟飯 鯖の味噌煮 ほうれん草おかか和え のっぺい汁 みかん
30 木	米粥 にんじん たまねぎ ほうれんそう汁	米粥 鶏ひき肉煮 にんじん たまねぎ じゃがいも ほうれんそう汁	米粥～軟飯 鶏ひき肉煮 にんじん たまねぎ じゃがいも ほうれんそうすまし汁	軟飯 塩から揚げ 切り干し大根の煮物 かきたま汁
31 金	米粥 さつまいも ブロッコリー キャベツスープ	米粥 高野豆腐煮 にんじん ブロッコリー さつまいも キャベツスープ	米粥～軟飯 高野豆腐煮 にんじん ブロッコリー さつまいも キャベツスープ	レバー入りカレーライス ごぼうサラダ コンソメスープ
遠足	米粥 ブロッコリー にんじん さつまいもスープ	米粥 鶏ひき肉煮 だいこん にんじん ブロッコリー さつまいもスープ	米粥～軟飯 鶏ひき肉煮 だいこん にんじん ブロッコリー さつまいもスープ	おにぎり 鶏のから揚げ スティックやさい りんご
誕生会	米粥 だいこん にんじん はくさい汁	米粥 鮭の煮物 だいこん にんじん さつまいも はくさい汁	米粥～軟飯 鮭の煮物 だいこん にんじん さつまいも はくさいみそ汁	根菜と鶏肉の炊き込みご飯 鮭のフライ 白菜のごま和え みそ汁