



平成31年2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）
1 金	米粥 はくさい にんじん ほうれんそう汁	米粥 豆腐煮 はくさい にんじん きゅうり ほうれんそう汁	米粥～軟飯 豆腐煮 はくさい にんじん きゅうり ほうれん草すまし汁	軟飯 いわしのかば焼き 白菜とりんごの甘酢和え すまし汁
2 土	米粥 さつまいも にんじん こまつな汁	米粥 鮭の煮物 さつまいも にんじん たまねぎ こまつな汁	米粥～軟飯 鮭の煮物 さつまいも にんじん たまねぎ こまつなみそ汁	軟飯 鮭の塩焼き 切り干し大根煮 田舎汁
4 月	米粥 にんじん チンゲンサイ 玉ねぎスープ	米粥 豆腐煮 にんじん たまねぎ チンゲンサイ 玉ねぎスープ	米粥～軟飯 豆腐煮 にんじん たまねぎ チンゲンサイ コーンスープ	軟飯 鶏肉の台湾揚げ 春雨サラダ 中華スープ
5 火	米粥 かぼちゃ さつまいも にんじん汁	米粥 たら煮物 かぼちゃ さつまいも ブロッコリー にんじん汁	米粥～軟飯 たら煮物 かぼちゃ さつまいも ブロッコリー にんじんみそ汁	軟飯 さわらの磯辺焼き かぼちゃとさつまいもの甘煮 みそ汁 りんご
6 水	米粥 にんじん こまつな はくさいスープ	米粥 高野豆腐煮 にんじん チンゲン菜 こまつな はくさいスープ	米粥～軟飯 高野豆腐煮 にんじん チンゲン菜 こまつな はくさいスープ	軟飯 八宝菜 切り干し大根のナムル 中華スープ
7 木	米粥 さつまいも だいこん こまつな汁	米粥 たら煮物 さつまいも にんじん だいこん こまつな汁	米粥～軟飯 たら煮物 さつまいも にんじん だいこん こまつなみそ汁	軟飯 あじのごまフライ 小松菜の納豆和え さつまい汁
8 金	米粥 にんじん じゃがいも キャベツスープ	米粥 鶏肉煮 にんじん じゃがいも ブロッコリー キャベツスープ	米粥～軟飯 鶏肉煮 にんじん じゃがいも ブロッコリー キャベツスープ	軟飯 ハンバーグトマトソースかけ 茹で野菜 ポトフ
9 土	米粥 たまねぎ にんじん チンゲン菜汁	米粥 大豆煮 たまねぎ にんじん キャベツ チンゲン菜汁	米粥～軟飯 大豆煮 たまねぎ にんじん キャベツ チンゲン菜みそ汁	焼きそば 大豆の華風サラダ みそ汁 りんご
12 火	米粥 にんじん だいこん こまつな汁	米粥 かじき煮 にんじん だいこん かぼちゃ こまつな汁	米粥～軟飯 かじき煮 にんじん だいこん かぼちゃ こまつなみそ汁	軟飯 かじきの竜田揚げ 小松菜のおかか和え 田舎汁 りんご
13 水	米粥 じゃがいも にんじん ブロッコリー汁	米粥 鶏ささみ煮 じゃがいも にんじん さつまいも ブロッコリー汁	米粥～軟飯 鶏ささみ煮 じゃがいも にんじん さつまいも ブロッコリーみそ汁	軟飯 ポークビーンズ ブロッコリーサラダ みそ汁
14 木	米粥 にんじん たまねぎ 豆腐汁	米粥 鶏肉煮 にんじん ほうれん草 たまねぎ 豆腐汁	米粥～軟飯 鶏肉煮 にんじん ほうれん草 たまねぎ 豆腐みそ汁	軟飯 鶏肉の照り焼き ほうれん草と人参の磯和え みそ汁
15 金	米粥 だいこん さつまいも かぼちゃ汁	米粥 高野豆腐煮 にんじん だいこん さつまいも かぼちゃ汁	米粥～軟飯 高野豆腐煮 人参 だいこん さつまいも かぼちゃみそ汁	青のりご飯 わかさぎの塩焼き かぼちゃとさつまいもの甘煮 豚汁
16 土	米粥 さつまいも にんじん こまつな汁	米粥 鮭の煮物 さつまいも にんじん たまねぎ こまつな汁	米粥～軟飯 鮭の煮物 さつまいも にんじん たまねぎ こまつなみそ汁	軟飯 鮭の塩焼き 切り干し大根煮 田舎汁
18 月	米粥 キャベツ だいこん はくさいスープ	米粥 鶏肉煮 にんじん だいこん キャベツ はくさいスープ	米粥～軟飯 鶏肉煮 にんじん だいこん キャベツ はくさいスープ	カレーライス ツナとひじきのサラダ コンソメスープ
19 火	米粥 かぼちゃ さつまいも にんじん汁	米粥 たら煮物 かぼちゃ さつまいも ブロッコリー にんじん汁	米粥～軟飯 たら煮物 かぼちゃ さつまいも ブロッコリー にんじんみそ汁	軟飯 さわらの磯辺焼き かぼちゃとさつまいもの甘煮 みそ汁 りんご
20 水	米粥 にんじん こまつな はくさいスープ	米粥 高野豆腐煮 にんじん チンゲン菜 こまつな はくさいスープ	米粥～軟飯 高野豆腐煮 にんじん チンゲン菜 こまつな はくさいスープ	軟飯 八宝菜 切り干し大根のナムル 中華スープ
21 木	米粥 さつまいも だいこん こまつな汁	米粥 たら煮物 さつまいも にんじん だいこん こまつな汁	米粥～軟飯 たら煮物 さつまいも にんじん だいこん こまつなみそ汁	軟飯 あじのごまフライ 小松菜の納豆和え さつまい汁
22 金	米粥 にんじん じゃがいも キャベツスープ	米粥 鶏肉煮 にんじん じゃがいも ブロッコリー キャベツスープ	米粥～軟飯 鶏肉煮 にんじん じゃがいも ブロッコリー キャベツスープ	軟飯 ハンバーグトマトソースかけ 茹で野菜 ポトフ
23 土	米粥 たまねぎ にんじん チンゲン菜汁	米粥 大豆煮 たまねぎ にんじん キャベツ チンゲン菜汁	米粥～軟飯 大豆煮 たまねぎ にんじん キャベツ チンゲン菜みそ汁	焼きそば 大豆の華風サラダ みそ汁 りんご
25 月	米粥 はくさい にんじん ほうれんそう汁	米粥 高野豆腐煮 はくさい にんじん だいこん ほうれんそう汁	米粥～軟飯 高野豆腐煮 白菜 人参 大根 ほうれん草みそ汁	軟飯 納豆 筑前煮 白菜とじゃこの塩昆布和え みそ汁
26 火	米粥 にんじん だいこん こまつな汁	米粥 かじき煮 にんじん だいこん かぼちゃ こまつな汁	米粥～軟飯 かじき煮 にんじん だいこん かぼちゃ こまつなみそ汁	軟飯 かじきの竜田揚げ 小松菜のおかか和え 田舎汁 りんご
27 水	米粥 じゃがいも にんじん ブロッコリー汁	米粥 鶏ささみ煮 じゃがいも にんじん さつまいも ブロッコリー汁	米粥～軟飯 鶏ささみ煮 じゃがいも にんじん さつまいも ブロッコリーみそ汁	軟飯 ポークビーンズ ブロッコリーサラダ みそ汁
28 木	米粥 にんじん たまねぎ 豆腐汁	米粥 鶏肉煮 にんじん ほうれん草 たまねぎ 豆腐汁	米粥～軟飯 鶏肉煮 にんじん ほうれん草 たまねぎ 豆腐みそ汁	軟飯 鶏肉の照り焼き ほうれん草と人参の磯和え みそ汁
遠足	米粥 さつまいも にんじん たまねぎスープ	米粥 鶏肉煮 さつまいも にんじん いんげん たまねぎスープ	米粥～軟飯 鶏肉煮 さつまいも 人参 いんげん たまねぎスープ	おにぎり 鶏肉のから揚げ スティック野菜 いんげん素揚げ オレンジ
誕生会	米粥 ブロッコリー にんじん たまねぎスープ	米粥 鶏肉煮 ブロッコリー にんじん キャベツ たまねぎスープ	米粥～軟飯 鶏肉煮 ブロッコリー にんじん キャベツ たまねぎスープ	キャロットライス インド風チキンソテー 花野菜のサラダ ミルクスープ