

令和4年4月 離乳食予定献立表 (9~11か月頃)



京丹後市立保育所・こども園

日曜	献立	材料名
1 金	全粥～軟飯 高野豆腐の五目煮 ほうれん草の磯香煮 オレンジ	米、水 凍り豆腐、鶏ひき肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、いんげん、しいたけ、しょうゆ、砂糖、だし汁 ほうれん草、にんじん、のり、だし汁、オレンジ
4 月	全粥～軟飯 (しらすとわかめ) 豚肉入りスープ お焼き バナナ	米、水、しらす干し、わかめ 豚肉、酒、片栗粉、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ じゃがいも、あおのり、塩、片栗粉、油、バナナ
5 火	全粥～軟飯 肉じゃが風 ビーフンの酢の物 オレンジ	米、水 鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、グリーンピース、油、しょうゆ、砂糖、だし汁 ビーフン、キャベツ、にんじん、きゅうり、酢、しょうゆ、砂糖、だし汁、オレンジ
6 水	全粥～軟飯 赤魚と青菜煮 すまし汁	米、水 あかうお、キャベツ、こまつな、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 たまねぎ、しいたけ、にんじん、麩、ねぎ、だし汁、しょうゆ
7 木	全粥～軟飯 (減量) 春キャベツとツナの炒めそうめん 豆腐スープ バナナ	米、水 そうめん、ツナ缶、キャベツ、たまねぎ、しいたけ、油、だし汁 豆腐、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ、バナナ
8 金	全粥～軟飯 カレースープ フルーツサラダ	米、水 鶏ひき肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、グリーンピース、油、カレー粉、だし汁、しょうゆ、米粉 キャベツ、きゅうり、バナナ、レモン、しょうゆ、だし汁
11 月	全粥～軟飯 手作りクリームシチュー 春雨サラダ風 オレンジ	米、水 鶏肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、油、だし汁、豆乳、塩、しょうゆ、米粉 はるさめ、キャベツ、きゅうり、にんじん、だし汁、酢、しょうゆ、オレンジ
12 火	全粥～軟飯 鶏とじゃが芋煮 豆腐の汁 バナナ	米、水 鶏ひき肉、じゃがいも、にんじん、ねぎ、だし汁、しょうゆ 豆腐、たまねぎ、にんじん、ねぎ、だし汁、しょうゆ、バナナ
13 水	全粥～軟飯 鶏肉と青菜煮 オニオンスープ	米、水 鶏肉、こまつな、にんじん、かぼちゃ、かつお節、しょうゆ、だし汁 たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ
14 木	全粥～軟飯 さわらとなばな煮 わかめスープ	米、水 さわら、なばな、にんじん、しょうゆ、だし汁、片栗粉 わかめ、たまねぎ、にんじん、しいたけ、ねぎ、だし汁、しょうゆ
15 金	全粥～軟飯 豆腐の中華煮 きゃべつの煮びたし オレンジ	米、水 豆腐、たまねぎ、にんじん、しいたけ、ごま油、だし汁、しょうゆ、片栗粉 キャベツ、きゅうり、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉、オレンジ
18 月	全粥～軟飯 (きなこ) (減量) そうめん いちご 納豆のみそ風味	米、水、きな粉 そうめん、キャベツ、にんじん、だし汁、しょうゆ、ねぎ、いちご 納豆、豚ひき肉、たまねぎ、じゃがいも、ねぎ、ごま、みそ、砂糖、だし汁
19 火	全粥～軟飯 豆腐と青菜煮 野菜スープ オレンジ	米、水 豆腐、こまつな、にんじん、しょうゆ、だし汁、片栗粉 たまねぎ、キャベツ、にんじん、だし汁、しょうゆ、オレンジ
20 水	全粥～軟飯 魚と野菜煮 じゃが芋のみそ汁	米、水 さわら、ブロッコリー、キャベツ、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 じゃがいも、たまねぎ、にんじん、ねぎ、だし汁、みそ
21 木	全粥～軟飯 (金時豆) 豆腐ハンバーグ しょうゆレンヂ煮	米、水、いんげんまめ 豚ひき肉、豆腐、たまねぎ、米粉、片栗粉、塩、油 キャベツ、こまつな、きゅうり、にんじん、しょうゆ、酢、油、だし汁
22 金	全粥～軟飯 豆腐とじゃが芋のそぼろ煮 ブロッコリーサラダ オレンジ	米、水 生揚げ、鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、いんげん、しょうゆ、砂糖、だし汁、片栗粉 ブロッコリー、キャベツ、にんじん、しょうゆ、酢、だし汁、オレンジ
25 月	全粥～軟飯 (減量) 鶏だんごスープ 焼きビーフン バナナ	米、水 鶏ひき肉、豆腐、ねぎ、塩、片栗粉、キャベツ、にんじん、しいたけ、だし汁、しょうゆ ビーフン、ツナ缶、たまねぎ、にんじん、ピーマン、だし汁、バナナ
26 火	全粥～軟飯 ひじきのさらさ煮 サラダ煮 いちご	米、水 ひじき、豆腐、鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、グリーンピース、砂糖、しょうゆ、だし汁 キャベツ、きゅうり、にんじん、しょうゆ、酢、だし汁、いちご
27 水	全粥～軟飯 高野豆腐と野菜煮 きゃべつのスープ	米、水 凍り豆腐、たまねぎ、スナッフえんどう、にんじん、片栗粉、だし汁、しょうゆ たまねぎ、キャベツ、にんじん、だし汁、しょうゆ
28 木	全粥～軟飯 鶏肉と野菜煮 新玉ねぎのみそ汁	米、水 鶏ひき肉、キャベツ、きゅうり、にんじん、だし汁、しょうゆ たまねぎ、じゃがいも、ねぎ、みそ、だし汁

※ 離乳食後は欲しがるだけミルクを飲みます。

また、午前、午後の間食時間にもミルクを飲みます。

※ 使用食材の中に食べたことのないものがあれば、お知らせください。

※ 都合により献立を変更する場合がありますがご了承ください。

離乳食は食べる機能を獲得するための大切な食事です。給食で、お子さんに合った離乳食を提供するため、ご家庭での様子や状況を、お知らせいただけますようお願いいたします。