

令和6年4月



離乳食後期 (9~11か月頃) 予定献立表

京丹後市立保育所・こども園

日曜	献立	材料名
1月	全粥～軟飯 鶏肉のスープ じゃがいものお焼き オレンジ	米 鶏ひき肉、水、片栗粉、たまねぎ、にんじん、ねぎ、だし汁、しょうゆ じゃがいも、たまねぎ、塩、片栗粉、オリーブ油 オレンジ
2火	全粥～軟飯 鶏肉と野菜煮 サラダ煮 オレンジ	米 鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、ねぎ、だし汁、砂糖、しょうゆ、片栗粉 キャベツ、きゅうり、にんじん、酢、しょうゆ、砂糖、だし汁 オレンジ
3水	全粥～軟飯 洋風きんぴら オニオンスープ バナナ	米 牛肉、じゃがいも、にんじん、ピーマン、ごま油、砂糖、しょうゆ たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ バナナ
4木	全粥～軟飯 ビーフンの炒め煮 豆腐のすまし汁 バナナ	米 ビーフン、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、油、しょうゆ、砂糖 豆腐、たまねぎ、にんじん、しいたけ、ねぎ、だし汁、しょうゆ バナナ
5金	全粥～軟飯 豆腐とじゃが芋煮 レモンサラダ オレンジ	米 豆腐、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、いんげん、油、だし汁、砂糖、しょうゆ、片栗粉 キャベツ、きゅうり、にんじん、ツナ缶、レモン、しょうゆ、砂糖、だし汁 オレンジ
8月	軟飯～ご飯 (わかめとしらす) 五目うどん バナナ	米、わかめ、しらす干し うどん、鶏肉、たまねぎ、にんじん、しいたけ、ねぎ、だし汁、しょうゆ バナナ
9火	全粥～軟飯 肉じゃが サラダ煮 オレンジ	米 牛肉、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 キャベツ、きゅうり、にんじん、酢、しょうゆ、砂糖、だし汁 オレンジ
10水	全粥～軟飯 鶏肉と野菜煮 サラダ煮 いちご	米 鶏ひき肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、ピーマン、油、だし汁、しょうゆ、米粉 キャベツ、きゅうり、だし汁、レモン、しょうゆ いちご
11木	全粥～軟飯 鶏肉と野菜煮 すまし汁	米 鶏肉、ブロッコリー、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 豆腐、たまねぎ、にんじん、わかめ、ねぎ、だし汁、しょうゆ
12金	全粥～軟飯 魚と野菜煮 じゃが芋のみそ汁	米 さわら、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、わかめ、ねぎ、だし汁、みそ
15月	全粥～軟飯 鶏肉と野菜煮 ブロッコリーのサラダ オレンジ	米 鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、しめじ、油、だし汁、しょうゆ、米粉 ブロッコリー、キャベツ、にんじん、酢、しょうゆ、だし汁 オレンジ
16火	全粥～軟飯 さけと野菜煮 新玉ねぎのみそ汁	米 さけ、たまねぎ、じゃがいも、だし汁、しょうゆ たまねぎ、キャベツ、にんじん、わかめ、ねぎ、だし汁、みそ
17水	全粥～軟飯 鶏バーグ すまし汁	米 鶏ひき肉、豆腐、たまねぎ、ブロッコリー、にんじん、塩、片栗粉、油 たまねぎ、キャベツ、えのきたけ、にんじん、しいたけ、ねぎ、だし汁、しょうゆ
18木	全粥～軟飯 ビビンバ風あんかけ 春雨スープ オレンジ	米 豚ひき肉、ごま油、こまつな、にんじん、砂糖、みそ、しょうゆ、片栗粉 はるさめ、たまねぎ、キャベツ、にんじん、しいたけ、ねぎ、だし汁、しょうゆ オレンジ
19金	全粥～軟飯 さわらと野菜煮 じゃがいものみそ汁	米 さわら、たまねぎ、こまつな、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 じゃがいも、キャベツ、にんじん、ねぎ、だし汁、みそ
22月	全粥～軟飯 野菜そうめん 納豆みそ バナナ	米 そうめん、キャベツ、にんじん、だし汁、しょうゆ 納豆、豚ひき肉、ねぎ、みそ、砂糖、だし汁 バナナ
23火	全粥～軟飯 鶏肉とじゃがいも煮 野菜スープ オレンジ	米 鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ、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
24水	全粥～軟飯 あかうおと野菜煮 みそ汁	米 あかうお、キャベツ、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 たまねぎ、にんじん、わかめ、ねぎ、だし汁、みそ
25木	全粥～軟飯 ハンバーグ しょうゆフレンチ煮	米 牛ひき肉、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、塩、油 キャベツ、ほうれんそう、にんじん、しょうゆ、酢、油、だし汁
26金	全粥～軟飯 ひじきのさらさ炒め 野菜煮 オレンジ	米 ひじき、豆腐、鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、グリーンピース、油、砂糖、しょうゆ キャベツ、きゅうり、にんじん、だし汁、酢、しょうゆ オレンジ
30火	全粥～軟飯 鶏肉と野菜煮 コールスロー-サラダ煮 バナナ	米 鶏肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、グリーンピース、だし汁、しょうゆ、米粉 キャベツ、きゅうり、にんじん、酢、油、砂糖、だし汁 バナナ

- ※ 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。

**一緒に食事をし、食事の時間を楽しい時間にしましょう**

一緒に食事をする事で、楽しい時間となり、おいしく食べられます。  
「おいしいね」「モグモグ上手だね」「これは○○だよ」など話しかけ、美味しい食事  
にしましょう！