

令和6年10月 離乳食献立表（午後食）

大丸ゆうし保育園

日	曜	7～8ヶ月頃 (中期)	9～11ヶ月頃 (後期)	12～15ヶ月頃 (完了期)	16ヶ月頃～ (乳児食)
1 15	火	おかゆ 玉ねぎのみそ汁 鮭とカリフラワーの煮物 かぼちゃの煮物	かたがゆ 玉ねぎのみそ汁 鮭とカリフラワーの煮物 かぼちゃの煮物	青のりおにぎり 玉ねぎのみそ汁 鮭と野菜の煮物	オレンジゼリー・せんべい
2 16	水	煮込みうどん（玉ねぎ） ツナと里芋の煮物 白菜の煮物	煮込みうどん（玉ねぎ） ツナと里芋の煮物 白菜の煮物	煮込みうどん（玉ねぎ） ツナと野菜の煮物	お麩のラスク
3 17	木	おかゆ あさつきのみそ汁 豆腐とキャベツのあんかけ煮 さつま芋の煮物	かたがゆ あさつきのみそ汁 豆腐とキャベツのあんかけ煮 さつま芋の煮物	おかかおにぎり あさつきのみそ汁 豆腐と野菜の煮物	おかかとチーズのおにぎり
4 18	金	おかゆ 青菜のすまし汁 鮭と玉ねぎの煮物 人参の煮物	かたがゆ 青菜のすまし汁 鮭と玉ねぎの煮物 人参の煮物	すりごまおにぎり 青菜のすまし汁 鮭と野菜の煮物	4日：お祭りメニュー アメリカンドッグ（魚肉ソーセージ使用） りんごゼリー 18日：鮭茶漬
5 19	土	パンがゆ 玉ねぎのスープ 豆腐と人参の煮物 かぶの煮物	トースト 玉ねぎのスープ 豆腐と人参の煮物 かぶの煮物	トースト 玉ねぎのスープ 豆腐と野菜の煮物	あんパン
7 21	月	おかゆ キャベツのみそ汁 ツナと里芋の煮物 ブロッコリーの煮物	かたがゆ キャベツのみそ汁 ツナと里芋の煮物 ブロッコリーの煮物	きなこおにぎり キャベツのみそ汁 ツナと野菜の煮物	きな粉蒸しパン
8 22	火	おかゆ 玉ねぎのみそ汁 しらすとキャベツの煮物 かぼちゃの煮物	かたがゆ 玉ねぎのみそ汁 しらすとキャベツの煮物 かぼちゃの煮物	おかかおにぎり 玉ねぎのみそ汁 しらすと野菜の煮物	お好みマカロニ
9 23	水	おかゆ ねぎのすまし汁 白身魚となすのあんかけ煮 人参と青菜の煮物	かたがゆ ねぎのすまし汁 白身魚となすのあんかけ煮 人参と青菜の和え物	ワカメおにぎり ねぎのすまし汁 白身魚と野菜の煮物	9日：スイートポテト 23日：ゆかりとじゃこのおにぎり
10 24	木	煮込みうどん（冬瓜） 豆腐と玉ねぎの煮物 さつま芋の煮物	煮込みうどん（冬瓜） 豆腐と玉ねぎの煮物 さつま芋の煮物	煮込みうどん（冬瓜） 豆腐と野菜の煮物	手作りミートパイ
11 25	金	パンがゆ キャベツのスープ しらすとじゃが芋の煮物 かぶの煮物	トースト キャベツのスープ しらすとじゃが芋の煮物 かぶの煮物	トースト キャベツのスープ しらすと野菜の煮物	じゃこトースト
12 26	土	おかゆ 白菜のすまし汁 ツナとじゃが芋の煮物 ブロッコリーの煮物	かたがゆ 白菜のすまし汁 ツナとじゃが芋の煮物 ブロッコリーの煮物	昆布おにぎり 白菜のすまし汁 ツナと野菜の煮物	クラッカーサンド
28	月	おかゆ 青菜のすまし汁 しらすと里芋の煮物 白菜のあんかけ煮	かたがゆ 青菜のすまし汁 しらすと里芋の煮物 白菜のあんかけ煮	梅干しおにぎり 青菜のすまし汁 しらすと野菜の煮物	梅と昆布のおにぎり
29	火	パンがゆ あさつきのスープ ツナとかぼちゃの煮物 カリフラワーの煮物	トースト あさつきのスープ ツナとかぼちゃの煮物 カリフラワーの和え物	トースト あさつきのスープ ツナと野菜の煮物	みそ野菜ラーメン
30	水	おかゆ ねぎのみそ汁 豆腐と青菜のあんかけ煮 さつま芋の煮物	かたがゆ ねぎのみそ汁 豆腐と青菜のあんかけ煮 さつま芋の煮物	ワカメおにぎり ねぎのみそ汁 豆腐と野菜の煮物	豆腐ナゲット
31	木	煮込みめん（青菜） 白身魚となすのあんかけ煮 かぼちゃの煮物	煮込みめん（青菜） 白身魚となすのあんかけ煮 かぼちゃの煮物	煮込みめん（青菜） 白身魚と野菜の煮物	かぼちゃケーキ
盛付け量の目安		主食 大さじ3 汁物 5 おかず 2 おかず 2	主食 大さじ3 汁物 5 おかず 3 おかず 3	主食 大さじ3 汁物 7 おかず 3	ごはん類 65g パン類 30～40g 汁めん類 120g 汁物 120cc
<p>☆完了期食では朝の水分補給時に牛乳を提供しますが、その他の食事形態・時間帯・食事時には白湯を提供します。</p> <p>☆豚肉・鶏肉はひき肉を、完了期食に使用するきゅうり・トマトは皮をむいてボイルしたものを使用しています。</p> <p>☆中期食からは、果物（すりおろしりんご等）を提供します。</p>					