



乳児食予定献立表

2021年度

こひつじこども園

日	曜	5~6ヶ月頃(Aコース)	7~8ヶ月頃 (Bコース)	9~11ヶ月頃 (Cコース)	12~18ヶ月頃 (乳児食コース)	3時の軽食	
1	金	離乳食を始めたばかりの献立)	④お粥 ⑥刻みわかめスープ ③キャベツと豚赤身肉のつぶし煮 ⑤	A 軟飯orおにぎり B 刻みわかめスープ C キャベツと豚赤身肉のやわらか煮 ⑤	1 ご飯 2 えのき茸のみそ汁 3 豚肉の生姜焼き風野菜炒め 4 バナナ	きな粉 マカロニ	
2	土		A お粥or 軟飯 B 玉葱のすまし汁 C 納豆とじゃが芋のみそ煮 ⑤	1 わかめのすまし汁 < お弁当の日 >	⑤ビスケット		
4	月		お粥 ④お粥 ⑥大根のみそ風味汁 ③さつま芋と鶏肉のうま煮 ⑤	A 軟飯orおにぎり B 大根のみそ汁 C さつま芋と鶏肉の煮物 ⑤	1 ご飯 2 さつま芋のみそ汁 3 鶏肉と大根の煮物 4 梨	パンネク ケーキ	
5	火		お粥 ペースト ④お粥 ⑥刻みきのこ入りたくたうどん ③じゃが芋としらす干しのつぶし煮 ⑤	A 軟飯orおにぎり B 刻みきのこ入り煮込みうどん C じゃが芋としらす干しのころころ煮⑤	1 ホットドックパン 2 きのこのスープ 3 焼きそば 4 バナナ	コロコロ混ぜ ご飯	
6	水		野菜スープ ④お粥 ⑥人参のみそ風味汁 ③豆腐とひじきのつぶし煮 ⑤	A 軟飯orおにぎり B 人参のみそ汁 C ひじきのやわらか煮 D 豆腐ステーキ ⑤	1 かきませ寿司 2 豆腐のすまし汁 3 柿	ソーセージ &ビスケット	
7	木		人参 ペースト ④お粥 ⑥きのこ入り玉ねぎスープ ③じゃが芋のレバーソース和え ⑤	A 軟飯orおにぎり B きのこ入り玉葱スープ C レバー入りポテトのお焼き ⑤	1 カレーライス 2 ブロッコリー 3 りんご	パンキ ンパイ	
8	金		じゃが芋 ペースト ④お粥 ⑥パンプキンポタージュ ③刻みマカロニと玉ねぎのミルク煮 ⑤	A 軟飯orおにぎり B パンプキンポタージュ C 刻みマカロニと玉葱のミルク煮 ⑤	1 食パン 2 コンソメスープ 3 白身魚フ ライ 4 パスタサラダ 5 ヨーグルト	手作りふり かけおにぎり	
9	土		あそ B O フェスタ				⑤ビスケット
11	月		ほうれん草 ペースト ④お粥 ⑥玉ねぎと麩のみそ風味汁 ③カレイのくず煮 ⑤	A 軟飯orおにぎり B 玉葱と麩のみそ汁 C カレイの野菜あんかけ ⑤	1 ご飯 2 麩のみそ汁 3 太刀魚のかば焼き 4 厚揚げときのこの煮びたし 5 バナナ	みそポテ ト	
12	火	南瓜 ペースト ④お粥 ⑥豆腐のみそ風味汁 ⑤ ③豚赤身肉入りさつま芋と人参のつぶし煮	A 軟飯orおにぎり B 豆腐のみそ汁 ⑤ C 豚赤身肉入りさつま芋と人参のころころ煮	(季節の料理) 1 さつま芋ご飯 2 けんちん汁 3 きんぴらごぼう 4 柿	アップル ケーキ		
13	水	さつま芋 ペースト ④お粥 ⑥キャベツスープ ③納豆とじゃが芋のつぶし煮 ⑤	A 軟飯orおにぎり B キャベツスープ C 納豆とじゃが芋のうま煮 ⑤	1 黒糖パン 2 クリームシチュー 3 スパ ゲティーのケチャップ炒め 4 りんご	きつね おにぎり		
14	木	白菜 ペースト ④お粥 ⑥とろとろワンタンスープ ③白菜と豚赤身肉のやわらか煮 ⑤	A 軟飯orおにぎり B とろとろワンタンスープ C 白菜と豚赤身肉のうま煮 ⑤	1 ご飯 2 ワンタンスープ 3 八宝菜 4 ヨーグルト	スナック パン		
15	金	④お粥 ⑥ほうれん草入りとろとろうどん ③白菜と鶏肉のつぶし煮 ⑤	A 軟飯orおにぎり C 白菜と鶏肉の煮物 B ほうれん草入り煮込みうどん ⑤	1 白ごまパン 2 かやくうどん 3 ほうれん草の鰹和え 4 オレンジ	五平餅		
16	土	A お粥or 軟飯 B じゃが芋のみそ汁 C 麩と人参のうま煮 ⑤			1 じゃが芋のみそ汁 < お弁当の日 >	⑤ビスケット	
18	月	大根 ペースト ④お粥 ⑥玉ねぎと刻みわかめのすまし汁 ③さつま芋と豚赤身肉のつぶし煮 ⑤	A 軟飯orおにぎり B 玉葱と刻みわかめのす まし汁 C さつま芋と豚赤身肉のうま煮 ⑤	1 ご飯 2 えのき茸のすまし汁 3 豚肉と里芋のみそ煮 4 りんご	キャラ ット ケーキ		
19	火	グリンピース ペースト ④お粥 ⑥人参のみそ風味汁 ③納豆とじゃが芋のとろとろ煮 ⑤	A 軟飯orおにぎり B 人参スープ C 納豆とじゃが芋のみそ煮 ⑤	1 チーズパン 2 コーンスープ 3 きのこツナのスパゲティ 4 バナナ	納豆炒飯		
20	水	白身魚 ペースト ④お粥 ⑥白菜と刻みもやしのみそ風味汁 ③さつま芋としらす干しのつぶし煮 ⑤	A 軟飯orおにぎり B 白菜ともやしのみそ汁 C さつま芋としらす干しのやわらか煮 ⑤	1 じゃこ炒飯 2 もやしスープ 3 シューマイ 4 オレンジ	焼き芋		
21	木	④お粥 ⑥南瓜のみそ風味汁 ③カレイとキャベツのつぶし煮 ⑤	A 軟飯orおにぎり B 南瓜のみそ汁 C カレイとキャベツのうま煮 ⑤	1 コーンパン 2 ジュリアンスープ 3 鮭のパ ン粉焼き 4 南瓜のサラダ 5 ヨーグルト	ピザ風 ご飯 のお焼き		
22	金	一人一人 の離乳開 始の状況 に合わせて Bコース のメニュー より適宜 ペーストに して取り入 れていきま す。 ④お粥 ⑥刻み春雨スープ ⑤ ③ほうれん草・玉ねぎの豚赤身肉つぶし煮	A 軟飯orおにぎり B 刻み春雨スープ C ほうれん草・玉葱の豚赤身肉の煮物 ⑤	1 ご飯 2 韓国風わかめスープ 3 チャプチェ 4 りんご	チーズ& クラッカー		
23	土	A お粥or 軟飯 B 玉葱と麩のみそ汁 C じゃが芋としらす干しのうま煮 ⑤			1 麩のすまし汁 < お弁当の日 >	⑤ビスケット	
25	月	④お粥 ⑥切り干し大根のみそ風味汁 ③カレイのくず煮 ⑤	A 軟飯orおにぎり B 切り干し大根みそ汁 C カレイの煮つけ D 人参スティック ⑤	1 五穀米 2 もずくのみそ汁 5 柿 3 赤魚の煮付け 4 切り干し大根の煮物	アメリ カン ドック		
26	火	④お粥 ⑥オニオンスープ ③じゃが芋と豚赤身肉のトマト風味煮 ⑤	A 軟飯orおにぎり B オニオンスープ ⑤ C じゃが芋と豚赤身肉のトマト煮 D スティック人参	1 ハヤシライス 2 スティックきゅうり 3 りんご	ちよど のお豆腐 &クッキー		
27	水	④お粥 ⑥人参スープ ③南瓜とブロッコリーのミルク煮 ⑤	A 軟飯orおにぎり B 人参スープ C 南瓜とブロッコリーのミルク煮 ⑤	1 コッペパン 2 レタススープ 3 パンプキングラタン 4 バナナ	ひじ き おに ぎり		
28	木	④お粥 ⑥じゃが芋のみそ風味汁 ③大根と鶏肉のつぶし煮 ⑤	A 軟飯orおにぎり B じゃが芋のみそ汁 C 大根と鶏肉のうま煮 ⑤	1 ご飯 2 なめこのみそ汁 3 おでん 4 柿	バター トース ト		
29	金	④お粥 ⑥玉ねぎ入りとろとろうどん ③キャベツとさつま芋のくたくた煮 ⑤	A 軟飯orおにぎり B 玉葱入り煮込みうどん C キャベツとさつま芋のやわらか煮 ⑤	1 オニオンパン 2 野菜ラーメン 3 チンゲン菜とちくわのソテー 4 オレンジ	芋よう かん		
30	土	A お粥or 軟飯 B 刻みわかめと玉葱のみそ汁 C 豆腐としらす干しのうま煮 ⑤			1 豆腐のみそ汁 < お弁当の日 >	⑤ビスケット	

乳児食については、基本的に幼児食メニューですが、調理形態が健康、発達によって変わってきます。(刻み、荒つぶし等) ⑤=とろーりバナナ ⑥=煮りんご

南瓜、じゃが芋、さつま芋が美味しい季節です！離乳食や乳児食にもたくさん取り入れ、たくさん食べてくれることを願っています。