

# 2019年 7月 の 離 乳 食 予 定 献 立 表

さくらんぼ保育園

曜日	日	準備期 (5ヵ月)	前期 (6ヵ月)	中期 (7~8ヵ月)	後期 (9~11ヵ月)	午後おやつ
月	1		野菜スープ	おかゆ スープ(玉葱)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・中期食と同じ献立</li> <li>・11ヵ月より味をつけていく</li> <li>・後期食以降のスープは2種類の野菜で作ります</li> </ul>	中期・後期： 野菜おじや
	15	野菜スープ	つぶしかゆ	人参とじゃがいもの煮ひたし		
	29	おもゆ	野菜のうらごし (人参 じゃがいも 玉葱)	カレイのくたくた煮 かぼちゃの煮ひたし		
火	2		野菜スープ	おかゆ スープ(小松菜)		中期・後期： りんご煮
	16	野菜スープ	つぶしかゆ	人参とじゃがいもの煮ひたし		
	30	おもゆ	野菜のうらごし (人参 じゃがいも さやいんげん)	タラのくたくた煮 さやいんげんの煮ひたし		
水	3		野菜スープ	おかゆ スープ(なす)	豚ひき肉と玉葱の肉団子	中期・後期： ゆでマカロニ
	17	野菜スープ	つぶしかゆ	人参とさつまいもの煮ひたし		
	31	おもゆ	野菜のうらごし (人参 さつまいも 玉葱)	メルルーサのくたくた煮 玉葱の煮ひたし		
木	4		野菜スープ	おかゆ スープ(キャベツ)		中期・後期： おかし
	18	野菜スープ	つぶしかゆ	人参とじゃがいもの煮ひたし		
		おもゆ	野菜のうらごし (人参 じゃがいも 玉葱)	カレイのくたくた煮 玉葱の煮ひたし		
金	5		野菜スープ	おかゆ スープ(玉葱)		中期・後期： 野菜おじや
	19	野菜スープ	つぶしかゆ	人参とさつまいもの煮ひたし		
		おもゆ	野菜のうらごし (人参 さつまいも 小松菜)	タラのくたくた煮 小松菜の煮ひたし 豆腐の煮ひたし		
土	6		野菜スープ	おじや (人参 キャベツ 小松菜)		中期・後期： おかし
	20	野菜スープ	つぶしかゆ	豆腐の煮ひたし		
		おもゆ	野菜のうらごし (人参 キャベツ 小松菜)			
月	8		野菜スープ	おかゆ スープ(なす)		中期・後期： じゃがいももち
	22	野菜スープ	つぶしかゆ	人参とじゃがいもの煮ひたし		
		おもゆ	野菜のうらごし (人参 じゃがいも 小松菜)	カレイのくたくた煮 小松菜の煮ひたし		
火	9		野菜スープ	おかゆ スープ(トマト)		中期・後期： おかし
	23	野菜スープ	つぶしかゆ	人参とさつまいもの煮ひたし		
		おもゆ	野菜のうらごし (人参 トマト チンゲン菜)	タラのくたくた煮 チンゲン菜の煮ひたし 豆腐の煮ひたし		
水	10		野菜スープ	おかゆ スープ(小松菜)		中期・後期： 野菜おじや
	24	野菜スープ	つぶしかゆ	人参とじゃがいもの煮ひたし		
		おもゆ	野菜のうらごし (人参 じゃがいも 玉葱)	カレイのくたくた煮 玉葱の煮ひたし		
木	11		野菜スープ	おかゆ スープ(玉葱)	豚ひき肉と玉葱の肉団子	中期・後期： おかし
	25	野菜スープ	つぶしかゆ	人参とさつまいもの煮ひたし		
		おもゆ	野菜のうらごし (人参 さつまいも キャベツ)	メルルーサのくたくた煮 キャベツの煮ひたし		
金	12		野菜スープ	おかゆ スープ(玉葱)		中期・後期： 米粉団子
	26	野菜スープ	つぶしかゆ	人参とじゃがいもの煮ひたし		
		おもゆ	野菜のうらごし (人参 玉葱 かぼちゃ)	タラのくたくた煮 かぼちゃの煮ひたし		
土	13		野菜スープ	おじや (人参 玉葱 キャベツ)		中期・後期： おかし
	27	野菜スープ	つぶしかゆ	豆腐の煮ひたし		
		おもゆ	野菜のうらごし (人参 玉葱 キャベツ)			

\*後期食……11ヵ月になったら味付けていきます。 1週目:塩味 2週目:しょうゆ味 3週目:味噌味

12ヶ月を過ぎてから、幼児食も少しずつ食べていきます。

\*おやつ……中期食は午後1回、後期食は午前と午後の2回です。

後期食以降は、小麦粉を使ったおやつも取り入れていきます。

