

2020年 5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	11 25	野菜スープ おもゆ	野菜スープ つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 ジャガイモ アスパラ)	おかゆ スープ(キャベツ) 人参とじゃがいもの煮ひたし カレーのくたくた煮 アスパラの煮ひたし	・中期食と同じ献立 ・11ヵ月より味をつけていく ・後期食以降のスープは 2種類の野菜で作ります	中期・後期: 野菜おじや
火	12 26	野菜スープ おもゆ	野菜スープ つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 さつまいも 小松菜)	おかゆ スープ(小松菜) 人参とさつまいもの煮ひたし タラのくたくた煮 かぶの煮ひたし	豚ひき肉と玉葱の肉団子	中期・後期: りんごとさつまいもの 重ね煮
水	13 27	野菜スープ おもゆ	野菜スープ つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 ジャガイモ 玉葱)	おかゆ スープ(さやえんどう) 人参とじゃがいもの煮ひたし メルルーサのくたくた煮 玉葱の煮ひたし 豆腐の煮ひたし		中期・後期: そら豆のやわらか煮
木	14 28	野菜スープ おもゆ	野菜スープ つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 玉葱 小松菜)	おかゆ スープ(玉葱) 人参とじゃがいもの煮ひたし カレーのくたくた煮 小松菜の煮ひたし	納豆の煮ひたし	中期・後期: おかし
金	15 29	野菜スープ おもゆ	野菜スープ つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 さつまいも かぶ)	おかゆ スープ(トマト) 人参とさつまいもの煮ひたし タラのくたくた煮 かぶの煮ひたし		中期・後期: さつまいも煮
土	16 30	野菜スープ おもゆ	野菜スープ つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 玉葱 ジャガイモ)	おじや (人参 玉葱 ジャガイモ) 豆腐の煮ひたし		中期・後期: おかし
月	4 18	野菜スープ おもゆ	野菜スープ つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 玉葱 小松菜)	おかゆ スープ(小松菜) 人参とさつまいもの煮ひたし タラのくたくた煮 玉葱の煮ひたし		中期・後期: さつまいもの茶巾
火	5 19	野菜スープ おもゆ	野菜スープ つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 玉葱 キャベツ)	おかゆ スープ(キャベツ) 人参とじゃがいもの煮ひたし タラのくたくた煮 玉葱の煮ひたし		中期・後期: りんごのコンポート
水	6 20	野菜スープ おもゆ	野菜スープ つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 ジャガイモ チンゲン菜)	おかゆ スープ(玉葱) 人参とじゃがいもの煮ひたし カレーのくたくた煮 チンゲン菜の煮ひたし	豚ひき肉と玉葱の肉団子	中期・後期: 野菜おじや
木	7 21	野菜スープ おもゆ	野菜スープ つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 さつまいも ブロッコリー)	おかゆ スープ(玉葱) 人参とさつまいもの煮ひたし メルルーサのくたくた煮 ブロッコリーの煮ひたし		中期・後期: 米粉団子
金	8 22	野菜スープ おもゆ	野菜スープ つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 ジャガイモ 小松菜)	おかゆ スープ(玉葱) 人参とじゃがいもの煮ひたし カレーのくたくた煮 小松菜の煮ひたし 豆腐の煮ひたし		中期・後期: ジャガイモおやき
土	9 23	野菜スープ おもゆ	野菜スープ つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 玉葱 キャベツ)	おじや (人参 玉葱 キャベツ) 豆腐の煮ひたし		中期・後期: おかし

*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 4週目: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回です。後期食は、午前と午後の2回です。

