

# 2020年 8月 の 離 乳 食 予 定 献 立 表

さくらんぼ保育園

| 曜日 | 日             | 準備期<br>(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  | 10<br>24      | 野菜スープ<br>おもゆ | 野菜スープ<br>つぶしかゆ<br>野菜のうらごし<br>(人参 かぼちゃ さやいんげん) | おかゆ スープ(小松菜)<br>人参とかぼちゃの煮ひたし<br>カレーのくたくた煮<br>さやいんげんの煮ひたし                                 | ・中期食と同じ献立<br>・11ヵ月より味をつけていく<br>・後期食以降のスープは<br>2種類の野菜で作ります | 中期・後期:<br>野菜おじや             |
| 火  | 11<br>25      | 野菜スープ<br>おもゆ | 野菜スープ<br>つぶしかゆ<br>野菜のうらごし<br>(人参 さつまいも キャベツ)  | おかゆ スープ(キャベツ)<br>人参とさつまいもの煮ひたし<br>タラのくたくた煮<br>玉葱の煮ひたし                                    |   | 中期・後期:<br>りんごとさつまいもの<br>重ね煮 |
| 水  | 12<br>26      | 野菜スープ<br>おもゆ | 野菜スープ<br>つぶしかゆ<br>野菜のうらごし<br>(人参 じゃがいも 玉葱)    | おかゆ スープ(玉葱)<br>人参とじゃがいもの煮ひたし<br>メルルーサのくたくた煮<br>さやいんげんの煮ひたし                               | 豚ひき肉と玉葱の肉団子   | 中期・後期:<br>おかし               |
| 木  | 13<br>27      | 野菜スープ<br>おもゆ | 野菜スープ<br>つぶしかゆ<br>野菜のうらごし<br>(人参 じゃがいも 玉葱)    | おかゆ スープ(なす)<br>人参とじゃがいもの煮ひたし<br>カレーのくたくた煮<br>玉葱の煮ひたし                                     |   | 中期・後期:<br>枝豆のやわらか煮          |
| 金  | 14<br>28      | 野菜スープ<br>おもゆ | 野菜スープ<br>つぶしかゆ<br>野菜のうらごし<br>(人参 さつまいも キャベツ)  | おかゆ スープ(玉葱)<br>人参とさつまいもの煮ひたし<br>タラのくたくた煮<br>キャベツの煮ひたし 豆腐の煮ひたし                            |   | 中期・後期:<br>米粉団子              |
| 土  | 1<br>15<br>29 | 野菜スープ<br>おもゆ | 野菜スープ<br>つぶしかゆ<br>野菜のうらごし<br>(人参 玉葱 ブロッコリー)   | おじや (人参 玉葱 ブロッコリー)<br>豆腐の煮ひたし  |   | 中期・後期:<br>おかし               |
| 月  | 3<br>17<br>31 | 野菜スープ<br>おもゆ | 野菜スープ<br>つぶしかゆ<br>野菜のうらごし<br>(人参 じゃがいも 玉葱)    | おかゆ スープ(3・17日:トマト 31日:玉葱)<br>人参とじゃがいもの煮ひたし<br>カレーのくたくた煮<br>3・17日:かぼちゃの煮ひたし 31日:キャベツの煮ひたし |   | 中期・後期:<br>人参おやき             |
| 火  | 4<br>18       | 野菜スープ<br>おもゆ | 野菜スープ<br>つぶしかゆ<br>野菜のうらごし<br>(人参 さつまいも 玉葱)    | おかゆ スープ(さやえんどう)<br>人参とさつまいもの煮ひたし<br>タラのくたくた煮<br>玉葱の煮ひたし                                  |   | 中期・後期:<br>りんごのコンポート         |
| 水  | 5<br>19       | 野菜スープ<br>おもゆ | 野菜スープ<br>つぶしかゆ<br>野菜のうらごし<br>(人参 じゃがいも キャベツ)  | おかゆ スープ(キャベツ)<br>人参とじゃがいもの煮ひたし<br>カレーのくたくた煮<br>玉葱の煮ひたし                                   | 納豆の煮ひたし   | 中期・後期:<br>野菜おじや             |
| 木  | 6<br>20       | 野菜スープ<br>おもゆ | 野菜スープ<br>つぶしかゆ<br>野菜のうらごし<br>(人参 じゃがいも 玉葱)    | おかゆ スープ(玉葱)<br>人参とじゃがいもの煮ひたし<br>メルルーサのくたくた煮<br>小松菜の煮ひたし 豆腐の煮ひたし                          |   | 中期・後期:<br>おかし               |
| 金  | 7<br>21       | 野菜スープ<br>おもゆ | 野菜スープ<br>つぶしかゆ<br>野菜のうらごし<br>(人参 かぼちゃ トマト)    | おかゆ スープ(トマト)<br>人参とさつまいもの煮ひたし<br>カレーのくたくた煮<br>かぼちゃの煮ひたし                                  |   | 中期・後期:<br>かぼちゃの茶巾           |
| 土  | 8<br>22       | 野菜スープ<br>おもゆ | 野菜スープ<br>つぶしかゆ<br>野菜のうらごし<br>(人参 小松菜 玉葱)      | おじや (人参 小松菜 玉葱)<br>豆腐の煮ひたし   |   | 中期・後期:<br>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。

