

2020年 9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	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 ジャがいも 玉葱)	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 なすの煮ひたし	・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	1 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 玉葱)	おかゆ スープ(1・15日:キャベツ 29日: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 豆腐の煮ひたし		中期・後期： りんごとさつまいもの 重ね煮
水	2 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 ジャがいも 玉葱)	おかゆ スープ(2・16日:さやえんどう 30日:玉葱) 人参と(2・16日:じゃがいも 30日:さつまいも)の煮ひたし メルルーサのくたくた煮 2・16日:玉葱 30日:かぼちゃの煮ひたし		中期・後期： おかし
木	3 17	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 かぼちゃ 玉葱)	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 かぼちゃの煮ひたし		中期・後期： かぼちゃの茶巾
金	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 さつまいも キャベツ)	おかゆ スープ(玉葱) 人参とさつまいもの煮ひたし タラのくたくた煮 キャベツの煮ひたし	豚ひき肉と玉葱の肉団子	中期・後期： 米粉団子
土	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 ジャがいも)	おじや (人参 玉葱 ジャがいも) 豆腐の煮ひたし		中期・後期： おかし
月	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 ジャがいも 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		中期・後期： 人参おやき
火	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 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 玉葱の煮ひたし	納豆の煮ひたし	中期・後期： りんごのコンポート
水	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 ジャがいも ブロccoli)	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 ブロッコリーの煮ひたし	豚ひき肉と玉葱の肉団子	中期・後期： 野菜おじや
木	10 24	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 ジャがいも 玉葱)	おかゆ スープ(キャベツ) 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		中期・後期： おかし
金	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 さつまいも キャベツ)	おかゆ スープ(玉葱) 人参とさつまいもの煮ひたし カレーのくたくた煮 キャベツの煮ひたし		中期・後期： さつまいもおやき
土	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 玉葱 ブロccoli)	おじや (人参 玉葱 ブロccoli) 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。