

2021年 10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 ジャがいも 玉葱)	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 かぶの煮ひたし	・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 キャベツ)	おかゆ スープ(小松菜) 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	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 メルルーサのくたくた煮 小松菜の煮ひたし 豆腐の煮ひたし		中期・後期: じゃがいものおやき
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 さつまいも 玉葱)	おかゆ スープ(白菜) 人参とさつまいもの煮ひたし カレーのくたくた煮 大根の煮ひたし	豚ひき肉と玉葱の肉団子	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 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 タラのくたくた煮 煮ひたし (2、29日:かぼちゃ、15日:チンゲン菜)		中期・後期: 野菜おやき
土	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)	おじや (人参 ジャがいも 玉葱) 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 さつまいも 玉葱)	おかゆ スープ(キャベツ) 人参とさつまいもの煮ひたし カレーのくたくた煮 大根の煮ひたし		中期・後期: 野菜おじや
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 ジャがいも チンゲン菜)	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 キャベツの煮ひたし 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	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 ジャがいも キャベツ)	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: おかし
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 ジャがいも 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 メルルーサのくたくた煮 玉葱の煮ひたし		中期・後期: さつまいもの茶巾
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 さつまいも キャベツ)	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 煮ひたし (8日:チンゲン菜、22日:キャベツ)		中期・後期: 野菜おじや
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 小松菜 ジャがいも)	おじや (人参 玉葱 ブロッコリー) 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。

