

2023年 1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	2		野菜スープ	おかゆ スープ(玉葱)	<ul style="list-style-type: none"> ・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
	16 30	野菜スープ おもゆ	つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 ジャがいも 玉葱)	人参とじゃがいもの煮ひたし タラのくたくた煮 キャベツの煮ひたし		
火	3		野菜スープ	おかゆ スープ(白菜)	豚ひき肉と玉葱の肉団子	中期・後期： りんごのコンポート
	17 31	野菜スープ おもゆ	つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 さつまいも 白菜)	人参とさつまいもの煮ひたし カレイのくたくた煮 玉葱の煮ひたし		
水	4		野菜スープ	おかゆ スープ(玉葱)		中期・後期： おかし
	18	野菜スープ おもゆ	つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 ジャがいも 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 キャベツの煮ひたし		
木	5		野菜スープ	おかゆ スープ(小松菜)		中期・後期： 野菜おやき
	19	野菜スープ おもゆ	つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 ジャがいも 小松菜)	人参とじゃがいもの煮ひたし タラのくたくた煮 白菜の煮ひたし		
金	6		野菜スープ	おかゆ スープ(玉葱)		中期・後期： 野菜おじや
	20	野菜スープ おもゆ	つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 さつまいも 玉葱)	人参とさつまいもの煮ひたし カレイのくたくた煮 大根の煮ひたし 豆腐の煮ひたし		
土	7		野菜スープ	おじや (人参 キャベツ 小松菜)		中期・後期： おかし
	21	野菜スープ おもゆ	つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 キャベツ 小松菜)	豆腐の煮ひたし		
月	9		野菜スープ	おかゆ スープ(玉葱)		中期・後期： 野菜おじや
	23	野菜スープ おもゆ	つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 ジャがいも ブロッコリー)	人参とじゃがいもの煮ひたし メルルーサのくたくた煮 ブロッコリーの煮ひたし		
火	10		野菜スープ	おかゆ スープ(白菜)		中期・後期： りんごとさつまいもの重ね煮
	24	野菜スープ おもゆ	つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 さつまいも キャベツ)	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		
水	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 おもゆ	つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 ジャがいも 玉葱)	人参とじゃがいもの煮ひたし カレイのくたくた煮 カリフラワーの煮ひたし		
木	12		野菜スープ	おかゆ スープ(小松菜)		中期・後期： 野菜おじや
	26	野菜スープ おもゆ	つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 さつまいも 大根)	人参とさつまいもの煮ひたし メルルーサのくたくた煮 大根の煮ひたし 豆腐の煮ひたし		
金	13		野菜スープ	おかゆ スープ(小松菜)		中期・後期： さつまいもの茶巾
	27	野菜スープ おもゆ	つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 さつまいも 小松菜)	人参とさつまいもの煮ひたし タラのくたくた煮 白菜の煮ひたし		
土	14		野菜スープ	おじや (人参 玉葱 小松菜)		中期・後期： おかし
	28	野菜スープ おもゆ	つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 小松菜 玉葱)	豆腐の煮ひたし		

*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。

