

# 2018年 4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  | 2<br>16  | 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>(じゃがいも 人参 小松菜)   | おかゆ スープ(玉葱)<br>じゃがいもと人参の煮ひたし<br>カレーのくたくた煮<br>小松菜の煮ひたし               | ・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>おじゃ            |
| 火  | 3<br>17  | 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>(さつまいも 人参 チンゲン菜) | おかゆ スープ(チンゲン菜)<br>さつまいもと人参の煮ひたし<br>メダイのくたくた煮<br>玉葱の煮ひたし 豆腐の煮ひたし     |   | 中期・後期：<br>煮りんご           |
| 水  | 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>(じゃがいも 人参 玉葱)    | おかゆ スープ(玉葱)<br>じゃがいもと人参の煮ひたし<br>カレーのくたくた煮<br>チンゲン菜の煮ひたし             | 豚ひき肉と玉葱の団子煮   | 中期・後期：<br>米粉団子           |
| 木  | 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 さつまいも キャベツ)  | おかゆ スープ(キャベツ)<br>さつまいもと人参の煮ひたし<br>メルルーサのくたくた煮<br>小松菜の煮ひたし           |   | 中期・後期：<br>おかし            |
| 金  | 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>(じゃがいも 人参 キャベツ)  | おかゆ スープ(玉葱)<br>キャベツと人参の煮ひたし<br>タラのくたくた煮<br>じゃがいもの煮ひたし               |   | 中期・後期：<br>おやき            |
| 土  | 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(キャベツ 人参)            | おじゃ(キャベツ 人参)<br>豆腐の煮ひたし   |   | 中期・後期：<br>おかし            |
| 月  | 9<br>23  | 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 キャベツ さつまいも)  | おかゆ スープ(玉葱)<br>さつまいもの煮ひたし 豆腐の煮ひたし<br>カレーのくたくた煮<br>キャベツと人参の煮ひたし      |   | 中期・後期：<br>おやき            |
| 火  | 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>(じゃがいも 人参 キャベツ)  | おかゆ スープ(キャベツ)<br>じゃがいもと人参の煮ひたし<br>メダイのくたくた煮<br>チンゲン菜の煮ひたし           |   | 中期・後期：<br>煮りんご           |
| 水  | 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>(じゃがいも 人参 小松菜)   | おかゆ スープ(玉葱)<br>じゃがいもと人参の煮ひたし<br>カレーのくたくた煮<br>小松菜の煮ひたし               | 豚ひき肉と玉葱の団子煮   | 中期・後期：<br>おじゃ            |
| 木  | 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>(さつまいも 人参 キャベツ)  | おかゆ スープ(キャベツ)<br>さつまいもと人参の煮ひたし<br>メルルーサのくたくた煮<br>チンゲン菜の煮ひたし 豆腐の煮ひたし |   | 中期・後期：<br>おかし            |
| 金  | 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>(じゃがいも 人参 かぶ)    | おかゆ スープ(かぶ)<br>玉葱の煮ひたし<br>タラのくたくた煮<br>じゃがいもと人参の煮ひたし                 |   | 中期・後期：<br>切干大根のやわら<br>かに |
| 土  | 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(人参 キャベツ)            | おじゃ(キャベツ 人参)<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。