



2017年度

離乳食献立表

※木曜日の朝までに食べていない食べられない食材にチェックをして頂き、1枚に名前を書いて持ってきてください。2週間の献立をのせています。裏も見てください。

なまえ ()

日付		献立名	材料名	おやつ
05月	ゴックン期	お粥 ほうれん草 玉葱	米/ほうれん草/片栗粉/たまねぎ/	きな粉揚げパン (コッペパン・きな粉・三温糖・塩)
	モグモグ期	おじや 玉葱スープ	米/鶏ひき肉/にんじん/ほうれん草/こんぶ(だし用)/だしかつお/たまねぎ/こんぶ(だし用)/だしかつお/	
	カミカミ期	三色どんぶり(お粥) ゆで野菜 すまし汁	米/しょうゆ/鶏ひき肉/しょうが/三温糖/しょうゆ/酒/卵/三温糖/塩/なたね油/ほうれん草/しょうゆ/きゅうり/にんじん/絹ごし豆腐/たまねぎ/水菜/こんぶ(だし用)/だしかつお/塩/しょうゆ/	
	パクパク期	三色どんぶり(軟飯) 昆布和え すまし汁	米/しょうゆ/鶏ひき肉/しょうが/三温糖/しょうゆ/酒/卵/三温糖/塩/なたね油/ほうれん草/しょうゆ/はくさい/きゅうり/にんじん/塩/こんぶ/絹ごし豆腐/たまねぎ/水菜/こんぶ(だし用)/だしかつお/塩/しょうゆ/	
06火	ゴックン期	お粥 じゃがいも キヤベツ	米/じゃがいも/キヤベツ/	おかゆにおにぎり (米・かつおぶし・しょうゆ)
	モグモグ期	ブロッコリー粥 鮭入りホコホコポテ	米/ブロッコリー/さけ/じゃがいも/キヤベツ/にんじん/たまねぎ/	
	カミカミ期	お粥 鮭のポテマヨ焼き 小松菜のお浸し スープ	米/さけ/塩/じゃがいも/牛乳/マーガリン/塩/マヨネーズ/こまつな/キヤベツ/にんじん/しょうゆ/三温糖/たまねぎ/ブロッコリー/こんぶ(だし用)/だしかつお/塩/	
	パクパク期	軟飯 鮭のポテマヨ焼き 小松菜のピーナツ和え スープ	米/さけ/塩/じゃがいも/牛乳/マーガリン/塩/こしょう/マヨネーズ/パセリ粉/こまつな/キヤベツ/にんじん/ピーナツ/しょうゆ/三温糖/ベーコン/たまねぎ/ブロッコリー/しめじ/コンソメ/塩/	
07水	ゴックン期	お粥 大根 人参	米/だいこん/にんじん/	米粉と大豆のクッキー・おやつチーズ (米粉・福豆・アーモンド粉・マーガリン・三温糖)
	モグモグ期	お粥 根菜のほんのり味噌煮	米/鶏ささみ/だいこん/にんじん/さといも/味噌/こんぶ(だし用)/だしかつお/	
	カミカミ期	お粥 大根と豚肉のみそ煮 白和え	米/豚肉/だいこん/にんじん/さといも/いんげんまめ(冷凍)/三温糖/しょうゆ/味噌/なたね油/こんぶ(だし用)/だしかつお/ほうれん草/にんじん/だしかつお/こんぶ(だし用)/しょうゆ/三温糖/塩/本絹豆腐/すりごま/三温糖/塩/しょうゆ/	
	パクパク期	軟飯 大根と豚肉のみそ煮 白和え	米/豚肉/だいこん/にんじん/さといも/いんげんまめ(冷凍)/三温糖/しょうゆ/味噌/なたね油/こんぶ(だし用)/だしかつお/ほうれん草/にんじん/しめじ/つきこんにやく/だしかつお/こんぶ(だし用)/しょうゆ/三温糖/塩/本絹豆腐/すりごま/三温糖/塩/しょうゆ/	
08木	ゴックン期	お粥 玉葱 じゃがいも	米/たまねぎ/じゃがいも/	春のロールサンドイッチ (ドックパン・卵・ベーコン・なばな・マヨネーズ・塩)
	モグモグ期	お粥 ささみと野菜のとろとろ煮	米/鶏ささみ/たまねぎ/じゃがいも/キヤベツ/にんじん/片栗粉/こんぶ(だし用)/だしかつお/	
	カミカミ期	お粥 ミートオムレツ ゆで野菜 スープ	米/卵/鶏ひき肉/たまねぎ/赤ピーマン/ピーマン/じゃがいも/塩/牛乳/きゅうり/キヤベツ/にんじん/こんぶ(だし用)/だしかつお/塩/	
	パクパク期	軟飯 カレーミートオムレツ ささみ入り胡瓜ナムル スープ	米/卵/豚ひき肉/たまねぎ/赤ピーマン/ピーマン/じゃがいも/カレールウ/ウスターソース/塩/三温糖/コンソメ/牛乳/鶏ささみ/きゅうり/もやし/とうもろこし(冷凍)/わかめ(乾)/酢/しょうゆ/三温糖/ごま油/キヤベツ/にんじん/しいたけ/コンソメ/塩/	
09金	ゴックン期	お粥 人参 白菜	米/にんじん/はくさい/	リンゴヨーグルト (ヨーグルト・三温糖・りんご)
	モグモグ期	お粥 白身魚の野菜あんかけ	米/さわら/にんじん/はくさい/こんぶ(だし用)/だしかつお/片栗粉/	
	カミカミ期	お粥 さわらのフライ ゆで野菜 味噌汁	米/さわら/卵/小麦粉/塩/パン粉/なたね油/にんじん/きゅうり/はくさい/油揚げ/こんぶ(だし用)/だしかつお/味噌/	
	パクパク期	軟飯 さわらのハーブフライ レンコンサラダ 味噌汁	米/さわら/卵/小麦粉/塩/パン粉/パジル粉/にんにく/なたね油/れんこん/にんじん/きゅうり/ハム/すりごま/マヨネーズ/しょうゆ/はくさい/油揚げ/こんぶ(だし用)/えのきたけ/だしかつお/味噌/	
10土	ゴックン期	コロコロさつまいも	ゆでうどん/鶏ささみ/にんじん/はくさい/たまねぎ/だしかつお/	
	モグモグ期	五目うどん コロコロさつまいも	ゆでうどん/鶏ささみ/にんじん/はくさい/たまねぎ/だしかつお/さつまいも/	
	カミカミ期	味噌煮込みうどん ゆで野菜	ゆでうどん/豚肉/にんじん/はくさい/葉ねぎ/たまねぎ/わかめ(乾)/味噌/しょうゆ/三温糖/だしかつお/さつまいも/	
	パクパク期	味噌煮込みうどん さつま芋レモン煮	ゆでうどん/豚肉/にんじん/はくさい/葉ねぎ/たまねぎ/わかめ(乾)/味噌/しょうゆ/三温糖/だしかつお/さつまいも/三温糖/レモン/しょうゆ/	