2018年度

7月

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
02月	ゴックン期	お粥 キャベツ 人参	米/キャベツ/にんじん/	ぶどういりヨーグルト （デラウェア・ヨーグルト・三温糖）
	モグモグ期	お粥 鮭の味噌風味野菜あんかけ	米/さけ/きゅうり/にんじん/キャベツ/こんぶ(だし用)/だしかつお/味噌/片栗粉/	
	カミカミ期	ひじき粥 鮭の塩こうじ焼き ゆで野菜 味噌汁	米/油揚げ/干しひじき/にんじん/しょうゆ/みりん/三温糖/さけ/塩こうじ/酒/塩/きゅうり/にんじん/わかめ(乾)/キャベツ/切り麩/こんぶ(だし用)/だしかつお/味噌/	
	パクパク期	ひじきご飯(軟飯) 鮭の塩こうじ焼き こぶ和え 味噌汁	米/しょうゆ/こんぶ(だし用)/油揚げ/干しひじき/にんじん/しょうゆ/酒/みりん/三温糖/さけ/塩こうじ/酒/塩/キャベツ/きゅうり/にんじん/塩こんぶ/なめこ/わかめ(乾)/切り麩/こんぶ(だし用)/だしかつお/味噌/	
03火	ゴックン期	お粥 じゃがいも 玉葱	米/じゃがいも/たまねぎ/	おからマフィン （小麦粉・おから・卵・牛乳・マーガリン・三温糖・ピュアココア ベーキングパウダー）
	モグモグ期	お粥 ホコホコポテト	米/鶏ささみ/じゃがいも/たまねぎ/にんじん/だしかつお/	
	カミカミ期	お粥 肉じゃが ナスのお浸し	米/牛肉/じゃがいも/たまねぎ/にんじん/いんげんまめ(冷凍)/三温糖/本みりん/しょうゆ/だしかつお/こんぶ(だし用)/なたね油/なす/だしかつお/しょうゆ/	
	パクパク期	軟飯 肉じゃが ナスの中華漬け	米/牛肉/じゃがいも/たまねぎ/にんじん/いんげんまめ(冷凍)/糸こんにゃく/三温糖/本みりん/酒/しょうゆ/だしかつお/こんぶ(だし用)/なたね油/なす/なたね油/鶏ささみ/にんじん/あさつき/しょうゆ/酢/しょうが/三温糖/ごま油/	
04水	ゴックン期	お粥 かぼちゃ 人参	米/かぼちゃ/にんじん/	さつまいものクラスク （さつまいも・マーガリン・三温糖・スキムミルク・なたね油）
	モグモグ期	お粥 さわらのぽってり野菜和え	米/さわら/にんじん/たまねぎ/かぼちゃ/	
	カミカミ期	お粥 鶏肉のマヨ焼き ゆで野菜 味噌汁	米/鶏肉/酒/塩/マヨネーズ/にんじん/かぼちゃ/油揚げ/たまねぎ/こんぶ(だし用)/だしかつお/味噌/	
	パクパク期	軟飯 鶏肉の梅マヨ焼き きんぴら 味噌汁	米/鶏肉/酒/塩/梅肉/マヨネーズ/しょうゆ/三温糖/ごぼう/にんじん/えのきたけ/つきこんにゃく/なたね油/酒/みりん/三温糖/しょうゆ/白ごま/たまねぎ/かぼちゃ/油揚げ/こんぶ(だし用)/だしかつお/味噌/	
05木	ゴックン期	パン粥 玉葱 ズッキーニ	食パン/たまねぎ/ズッキーニ/	コーンおにぎり （米・とうもろこし・塩）
	モグモグ期	パン粥 白身魚と夏野菜の煮込み	食パン/かれいゾなす/たまねぎ/ズッキーニ/ホールトマト缶詰/だしかつお/片栗粉/	
	カミカミ期	ロールパン なすとトマトのポークグラタン オクラのおかか和え スープ	ロールパン/なす/豚ひき肉/たまねぎ/ホールトマト缶詰/マカロニ/塩/ケチャップ/とろけるチーズ/オクラ/糸かつお/しょうゆ/ズッキーニ/たまねぎ/だしかつお/塩/	
	パクパク期	ロールパン なすとトマトのポークグラタン オクラのチーズおかか和え スープ	ロールパン/なす/豚ひき肉/たまねぎ/にんにく/オリーブ油/ホールトマト缶詰/マカロニ/コンソメ/塩/ケチャップ/とろけるチーズ/パン粉/パセリ/オクラ/クリームチーズ/糸かつお/しょうゆ/ベーコン/ズッキーニ/たまねぎ/しめじ/コンソメ/塩/	
06金	ゴックン期	お粥 人参 じゃがいも	米/にんじん/じゃがいも/	人参入りパンケーキ （小麦粉・卵・牛乳・三温糖・ベーキングパウダー・人参）
	モグモグ期	お粥のチーズリゾット風 じゃがいもスープ	米/チーズ/きゅうり/にんじん/じゃがいも/たまねぎ/こんぶ(だし用)/だしかつお/片栗粉/	
	カミカミ期	ツナとチーズのリゾット風 こふきいも すまし汁	米/ツナ(レトルト)/チーズ/きゅうり/にんじん/じゃがいも/塩/オクラ/たまねぎ/こんぶ(だし用)/だしかつお/塩/	
	パクパク期	ツナの混ぜ寿司(軟飯) 星のコロッケ すまし汁	米/酢/三温糖/塩/ツナ(レトルト)/チーズ/コーン缶/きゅうり/にんじん/白ごま/ポテトコロッケ(冷凍)/なたね油/オクラ/たまねぎ/干しそうめん/かまぼこ/こんぶ(だし用)/だしかつお/塩/	
07土	ゴックン期	野菜うどん	ゆでうどん/にんじん/たまねぎ/さつまいも/こんぶ(だし用)/だしかつお/	
	モグモグ期	五目うどん	ゆでうどん/鶏ささみ/にんじん/たまねぎ/さつまいも/こんぶ(だし用)/だしかつお/	
	カミカミ期	肉うどん ゆで野菜	ゆでうどん/牛肉/にんじん/たまねぎ/わかめ(乾)/葉ねぎ/こんぶ(だし用)/だしかつお/しょうゆ/本みりん/さつまいも/	
	パクパク期	肉うどん さつま芋レモン煮	ゆでうどん/牛肉/にんじん/たまねぎ/わかめ(乾)/葉ねぎ/こんぶ(だし用)/だしかつお/しょうゆ/本みりん/さつまいも/三温糖/レモン/しょうゆ/	

2018年度

7月

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
09月	ゴックン期	お粥　人参　玉葱	米/にんじん/たまねぎ/	プルーン入りパンケーキ （小麦粉・卵・牛乳・三温糖・ベーキングパウダー・プルーン）
	モグモグ期	お粥　鰆の野菜あんかけ	米/さわら/にんじん/たまねぎ/なす/だしかつお/片栗粉/	
	カミカミ期	お粥　鰆の塩焼き　切り干し大根の旨煮　味噌汁	米/さわら/塩/切り干しだいこん/油揚げ/にんじん/三温糖/本みりん/しょうゆ/たまねぎ/なす/わかめ(乾)/こんぶ(だし用)/いわし(煮干し)/味噌/	
	パクパク期	軟飯　鯖の塩焼き　切り干し大根の旨煮　味噌汁	米/さば/塩/切り干しだいこん/油揚げ/にんじん/板こんにゃく/三温糖/本みりん/しょうゆ/たまねぎ/なす/わかめ(乾)/こんぶ(だし用)/いわし(煮干し)/味噌/	
10火	ゴックン期	お粥　胡瓜　玉葱	米/きゅうり/たまねぎ/	ポンデケージョ （ホットケーキ粉・白玉粉・卵・粉チーズ・牛乳）
	モグモグ期	お粥　納豆と彩り野菜のほんのり味噌煮	米/納豆/トマト/きゅうり/たまねぎ/だしかつお/味噌/片栗粉/	
	カミカミ期	スタミナっとう丼(お粥)　きゅうりとオクラのお浸し　味噌汁	米/納豆/豚ひき肉/もやし/にんじん/しょうゆ/本みりん/三温糖/きゅうり/オクラ/わかめ(乾)/だしかつお/しょうゆ/トマト/たまねぎ/卵/片栗粉/こんぶ(だし用)/だしかつお/味噌/	
	パクパク期	スタミナっとう丼(軟飯)　きゅうりとオクラの酢の物　味噌汁	米/納豆/豚ひき肉/にんにく/もやし/にんじん/しょうゆ/本みりん/三温糖/カレー粉/きゅうり/オクラ/わかめ(乾)/かにレトルト/三温糖/酢/しょうゆ/すりごま/トマト/たまねぎ/えのきたけ/卵/片栗粉/こんぶ(だし用)/だしかつお/味噌/	
11水	ゴックン期	お粥　かぼちゃ　キャベツ	米/かぼちゃ/キャベツ/	メロンヨーグルト （ヨーグルト・メロン・三温糖）
	モグモグ期	青菜とチリメンのお粥　ぽってり野菜あえ	米/ほうれんそう/チリメン/かぼちゃ/たまねぎ/にんじん/キャベツ/	
	カミカミ期	お粥　鶏と夏野菜の煮込み　添え野菜	米/鶏肉/たまねぎ/なす/オクラ/キャベツ/ほうれんそう/ホールトマト缶詰/かぼちゃ/なたね油/にんじん/	
	パクパク期	夏野菜のチキンカレー(軟飯)　じゃこサラダ	米/鶏肉/たまねぎ/にんじん/しめじ/なす/かぼちゃ/オクラ/ホールトマト缶詰/なたね油/コンソメ/カレールウ/だいこん/キャベツ/にんじん/ほうれんそう/チリメン/しょうゆ/酢/三温糖/白ごま/	
12木	ゴックン期	お粥　じゃがいも　人参	米/じゃがいも/にんじん/	シュガートースト （食パン・グラニュー糖・マーガリン）
	モグモグ期	お粥　白身魚の野菜あんかけ	米/メルルーサ/じゃがいも/たまねぎ/にんじん/ミニトマト/だしかつお/片栗粉/	
	カミカミ期	お粥　白身魚の野菜あんかけ　添え野菜　味噌汁	米/メルルーサ/小麦粉/なたね油/たまねぎ/にんじん/だしかつお/しょうゆ/三温糖/片栗粉/ミニトマト/油揚げ/じゃがいも/キャベツ/葉ねぎ/こんぶ(だし用)/だしかつお/味噌/	
	パクパク期	軟飯　白身魚の南蛮漬け　添え野菜　味噌汁	米/メルルーサ/小麦粉/なたね油/たまねぎ/にんじん/ピーマン/酢/三温糖/食塩/しょうゆ/ミニトマト/油揚げ/じゃがいも/キャベツ/葉ねぎ/こんぶ(だし用)/だしかつお/味噌/	
13金	ゴックン期	お粥　大豆　玉葱	米/だいず水煮缶詰/たまねぎ/	じゃこチーズおにぎり （米・チリメン・チーズ）
	モグモグ期	青菜のお粥　大豆と根菜のほんのり味噌煮	米/チンゲンサイ/だいず水煮缶詰/たまねぎ/にんじん/味噌/	
	カミカミ期	お粥　牛肉と大豆のトマト煮　チンゲンサイのツナマヨ和え	米/だいず水煮缶詰/牛肉/たまねぎ/にんじん/ホールトマト缶詰/味噌/塩/チンゲンサイ/もやし/ツナ(レトルト)/マヨネーズ/塩/	
	パクパク期	軟飯　大豆と根菜のトマト煮　チンゲンサイのツナマヨ和え	米/だいず水煮缶詰/牛肉/たまねぎ/にんじん/れんこん/ごぼう/なたね油/コンソメ/ホールトマト缶詰/味噌/塩/チンゲンサイ/もやし/ツナ(レトルト)/マヨネーズ/塩/	
14土	ゴックン期	おじや	米/だしかつお/たまねぎ/にんじん/	
	モグモグ期	おじや	米/だしかつお/鶏ささみ/たまねぎ/にんじん/	
	カミカミ期	トマトスパゲッティー　果物	スパゲティー/鶏ささみ/たまねぎ/ホールトマト缶詰/ケチャップ/三温糖/塩/片栗粉/オレンジ/	
	パクパク期	スパゲッティナポリタン　果物	スパゲティー/ベーコン/たまねぎ/ピーマン/しめじ/塩/ホールトマト缶詰/ケチャップ/なたね油/マーガリン/オレンジ/	

2018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
16金	ゴックン期		海の日	
	モグモグ期			
	カミカミ期			
	パクパク期			
17火	ゴックン期	お粥　チンゲンサイ　玉葱	米/チンゲンサイ/たまねぎ/	きな粉揚げパン （コッペパン・きな粉・三温糖・塩・なたね油）
	モグモグ期	ささみとトマトの彩り粥　人参ポタージュ	米/鶏ささみ/トマト/たまねぎ/チンゲンサイ/にんじん/こんぶ(だし用)/だしかつお/片栗粉/	
	カミカミ期	お粥のトマトミート丼　卵スープ	米/豚ひき肉/トマト/たまねぎ/ケチャップ/塩/チーズ/にんじん/チンゲンサイ/卵/こんぶ(だし用)/だしかつお/塩/しょうゆ/本みりん/片栗粉/	
	パクパク期	タコライス(軟飯)　中華風チキンスープ　果物	米/コーン缶/塩/マーガリン/豚ひき肉/たまねぎ/にんにく/しょうが/ウスターソース/ケチャップ/カレー粉/塩/トマト/レタス/チーズ/鶏肉/干ししいたけ/にんじん/たけのこ(水煮)/チンゲンサイ/卵/こんぶ(だし用)/だしかつお/塩/しょうゆ/本みりん/片栗粉/すもも/	
18水	ゴックン期	お粥　大根　人参	米/だいこん/にんじん/	たまごはん焼き （米・卵・しょうゆ・なたね油）
	モグモグ期	お粥　ささみと根菜のやわらか煮	米/鶏ささみ/だいこん/にんじん/さといも/きゅうり/だしかつお/こんぶ(だし用)/片栗粉/	
	カミカミ期	お粥　筑前煮　きゅうりのお浸し	米/鶏肉/だいこん/にんじん/さといも/いんげんまめ(冷凍)/しょうゆ/三温糖/みりん/だしかつお/こんぶ(だし用)/きゅうり/だしかつお/しょうゆ/	
	パクパク期	軟飯　筑前煮　きゅうりの中華漬け	米/鶏肉/だいこん/たけのこ(水煮)/にんじん/ごぼう/れんこん/さといも/ちくわ/干ししいたけ/いんげんまめ(冷凍)/しょうゆ/三温糖/みりん/酒/だしかつお/こんぶ(だし用)/きゅうり/三温糖/しょうゆ/酢/ごま油/	
19木	ゴックン期	お粥　豆腐　ほうれん草	米/絹ごし豆腐/ほうれんそう/片栗粉/	かぼちゃ蒸しパン （小麦粉・三温糖・牛乳・かぼちゃ・塩・ベーキングパウダー）
	モグモグ期	お粥　やわらか鶏団子と青菜の煮込み	米/鶏ひき肉/絹ごし豆腐/味噌/たまねぎ/片栗粉/ほうれんそう/こんぶ(だし用)/だしかつお/	
	カミカミ期	青菜と卵のお粥　冬瓜のそぼろあんかけ　味噌汁	米/ほうれんそう/卵/三温糖/塩/とうがん/鶏ひき肉/しょうゆ/三温糖/片栗粉/なたね油/絹ごし豆腐/たまねぎ/わかめ(乾)/こんぶ(だし用)/だしかつお/味噌/	
	パクパク期	うなぎのスタミナ丼(軟飯)　冬瓜のそぼろあんかけ　味噌汁	米/うなぎ蒲焼/うなぎのたれ/ほうれんそう/卵/三温糖/塩/とうがん/鶏ひき肉/しょうゆ/三温糖/片栗粉/なたね油/絹ごし豆腐/たまねぎ/わかめ(乾)/こんぶ(だし用)/だしかつお/味噌/	
20金	ゴックン期	お粥　玉葱　大根	米/たまねぎ/だいこん/	フライドおいも （さつまいも・なたね油）
	モグモグ期	お粥　マグロと野菜のとろとろ煮	米/まぐろ/だしかつお/たまねぎ/にんじん/きゅうり/片栗粉/	
	カミカミ期	ミートスパゲティー　ゆで野菜	スパゲティー/豚ひき肉/たまねぎ/にんじん/グリンピース(冷凍)/トマトピューレ/ケチャップ/三温糖/なたね油/塩/粉チーズ/にんじん/きゅうり/	
	パクパク期	トッピング付きミートスパゲティー　コロコロサラダ　果物	スパゲティー/豚ひき肉/しいたけ/にんにく/たまねぎ/セロリー/にんじん/グリンピース(冷凍)/コンソメ/トマトピューレ/ケチャップ/ウスターソース/三温糖/なたね油/塩/粉チーズ/ウインナー/にんじん/にんじん/きゅうり/だいこん/塩こんぶ/オリーブオリル/酢/なし/	
21土	ゴックン期	おじや	米/はくさい/にんじん/だしかつお/こんぶ(だし用)/	
	モグモグ期	おじや	米/鶏ささみ/はくさい/にんじん/だしかつお/こんぶ(だし用)/	
	カミカミ期	中華どんぶり　果物	米/豚肉/しょうが/酒/はくさい/にんじん/もやし/三温糖/しょうゆ/だしかつお/こんぶ(だし用)/片栗粉/バナナ/	
	パクパク期	皿うどん　果物	揚げ麺/豚肉/しょうが/酒/はくさい/にんじん/もやし/にら/三温糖/しょうゆ/こしょう/中華だしの素/片栗粉/バナナ/	