



# 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。

日付		献立名	材料名	おやつ
01月	初期 (ゴックン)	お粥 白菜 人参	米/はくさい/にんじん/	長芋のふんわり焼き  (小麦粉・卵・キャベツ・豚肉・長芋・葉ねぎ・だしかつお・三温糖・塩)
	中期 (モグモグ)	お粥 鮭と野菜の豆乳煮込み	米/さけ/にんじん/はくさい/だしかつお/豆乳/片栗粉/	
	後期 (カミカミ)	お粥 焼き魚 切り干し大根の旨煮 豆乳味噌汁	米/さけ/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/はくさい/わかめ(乾)/だしかつお/味噌/豆乳/	
	完了期 (パクパク)	軟飯 焼き魚 切り干し大根の旨煮 豆乳味噌汁	米/あじ/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/鶏肉/はくさい/えのきたけ/わかめ(乾)/だしかつお/味噌/豆乳/	
02火	初期 (ゴックン)	お粥 ほうれん草 玉葱	米/ほうれんそう/片栗粉/たまねぎ/	黒糖きな粉豆  (蒸し大豆・きな粉・黒砂糖)
	中期 (モグモグ)	お粥 鯛と彩り野菜の和風だし煮	米/たい/ほうれんそう/にんじん/たまねぎ/こんぶ(だし用)/だしかつお/片栗粉/	
	後期 (カミカミ)	鯛のそぼろ丼(お粥) ゆで野菜 すまし汁	米/たい/ほうれんそう/三温糖/しょうゆ/本みりん/にんじん/切り麩/たまねぎ/水菜/しょうゆ/塩/こんぶ(だし用)/だしかつお/	
	完了期 (パクパク)	鯛のそぼろ丼(軟飯) 青菜ときのこのポン酢あえ すまし汁	米/たい/三温糖/しょうゆ/本みりん/刻みのり/ほうれんそう/しゅんぎく/えのきたけ/しめじ/にんじん/ほん酢/三温糖/切り麩/たまねぎ/水菜/しょうゆ/塩/こんぶ(だし用)/だしかつお/	
03水	初期 (ゴックン)	パン粥 ジャがいも 人参	食パン/育児用ミルク/ジャがいも/にんじん/	たらこおにぎり  (米・たらこ)
	中期 (モグモグ)	パン粥 ホコホコポテト	食パン/育児用ミルク/ジャがいも/鶏ささみ/にんじん/たまねぎ/	
	後期 (カミカミ)	ロールパン 鶏と野菜のミルク煮 ゆで野菜	ロールパン/鶏肉/ジャがいも/にんじん/たまねぎ/グリーンピース(冷)/牛乳/塩/片栗粉/にんじん/きゅうり/	
	完了期 (パクパク)	ロールパン コーンクリームシチュー レンコンサラダ	ロールパン/鶏肉/クリームコーン缶/ジャがいも/にんじん/たまねぎ/しめじ/グリーンピース(冷)/牛乳/スキムミルク/小麦粉/バター/塩/コンソメ/れんこん/にんじん/きゅうり/ハム/マヨネーズ/しょうゆ/すりごま/	
04木	初期 (ゴックン)	お粥 麩 白菜	米/切り麩/だしかつお/こんぶ(だし用)/はくさい/	シュガートースト  (食パン・マーガリン・グラニュー糖)
	中期 (モグモグ)	お粥 麩と野菜のぼつてり煮	米/切り麩/はくさい/たまねぎ/きゅうり/こんぶ(だし用)/だしかつお/	
	後期 (カミカミ)	お粥 すき焼き風煮 きゅうりのお浸し	米/牛肉/三温糖/はくさい/焼き豆腐/たまねぎ/切り麩/葉ねぎ/こんぶ(だし用)/しょうゆ/きゅうり/だしかつお/本みりん/しょうゆ/	
	完了期 (パクパク)	軟飯 すき焼き風煮 きゅうりとじゃこの酢の物	米/牛肉/三温糖/酒/はくさい/焼き豆腐/たまねぎ/糸こんにゃく/切り麩/葉ねぎ/こんぶ(だし用)/しょうゆ/きゅうり/わかめ(乾)/チリメン/三温糖/酢/しょうゆ/すりごま/	
05金	初期 (ゴックン)	お粥 玉葱 人参	米/たまねぎ/にんじん/	人参蒸しパン  (小麦粉・人参・牛乳・ベーキングパウダー・三温糖・油)
	中期 (モグモグ)	お粥 鮭と野菜のじゃが和え	米/さけ/ジャがいも/きゅうり/たまねぎ/にんじん/	
	後期 (カミカミ)	お粥 鶏の唐揚げ ポテトサラダ 玉葱スープ	米/鶏肉/しょうゆ/酒/小麦粉/片栗粉/なたね油/ジャがいも/きゅうり/にんじん/卵/マヨネーズ/塩/たまねぎ/だしかつお/塩/	
	完了期 (パクパク)	軟飯 鶏の唐揚げ ポテトサラダ きのこスープ	米/鶏肉/しょうゆ/酒/しょうが/にんにく/小麦粉/片栗粉/なたね油/ジャがいも/ハム/きゅうり/にんじん/卵/マヨネーズ/塩/ベーコン/たまねぎ/しめじ/しいたけ/えのきたけ/コンソメ/塩/	
06土	初期 (ゴックン)	野菜うどん	ゆでうどん(冷)/にんじん/ほうれんそう/だしかつお/こんぶ(だし用)/	
	中期 (モグモグ)	ささみと野菜のうどん	ゆでうどん(冷)/鶏ささみ/にんじん/ほうれんそう/だしかつお/こんぶ(だし用)/片栗粉/	
	後期 (カミカミ)	親子うどん 金時煮豆	ゆでうどん/鶏肉/にんじん/ねぎ/ほうれんそう/卵/だしかつお/こんぶ(だし用)/しょうゆ/三温糖/みりん/塩/金時豆(乾)/三温糖/塩/	
	完了期 (パクパク)	親子うどん 金時煮豆	ゆでうどん(冷)/鶏肉/にんじん/ねぎ/ほうれんそう/かまぼこ/卵/だしかつお/こんぶ(だし用)/しょうゆ/三温糖/本みりん/塩/金時豆(乾)/三温糖/塩/	

# 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。

日付	献立名	材料名	おやつ
08月	初期 (ゴックン)	お粥 人参 玉葱	ミロースト  (食パン・マーガリン・ミロ)
	中期 (モグモグ)	お粥 鯖の味噌風味煮	
	後期 (カミカミ)	お粥 鯖の味噌煮 ゆで野菜 すまし汁	
	完了期 (パクパク)	軟飯 鯖の味噌煮 れんこんともやしのゴマ酢和え すまし汁	
09火	初期 (ゴックン)	お粥 じゃがいも キャベツ	じゃこチップと菓子  (かえりちりめん・しょうゆ・三温糖・本みりん・ふんわりソフトせんべい)
	中期 (モグモグ)	納豆粥 野菜の和風煮	
	後期 (カミカミ)	スタミナとうり丼(お粥) ゆで野菜 具だくさん汁	
	完了期 (パクパク)	スタミナとうり丼(軟飯) ちゅるちゅるピーマン 石狩汁	
10水	初期 (ゴックン)	お粥 玉葱 ほうれん草	バナナ入りココアマフィン  (小麦粉・卵・ヨーグルト・バター・三温糖・バナナ・ マーマレード・ココア・ベーキングパウダー)
	中期 (モグモグ)	お粥 ホコホコポテト	
	後期 (カミカミ)	お粥 肉じゃが ほうれん草の黄金マヨ和え	
	完了期 (パクパク)	軟飯 肉じゃが ほうれん草の黄金マヨ和え	
11木	初期 (ゴックン)	 <h2 style="font-size: 2em; margin: 0;">建国記念の日</h2>	
	中期 (モグモグ)		
	後期 (カミカミ)		
	完了期 (パクパク)		
12金	初期 (ゴックン)	お粥 豆腐 白菜	ブルー入りパンケーキ  (ホットケーキ粉・ブルーン・牛乳)
	中期 (モグモグ)	お粥 豆腐のぼつてり煮	
	後期 (カミカミ)	中華どんぶり(お粥) わかめスープ	
	完了期 (パクパク)	中華どんぶり(軟飯) わかめスープ 果物	
13土	初期 (ゴックン)	野菜入りパン粥	
	中期 (モグモグ)	ささみ入り野菜パン粥	
	後期 (カミカミ)	ロールパン ささみと胡瓜のマヨサラダ 豆乳スープ	
	完了期 (パクパク)	ロールパン ごぼうサラダ 豆乳スープ	



# 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。

日付		献立名	材料名	おやつ
15月	初期 (ゴックン)	お粥 さつまいも キャベツ	米/さつまいも/キャベツ/	人参蒸しパン  (小麦粉・牛乳・三温糖・ベーキングパウダー・なたね油)
	中期 (モグモグ)	お粥 白身魚と彩り野菜煮	米/いとより/カリフラワー/ブロッコリー/にんじん/キャベツ/たまねぎ/さつまいも/片栗粉/	
	後期 (カミカミ)	お粥 白身魚のムニエル 花野菜のサラダ スープ	米/いとより/塩/強力粉/バター/カリフラワー/ブロッコリー/にんじん/マヨネーズ/塩/キャベツ/たまねぎ/さつまいも/だしかつお/塩/	
	完了期 (パクパク)	軟飯 白身魚のムニエル 花野菜のサラダ スープ	米/いとより/塩/強力粉/バター/カリフラワー/ブロッコリー/にんじん/マヨネーズ/カレー粉/塩/鶏肉/キャベツ/たまねぎ/さつまいも/コンソメ/塩/	
16火	初期 (ゴックン)	お粥 大根 小松菜	米/だいこん/こまつな/片栗粉/	ボンデケーキ  (ホットケーキ粉・白玉粉・卵・牛乳・粉チーズ)
	中期 (モグモグ)	青菜とチリメンのお粥 根菜のやわらか煮	米/チリメン/こまつな/だいこん/にんじん/さいとも/だしかつお/こんぶ(だし用)/	
	後期 (カミカミ)	お粥 筑前煮 こまつなとう	米/鶏肉/だいこん/にんじん/さいとも/りんげん(冷)/しょうゆ/三温糖/本みりん/だしかつお/こんぶ(だし用)/こまつな/挽きわり納豆/チリメン/しょうゆ/	
	完了期 (パクパク)	軟飯 筑前煮 こまつなとう	米/鶏肉/だいこん/たけのこ(ゆで)/にんじん/ごぼう/れんこん/さいとも/板こんにゃく/りんげん(冷)/しょうゆ/三温糖/本みりん/酒/だしかつお/こんぶ(だし用)/こまつな/挽きわり納豆/チリメン/しょうゆ/	
17水	初期 (ゴックン)	お粥 玉葱 人参	米/たまねぎ/にんじん/	果物とチーズ  (デコボン・チーズ)
	中期 (モグモグ)	お粥 ささみと冬野菜の和風煮	米/鶏ささみ/たまねぎ/さいとも/カリフラワー/にんじん/きゅうり/だしかつお/片栗粉/	
	後期 (カミカミ)	お粥 冬野菜の和風煮 きゅうりのお浸し	米/豚ひき肉/たまねぎ/さいとも/カリフラワー/にんじん/だしかつお/しょうゆ/三温糖/きゅうり/だしかつお/本みりん/しょうゆ/	
	完了期 (パクパク)	冬野菜のカレーライス(軟飯) 中華漬け	米/豚ひき肉/たまねぎ/さいとも/カリフラワー/にんじん/れんこん/とうもろこし(冷凍)/カレールウ/コンソメ/きゅうり/三温糖/しょうゆ/酢/ごま油/	
18木	初期 (ゴックン)	お粥 白菜 人参	米/はくさい/にんじん/	大学芋  (さつまいも・なたね油・三温糖・酢・黒ごま)
	中期 (モグモグ)	お粥 鮭の野菜あんかけ	米/さけ/はくさい/にんじん/たまねぎ/こんぶ(だし用)/だしかつお/片栗粉/	
	後期 (カミカミ)	お粥 鮭の味噌焼き 白菜のやわらか煮 かきたま汁	米/さけ/味噌/本みりん/三温糖/酒/はくさい/にんじん/しょうゆ/卵/片栗粉/たまねぎ/トウモロコシ/こんぶ(だし用)/だしかつお/塩/	
	完了期 (パクパク)	軟飯 鮭の味噌焼き 白菜と春菊のごまマヨ和え かきたま汁	米/鮭/味噌/本みりん/三温糖/酒/はくさい/にんじん/しゅんぎく/すりごま/マヨネーズ/しょうゆ/卵/片栗粉/たまねぎ/えのきたけ/トウモロコシ/こんぶ(だし用)/だしかつお/塩/	
19金	初期 (ゴックン)	パン粥 じゃがいも キャベツ	食パン/じゃがいも/キャベツ/	いちごジャムヨーグルト  (ヨーグルト・三温糖・いちごジャム)
	中期 (モグモグ)	パン粥 ささみと野菜のミルク煮	食パン/鶏ささみ/たまねぎ/にんじん/ブロッコリー/キャベツ/じゃがいも/育児用ミルク/	
	後期 (カミカミ)	ロールパン グラタン ブロッコリーの塩ゆで ミネストローネスープ	ロールパン/マカロニ/鶏肉/たまねぎ/にんじん/小麦粉/バター/牛乳/ビザ用チーズ/パン粉/ブロッコリー/塩/たまねぎ/キャベツ/にんじん/じゃがいも/ホールトマト缶/塩/	
	完了期 (パクパク)	ロールパン グラタン ブロッコリーの塩ゆで ミネストローネスープ	ロールパン/マカロニ/鶏肉/たまねぎ/コーン缶/マッシュルーム/にんじん/コンソメ/なたね油/小麦粉/バター/牛乳/ビザ用チーズ/パン粉/ブロッコリー/塩/ペーコン/たまねぎ/キャベツ/セロリー/にんじん/じゃがいも/ホールトマト缶/にんにく/塩/コンソメ/	
20土	初期 (ゴックン)	おじや	米/チンゲンサイ/にんじん/だしかつお/	
	中期 (モグモグ)	おじや	米/鶏ささみ/チンゲンサイ/にんじん/だしかつお/	
	後期 (カミカミ)	お粥の中華丼風 果物	米/豚肉/もやし/チンゲンサイ/にんじん/ねぎ/だしかつお/しょうゆ/三温糖/片栗粉/バナナ/	
	完了期 (パクパク)	五目ラーメン 果物	ゆで中華そば(冷)/豚肉/とうもろこし(冷)/もやし/チンゲンサイ/にんじん/干しいたけ/ごま油/ねぎ/中華だしの素/しょうゆ/塩/バナナ/	

# 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。

日付	献立名	材料名	おやつ
22月	初期 (ゴックン)	お粥 人参 キャベツ	きな粉揚げパン  (コッペパン・なたね油・きな粉・三温糖・塩)
	中期 (モグモグ)	お粥 ささみ入り野菜あんかけ	
	後期 (カミカミ)	お粥 鶏肉のパン粉焼き 添え野菜 スープ	
	完了期 (バクバク)	軟飯 鶏肉のごまパン粉焼き ツナわかめサラダ スープ	
23火	初期 (ゴックン)	 <h2 style="font-size: 2em;">天皇誕生日</h2> 	
	中期 (モグモグ)		
	後期 (カミカミ)		
	完了期 (バクバク)		
24水	初期 (ゴックン)	お粥 大豆 人参	マカロニボリタン  (マカロニ・たまねぎ・ピーマン・あらびきウインナー・バター  なたね油・ケチャップ・中濃ソース・塩)
	中期 (モグモグ)	ひじき粥 大豆のぼつてり煮	
	後期 (カミカミ)	お粥 カレイ磯辺揚げ ゆで野菜 すまし汁	
	完了期 (バクバク)	軟飯 ちくわ磯辺揚げ ひじき豆 すまし汁	
25木	初期 (ゴックン)	お粥 大根 ほうれんそう	ぶどうゼリー  (ぶどう果汁・アガー・三温糖)
	中期 (モグモグ)	お粥 ささみと根菜のやわらか煮	
	後期 (カミカミ)	お粥 大根と豚肉のみそ煮 白和え	
	完了期 (バクバク)	軟飯 大根と豚肉のみそ煮 白和え	
26金	初期 (ゴックン)	お粥 じゃがいも たまねぎ	ジャムホイップサンド  (ロールパン・生クリーム・ヨーグルト・三温糖  ブルーベリージャム)
	中期 (モグモグ)	お粥 彩り野菜のおいも和え	
	後期 (カミカミ)	お粥 鮭のポテトマヨ焼き かぶのサラダ ミルクスープ	
	完了期 (バクバク)	軟飯 鮭のポテトマヨ焼き かぶの塩こんぶサラダ ミルクスープ	
27土	初期 (ゴックン)	おじや	
	中期 (モグモグ)	おじや	
	後期 (カミカミ)	鮭のお粥 ミルクスープ	
	完了期 (バクバク)	エビピラフ(軟飯) カレースープ	