

離乳食献立



あさひなのはな保育室

日付		完了期	後期	中期
5日 (月)	牛乳、セサミピスケット	赤ちゃんせんべい		
	ご飯、カレーライス、ブロッコリーとひじきのサラダ、すまし汁（わかめ・玉ねぎ）、みかん	カレーライス風（五倍粥・鶏ひき肉・じゃが芋・人参）すまし汁（玉ねぎ）	カレーライス風（七倍粥・鶏ひき肉・じゃが芋・人参）すまし汁（玉ねぎ）	
	牛乳、みたらしマカロニ	ほうれん草粥	ほうれん草粥	
6日 (火)	牛乳、クリームサンドピスケット	野菜リング		
	ご飯、焼きコロッケ、人参しりしり、コンソメスープ（ブロッコリー・コーン）、白桃	五倍粥、しらすとじゃが芋のうま煮、スティック人参、野菜だしスープ（ブロッコリー）	七倍粥、しらすとほうれん草のうま煮、人参のトロトロ煮、野菜だしスープ（ブロッコリー）	
	牛乳、にゅうめん	野菜にゅうめん	野菜にゅうめん	
7日 (水)	牛乳、小魚せんべい	赤ちゃんせんべい		
	ご飯、松風焼き、紅白サラダ、すまし汁（お麸・小松菜）、みかん	五倍粥、鶏ひき肉と玉ねぎのうま煮、スティック大根、すまし汁（小松菜）	七倍粥、鶏ひき肉と玉ねぎのうま煮、大根のトロトロ煮、すまし汁（小松菜）	
	牛乳、七草粥	七草粥	七草粥	
8日 (木)	牛乳、プレーンピスケット	赤ちゃんせんべい		
	ご飯、鶏の照り焼き、もやしのナムル、みそ汁（白菜・豆腐）、黄桃	五倍粥、鶏ひき肉と白菜のうま煮、スティック人参、みそ汁（豆腐）	七倍粥、鶏ひき肉と白菜のうま煮、人参のトロトロ煮、みそ汁（豆腐）	
	牛乳、いちごジャムサンド	パン粥	パン粥	
9日 (金)	牛乳、塩せんべい	赤ちゃんせんべい		
	ミートソーススパゲッティ、小松菜と人参のごまあえ、コンソメスープ（じゃが芋・玉ねぎ）、みかん	しらすのスープスパゲティ（しらす・小松菜・玉ねぎ）、マッシュポテト	しらすのスープスパゲティ（しらす・小松菜・玉ねぎ）、マッシュポテト	
	牛乳、たぬきおにぎり	ほうれん草粥	ほうれん草粥	
10日 (土)	牛乳、セサミピスケット	赤ちゃんせんべい		
	ごま塩ご飯、ハンバーグ、白菜のしらす和え、みそ汁、ミニゼリー	五倍粥、鶏ひき肉と玉ねぎのみそ煮、ほうれん草煮、みそ汁（人参）	七倍粥、鶏ひき肉と玉ねぎのみそ煮、ほうれん草のトロトロ煮、みそ汁（人参）	
	牛乳、わかめうどん	野菜うどん煮	野菜うどん煮	
12日 (月)		成人の日		
13日 (火)	牛乳、プレーンピスケット	赤ちゃんせんべい		
	ご飯、肉じゃが、小松菜のおひたし、みそ汁（大根・玉ねぎ）、黄桃	五倍粥、鶏ひき肉と人参のみそ煮、小松菜煮、みそ汁（玉ねぎ）	七倍粥、鶏ひき肉と人参のみそ煮、小松菜のトロトロ煮、みそ汁（玉ねぎ）	
	牛乳、食パンケーキ	ミルクパン粥	ミルクパン粥	
14日 (水)	牛乳、セサミピスケット	赤ちゃんせんべい		
	ご飯、鶏肉と根菜の煮物、ブロッコリーとツナのサラダ、すまし汁（わかめ・人参）、りんごゼリー	五倍粥、鶏ひき肉と大根のうま煮、ブロッコリー煮、すまし汁（人参）	七倍粥、鶏ひき肉と大根のうま煮、ブロッコリーのトロトロ煮、すまし汁（人参）	
	牛乳、たぬきおにぎり	おかか粥	おかか粥	
15日 (木)	牛乳、クリームサンドピスケット	野菜リング		
	ご飯、白身魚の野菜あんかけ、白菜の塩昆布和え、豚汁、バナナ	五倍粥、白身魚の野菜あんかけ、白菜煮、みそ汁（大根）	七倍粥、白身魚の野菜あんかけ、白菜のトロトロ煮、みそ汁（大根）	
	牛乳、ピスケット・塩せんべい	ピスケット	赤ちゃんせんべい	
16日 (金)	牛乳、プレーンピスケット	赤ちゃんせんべい		
	ご飯、鶏つくね、ほうれん草と人参のおかか和え、みそ汁（小松菜、えのき）、みかん	五倍粥、鶏ひき肉とほうれん草のうま煮、スティック人参、みそ汁（小松菜）	七倍粥、鶏ひき肉とほうれん草のうま煮、人参のトロトロ煮、みそ汁（小松菜）	
	牛乳、お雑煮	おかか粥	おかか粥	
17日 (土)	牛乳、セサミピスケット	赤ちゃんせんべい		
	ナポリタンスパゲッティ、ブロッコリーのおかか和え、コンソメスープ、ミニゼリー	スープスパゲティ（鶏ひき肉・人参・玉ねぎ）、ブロッコリー煮	スープスパゲティ（鶏ひき肉・人参・玉ねぎ）、ブロッコリーのトロトロ煮	
	牛乳、昆布おにぎり	かぼちゃ粥	かぼちゃ粥	
19日 (月)	牛乳、プレーンピスケット	赤ちゃんせんべい		
	ご飯、ポークピーンズ、切干大根のカミカミサラダ、みそ汁（小松菜・かぼちゃ）、黄桃	五倍粥、鶏ひき肉と大豆のトマト煮、小松菜煮、みそ汁（かぼちゃ）	七倍粥、鶏ひき肉と大豆のトマト煮、小松菜のトロトロ煮、みそ汁（かぼちゃ）	
	牛乳、にゅうめん	野菜にゅうめん	野菜にゅうめん	

20日	(火)	牛乳、小魚せんべい ご飯 チキンソテー、小松菜のごま和え、春雨スープ、みかん 牛乳、お好み焼き	赤ちゃんせんべい 五倍粥、しらすと玉ねぎのうま煮、野菜だしスープ（小松菜） キャベツ粥	七倍粥、しらすと玉ねぎのうま煮、野菜だしスープ（小松菜） キャベツ粥
21日	(水)	牛乳、セサミビスケット キッズピビンバ、焼きボテト、中華スープ（ブロッコリー・コーン）、牛乳寒天 牛乳、鮭わかめおにぎり	赤ちゃんせんべい 五倍粥、鶏ひき肉と人参のみぞ煮、マッシュボテト、野菜だしスープ（ブロッコリー） ほうれん草粥	七倍粥、鶏ひき肉と人参のみぞ煮、マッシュボテト、野菜だしスープ（ブロッコリー） ほうれん草粥
22日	(木)	牛乳、塩せんべい ハヤシライス、ほうれん草の白和え、コンソメスープ（キャベツ・もやし）、黄桃 牛乳、バナナきな粉	赤ちゃんせんべい ハヤシライス風（五倍粥・鶏ひき肉・人参・ほうれん草）、野菜だしスープ（キャベツ） バナナきな粉	ハヤシライス風（七倍粥・鶏ひき肉・人参・ほうれん草）、野菜だしスープ（キャベツ） バナナきな粉
23日	(金)	牛乳、クリームサンドビスケット ご飯、マーボー豆腐、三色ナムル、みそ汁（大根・えのき）、白桃 牛乳、焼きおにぎり	赤ちゃんせんべい 五倍粥、鶏ひき肉とほうれん草のうま煮、スティック人参、みそ汁（大根） おかか粥	七倍粥、鶏ひき肉とほうれん草のうま煮、人参のトロトロ煮、みそ汁（大根） おかか粥
24日	(土)	牛乳、プレーンビスケット しらすチャーハン、しゅうまい、中華スープ、ミニゼリー 牛乳、肉野菜うどん	赤ちゃんせんべい あんかけチャーハン（五倍粥・しらす・小松菜）、野菜だしスープ（人参） 野菜あんかけうどん	あんかけチャーハン（七倍粥・しらす・小松菜）、野菜だしスープ（人参） 野菜あんかけうどん
26日	(月)	牛乳、クリームサンドビスケット ご飯、ツナと豆腐のお焼き、白菜と人参のおかか和え、みそ汁（わかめ・大根）、白桃 牛乳、マカロニきな粉	野菜リング 五倍粥、しらすと豆腐のうま煮、スティック人参、みそ汁（大根） きな粉粥	七倍粥、しらすと豆腐のうま煮、人参のトロトロ煮、みそ汁（大根） きな粉粥
27日	(火)	牛乳、セサミビスケット バターチキンカレーライス、キャベツと人参のサラダ、みそ汁（油揚げ・ほうれん草）、みかん 牛乳、クッキー・塩せんべい	赤ちゃんせんべい カレーライス風（五倍粥、鶏ひき肉・人参・玉ねぎ）、キャベツ煮、みそ汁（ほうれん草） ビスケット	カレーライス風（七倍粥、鶏ひき肉・人参・玉ねぎ）、キャベツ煮、みそ汁（ほうれん草） 赤ちゃんせんべい
28日	(水)	牛乳、塩せんべい ごはん、厚揚げと豚肉のみそ炒め、豆苗とキャベツのサラダ、みそ汁（玉ねぎ・人参）、黄桃 牛乳、きな粉サンド	赤ちゃんせんべい 五倍粥、豆腐と玉ねぎのみぞ煮、キャベツ煮、みそ汁（人参） きな粉ミルクパン粥	七倍粥、豆腐と玉ねぎのみぞ煮、キャベツのトロトロ煮、みそ汁（人参） きな粉ミルクパン粥
29日	(木)	牛乳、プレーンビスケット ご飯、チキンソテー、ブロッコリーのしらす和え、みそ汁（ほうれん草・なめこ）、バナナ 牛乳、きつねうどん	赤ちゃんせんべい 五倍粥、しらすと人参のうま煮、ブロッコリー煮、みそ汁（ほうれん草） 野菜うどん煮	五倍粥、しらすと人参のうま煮、ブロッコリーのトロトロ煮、みそ汁（ほうれん草） 野菜うどん煮
30日	(金)	牛乳、セサミビスケット ご飯、ハンバーグ、小松菜と人参の納豆和え、みそ汁（キャベツ・じゃが芋）、白桃 牛乳、コーンフレーク	ウエハース 五倍粥、鶏ひき肉と玉ねぎのうま煮、小松菜煮、みそ汁（じゃが芋） ビスケット	七倍粥、鶏ひき肉と玉ねぎのうま煮、小松菜のトロトロ煮煮、みそ汁（じゃが芋） 赤ちゃんせんべい
31日	(土)	牛乳、セサミビスケット 豚丼、ささみのサラダ、みそ汁、ミニゼリー 牛乳、ホットケーキ	赤ちゃんせんべい 五倍粥、鶏ひき肉と玉ねぎの味噌煮、キャベツ煮、みそ汁（小松菜） 人参粥	五倍粥、鶏ひき肉と玉ねぎの味噌煮、キャベツのトロトロ煮、みそ汁（小松菜） 人参粥

※仕入れにより、献立を変更する場合があります。

誤嚥・窒息にご注意！

お正月はお雑煮やおせちなど美味しい食べ物がたくさんありますが、子どもが丸ごと食べると窒息につながる危険性がある食材もあります。過去に誤嚥や窒息などの事故が起きた食材として“白玉団子”“球形のチーズ”“ソーセージ”“ピーナッツ”などがあります。誤嚥、窒息を引き起こす可能性がある食材を食べる際は、縦半分や4分の1カットくらいに小さく切る。または、使用を控えるなどしご注意ください。保育室ではお餅の代わりに白玉粉に豆腐を使用した、白玉団子を小さく切って提供しています。