



離乳食献立



日付	完了期	後期	中期	
5日	(月)	牛乳、セサミビスケット	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、みたらしまカロニ	ほうれん草粥	ほうれん草粥
6日	(火)	牛乳、クリームサンドビスケット	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(お麩・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、プレーンビスケット	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	
		ミートソースパグェッティ、小松菜と人参のごま和え、コンソメスープ(じゃが芋・玉ねぎ)、みかん	しらすのスープパグェッティ(しらす・小松菜・玉ねぎ)、マッシュポテト	しらすのスープパグェッティ(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、セサミビスケット	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、プレーンビスケット	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、セサミビスケット	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、クリームサンドビスケット	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、白菜のトトロ煮、みそ汁(大根)
		牛乳、ビスケット・塩せんべい	ビスケット	赤ちゃんせんべい
16日	(金)	牛乳、プレーンビスケット	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、セサミビスケット	赤ちゃんせんべい	
		ナポリタンスパグェッティ、ブロッコリーのおかか和え、コンソメスープ、ミニゼリー	スープパグェッティ(鶏ひき肉・人参・玉ねぎ)、ブロッコリー煮	スープパグェッティ(鶏ひき肉・人参・玉ねぎ)、ブロッコリーのトトロ煮
		牛乳、昆布おにぎり	かぼちゃ粥	かぼちゃ粥
19日	(月)	牛乳、プレーンビスケット	赤ちゃんせんべい	
		ご飯、ポークビーンズ、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	赤ちゃんせんべい	
		ご飯、チキンソテー、小松菜のごま和え、春雨スープ、みかん	五倍粥、しらすと玉ねぎのうま煮、野菜だしスープ（小松菜）	七倍粥、しらすと玉ねぎのうま煮、野菜だしスープ（小松菜）
		牛乳、お好み焼き	キャベツ粥	キャベツ粥
21日	(水)	牛乳、セサミビスケット	赤ちゃんせんべい	
		キッズピビンバ、焼きポテト、中華スープ（ブロッコリー・コーン）、牛乳寒天	五倍粥、鶏ひき肉と人参のみそ煮、マッシュポテト、野菜だしスープ（ブロッコリー）	七倍粥、鶏ひき肉と人参のみそ煮、マッシュポテト、野菜だしスープ（ブロッコリー）
		牛乳、鮭わかめおにぎり	ほうれん草粥	ほうれん草粥
22日	(木)	牛乳、塩せんべい	赤ちゃんせんべい	
		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	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）	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）
		牛乳、バナナきな粉	バナナきな粉	バナナきな粉
23日	(金)	牛乳、クリームサンドビスケット	赤ちゃんせんべい	
		ご飯、マーボー豆腐、三色ナムル、みそ汁（大根・えのき）、白桃	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）	七倍粥、鶏ひき肉とほうれん草のうま煮、人参のトトロ煮、みそ汁（大根）
		牛乳、焼きおにぎり	おおか粥	おおか粥
24日	(土)	牛乳、プレーンビスケット	赤ちゃんせんべい	
		しらすチャーハン、しゅうまい、中華スープ、ミニゼリー	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）	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）
		牛乳、肉野菜うどん	野菜あんかけうどん	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	野菜リング	
		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	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）	七倍粥、しらすと豆腐のうま煮、人参のトトロ煮、みそ汁（大根）
		牛乳、マカロニきな粉	きな粉粥	きな粉粥
27日	(火)	牛乳、セサミビスケット	赤ちゃんせんべい	
		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	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）	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）
		牛乳、クッキー・塩せんべい	ビスケット	赤ちゃんせんべい
28日	(水)	牛乳、塩せんべい	赤ちゃんせんべい	
		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	五倍粥、豆腐と玉ねぎのみそ煮、キャベツ煮、みそ汁（人参）	七倍粥、豆腐と玉ねぎのみそ煮、キャベツのトトロ煮、みそ汁（人参）
		牛乳、きな粉サンド	きな粉ミルクパン粥	きな粉ミルクパン粥
29日	(木)	牛乳、プレーンビスケット	赤ちゃんせんべい	
		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	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）	五倍粥、しらすと人参のうま煮、ブロッコリーのトトロ煮、みそ汁（ほうれん草）
		牛乳、きつねうどん	野菜うどん煮	野菜うどん煮
30日	(金)	牛乳、セサミビスケット	ウエハース	
		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	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）	七倍粥、鶏ひき肉と玉ねぎのうま煮、小松菜のトトロ煮、みそ汁（じゃが芋）
		牛乳、コーンフレーク	ビスケット	赤ちゃんせんべい
31日	(土)	牛乳、セサミビスケット	赤ちゃんせんべい	
		豚丼、ささみのサラダ、みそ汁、ミニゼリー	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）	五倍粥、鶏ひき肉と玉ねぎの味噌煮、キャベツのトトロ煮、みそ汁（小松菜）
		牛乳、ホットケーキ	人参粥	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。