令和3年 12 月 離 乳 食 献 立 表 保育線

		令和3年	12月 離乳 🕄	【献 工 表	保育課
日		A (初期) 6か月	B (中期) 7~8か月	C(後期) 9~11か月	D(完了期) 12~18か月
	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
1 15 火	昼食	用ミルク・でんぷん) <b>煮野菜</b> (ブロッコリー・人参・ 玉ねぎ・だし汁・でんぷん)	リー・玉ねぎ・だし汁)	かた粥 コーンシチュー (調味料1/3量、コーン抜く、グリン ピース薄皮除くもしくは抜く) ブロッコリーのサラダ (調味料1/3量)	軟飯 コーンシチュー (調味料1/2量、コーン刻むもしくは抜く、グリンピース薄皮除くもしくは抜く) ブロッコリーのサラダ (調味料1/2量)
^		育児用ミルク 育児用ミルク	<b>育児用ミルク</b> <b>育児用ミルク</b> <b>いも粥</b> (じゃがいも・育児用ミルク)	育児用ミルク チーズクラッカー (チーズ抜く・ジャム少量)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 チーズクラッカー (チーズ抜く・ジャム少量)
	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
2 · 16 · 水	昼食	ん)	お粥 鮭の煮物(鮭・だし汁・でんぷん) 煮野菜(小松菜・だし汁・でんぷん) さつまいもと玉ねぎの汁もの(さつまい も・玉ねぎ・だし汁) 育児用ミルク	1/3、にんにく・生姜・マヨネーズ少量) もやしと小松菜のゴマ和え (調味1/3、もやし細かく刻む、ゴマよ	軟飯 <b>鮭のマヨネーズ磯辺焼き</b> (調味 1/2、にんにく・生姜・マヨネーズ少量) もやしと小松菜のゴマ和え(調味 1/2、もやし細かく刻む、ゴマよくする) さつまいもと玉ねぎのみそ汁(だし 汁で2倍に薄める)
		育児用ミルク	<b>育児用ミルク</b> <b>煮うどん</b> (乾麺(よく洗う)。わかめ(よく洗う)・だし汁)	育児用ミルク 磯うどん(だし汁で3倍に薄める、乾 麺・わかめよく洗う)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 磯うどん(だし汁で2倍に薄める、乾 麺・わかめよく洗う)
	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
3 · 17 · 金	昼食	つぶし粥(きなこ入り) 豆腐のだし煮 (豆腐・だし汁・でんぷん) 煮野菜(人参・小松菜葉先だ し汁・でんぷん) 育児用ミルク	お粥(きなこ入り) <b>豆腐と野菜の煮物</b> (豆腐・小松菜・だし汁・でんぷん) 大麦麺と人参の汁もの (大麦麺(よく洗う)・人参・だし汁) <b>育児用ミルク</b>	かた粥 きなこふりかけ(調味料1/3量) 豆腐の野菜あん(調味料1/3、タケノコ抜く、もやし細かく刻む) 大麦麺と長ねぎのすまし汁(だし汁で3倍に薄める、麺よく洗う)	軟飯 きなこふりかけ(調味料1/2量) 豆腐の野菜あん(調味料1/2、タケノ □抜く、もやし細かく刻む) 大麦麺と長ねぎのすまし汁(だし汁で2倍に薄める、麺よく洗う)
		育児用ミルク	<b>育児用ミルク</b> ツナ粥 (米・ツナ水煮缶(よく洗う)	育児用ミルク ツナそぼろご飯のかた粥 (調味料1/3量、ツナよく洗う)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 ツナそぼろご飯の軟飯 (調味料1/2量、ツナよく洗う)
	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク又は牛乳
4 · 18 · 土	昼食	つぶし粥 煮魚 (白身魚・だし汁・でんぷん) 煮野菜(人参・玉ねぎ・だし 汁・でんぷん) 育児用ミルク	お粥 魚と野菜の煮物 (白身魚・人参・だし汁・でんぷん) 玉ねぎとじゃがいもの汁もの (玉ねぎ・じゃがいも・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 じゃがいもとこんにゃくのそぼろ 煮(調味料1/3、つきこんにゃく抜く、 グリンピース薄皮除くもしくは抜く) 玉ねぎとわかめのみそ汁(だし汁 で3倍に薄める)	軟飯 じゃがいもとこんにゃくのそぼろ煮 (調味料1/2、つきこんにゃく抜く、グリンピース薄皮除くもしくは抜く) 玉ねぎとわかめのみそ汁(だし汁で 2倍に薄める)
	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
6 · 20 · 月	昼食	つぶし粥 凍り豆腐のだし煮(凍り豆腐・だし汁・でんぷん) 煮野菜(小松菜葉先・人参・ キャベツ葉先・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	お粥 凍り豆腐と野菜の煮物 (凍り豆腐・キャベツ・だし汁・でんぷん) 春雨と小松菜の汁もの (春雨(軟らかく)・小松菜・だし汁) 育児用ミルク	(調味料1/3量) 春雨と小松菜のすまし汁	<b>軟飯</b> <b>凍り豆腐とキャベツのみそ炒め</b> (調味料1/2量) <b>春雨と小松菜のすまし汁</b> (だし汁で2倍に薄める、春雨軟らかく)
	おやつ	育児用ミルク	<b>育児用ミルク</b> <b>人参粥</b> (米·人参)	育児用ミルク ごはんピザのかた粥(調味料1/3 量、マヨネーズ・ベーコン少量)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 ごはんピザの軟飯(調味料1/2量、 マヨネーズ・ベーコン少量)
	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
7 · 21 · 火	昼食	ん)	お粥 かじきの煮物(かじき・だし汁・でんぷん) 煮野菜(キャベツ・だし汁・でんぷん) 豆腐と大根の汁もの(豆腐・大根・だし汁)	かた粥 魚のかりんと揚げ (調味料1/3量、生姜・ケチャップ少量、ソース抜く、適宜煮返す) ゆでやさい(調味料1/3量) 豆腐と大根のみそ汁 (だし汁で3倍に薄める)	軟飯 魚のかりんと揚げ (調味料1/2量、生姜・ケチャップ・ソース少量) ゆでやさい(調味料1/2量) 豆腐と大根のみそ汁 (だし汁で2倍に薄める)
		育児用ミルク	育児用ミルク りんご(水煮する) 乳児用せんべい 乳児用ビスケット	育児用ミルク りんご(水煮する) 乳児用せんべい 乳児用ビスケット	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 りんご せんべい ビスケット









	卸わりつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
	別のでし	つぶし粥	お粥	かた粥	軟飯
8		<b>魚のミルク煮</b> (白身魚·育児	鶏肉のミルク煮(鶏ささみ肉・育児用ミル	鶏肉のみそマヨネーズ焼き(調	鶏肉のみそマヨネーズ焼き(調味
•	昼食	用ミルク・でんぷん) <b>煮野菜</b> (白菜葉先・人参・だ	ク・でんぷん) <b>煮野菜</b> (白菜・だし汁・でんぷん)	味料1/3量、マヨネーズ少量)	料1/2量、マヨネーズ少量)
22			<b>数と人参の汁もの</b> (麩・人参・だし汁)	白菜と人参のけずりぶし和え (調味料1/3量、けずりぶし粉状)	白菜と人参のけずりぶし和え(調味料1/2量、けずりぶし粉状)
				<b>麩とえのきだけのすまし汁</b> (だし	<b>麩とえのきだけのすまし汁</b> (だし汁
水		育児用ミルク	育児用ミルク	汁で3倍に薄める、えのき細かく刻	で2倍に薄める、えのき細かく刻む)
\J\		育児用ミルク	育児用ミルク	<u>す;)</u> 育児用ミルク	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶
	おやつ		パン粥	かぼちゃジャムサンド	かぽちゃジャムサンド
			(パン・育児用ミルク)	(調味料1/3量)	(調味料1/2量)
	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
		<b>つぶし粥</b> 魚のトマト煮(白身魚・トマト	お粥(けずりぶし粉状入り) 魚と野菜のトマト煮(白身魚・ジャガイモ・	かた粥 ふりかけ(調味料1/3、ゴマよくする、けずりぶし粉状)	軟飯 ふりかけ(調味料1/2、ゴマよくする、けずりぶし粉状)
9	昼食	ピューレ・だし汁・でんぷん)	<b>承と野来のドイト派</b> (日夕魚・シャカイモ・ トマトピューレ・だし汁・でんぷん)	大豆のトマト煮(調味料1/3量、大	大豆のトマト煮(調味料1/2量、大豆
23	生民	<b>煮野菜</b> (かぶ・小松菜葉先・ 人参・だし汁・でんぷん)	かぶとあおなの汁もの	豆皮を除き刻む、ベーコン少量、	皮を除き刻む、ベーコン・ソース少量)
		人参・たし汗・でんふん)	(かぶ・小松菜・だし汁)	ソース抜く) <b>かぶとあおなのスー</b> プ(だし汁で3倍に薄める)	<b>かぶとあおなのスープ</b> (だし汁で2 倍に薄める)
木		育児用ミルク	育児用ミルク		1010月6707
		育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶
	おやつ		<b>煮うどん</b> (乾麺(よく洗う)・人参・だし汁)	<b>煮うどん</b> (乾麺(よく洗う)・人参・だし汁・しょうゆ少量)	しょうゆラーメン(調味料1/2、もやしコーン刻む、にんにく生姜少量)
	餌かやつ	育児用ミルク	(紅翅(よく流つ)・人参・たし汗)	<b>育児用ミルク・ヨーグルト</b>	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
	#100 F J	つぶし粥	お粥	かた粥	軟飯
10		豆腐(豆腐・だし汁・でんぷ	<b>豆腐と野菜の煮物</b> (豆腐・人参・だし汁・	生揚げとごぼうの炒め煮(調味料	生揚げとごぼうの炒め煮(調味料
-		ん) <b>煮野菜</b> (キャベツ葉先・人参・だし汁・でんぷん)	でんぷん) <b>キャベツと大根の汁もの</b> (キャベツ・大根・だし汁)	1/3量、生揚げ外側除く、ごぼうぬく)   <b>キャベツトエわぎのみろけ</b> (だ)	1/2量、生揚げ外側除く) キャベツと 玉ねぎのみそ汁(だし汁で2倍に薄
24				ナヤハクと玉ねさのかてJT(たし) 汁で3倍に薄める)	<b>本ねさのみて汗</b> (たし汁で2倍に薄    める)
金		育児用ミルク 育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶
31/2	おやつ	月光のミルグ		チキンライスのかた粥	チキンライスの軟飯
	00 ( )		玉ねぎ粥 (米·玉ねぎ)	(調味料1/3量、ケチャップ少量、グ	(調味料1/2量、ケチャップ少量、グリ
				リンピース薄皮除くもしくは抜く)	ンピース薄皮除くもしくは抜く)
	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク又は牛乳
11		つぶし粥 煮魚	お粥 魚と野菜の煮物	かた粥 鶏肉のさっぱり煮(調味料1/3量、	軟飯 鶏肉のさっぱり煮(調味料1/2量、に
25	昼食	(白身魚・だし汁・でんぷん)	(白身魚・人参・だし汁・でんぷん)	にんにく生姜少量)	んにく生姜少量)
•			玉ねぎとじゃがいもの汁もの	じゃがいもともやしのみそ汁(だ	じゃがいもともやしのみそ汁(だし
±		いも・だし汁・でんぷん)	(玉ねぎ・じゃがいも・だし汁)	し汁で3倍に薄める、もやし細かく刻む、わかめよく洗う)	汁で2倍に薄める、もやし細かく刻む、 わかめよく洗う)
		育児用ミルク	育児用ミルク		
	朝おやつ	育児用ミルク つぶし粥	育児用ミルク・ヨーグルト お粥	育児用ミルク・ヨーグルト かた粥	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳 軟飯
13		<b>煮魚</b> (白身魚・だし汁・でんぷ		豚肉と野菜のみそ炒め(調味料	
•	昼食	ん) <b>煮野菜</b> (玉ねぎ・白菜葉	(白身魚・さやいんげん・だし汁・でんぷん)	1/3量、にんにく少量)	量、にんにく少量)
27		先・人参・だし汁・でんぷん)	<b>白菜と人参の汁もの</b> (白菜・人参・だし <sup>::</sup>	<b>白菜とえのきの汁物</b> (だし汁で3 倍に薄める、えのき細かく刻む)	<b>白菜とえのきの汁物</b> (だし汁で2倍に薄める、えのき細かく刻む)
•		育児用ミルク	育児用ミルク		
月	おやつ	育児用ミルク 多次	育児用ミルク・ヨーグルト ひじき粥	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト ひじき入りドライカレーの軟飯(調
	8 P J	WILL STAN	(米・ひじき(よく戻す))	(調味1/3、ひじきよく戻す、にんにく	
				少量、カレー粉抜く)	レー粉少量)
	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
		つぶし粥 魚のミルク煮(白身魚·育児	お粥	かた粥 鶏肉のガーリック焼き	軟飯 鶏肉のガーリック焼き
14	昼食	黒のミルク煮(日身魚・育児 用ミルク・でんぷん)	<b>鶏肉のミルク煮</b> (鶏ささみ肉・育児用ミルク・でんぷん)	<b>鶏肉のカーリック焼き</b>  (調味料1/3量、にんにく少量)	<b>鶏肉のカーリック焼き</b>  (調味料1/2量、にんにく少量)
28	生文	煮野菜(玉ねぎ・ジャガイモ・	<b>煮マカロニ</b> (マカロニ・玉ねぎ・だし汁)	マカロニソテー	マカロニソテー
-		キャベツ葉先・だし汁・でんぷん)	<b>じゃがいもとキャベツの汁もの</b> (じゃがいも・キャベツ・だし汁)	(調味料1/3量、にんにく少量) じゃがいもとキャベツのみそ汁	(調味料1/2量、にんにく少量) じゃがいもとキャベツのみそ汁(だ
		••/	(CPA-0-0 TY->)-[CO/I)	しゃかいもとキャヘツのみで汗 (だし汁で3倍に薄める)	しかいもとキャヘツのみて汗(た)し汁で2倍に薄める)
火		育児用ミルク	育児用ミルク		
	かみつ	育児用ミルク	<b>育児用ミルク・ヨーグルト</b> <b>青のり粥</b> (米・青のり)	育児用ミルク・ヨーグルト ゴマと青のりのごはんのかた粥	育児用ミルク・ヨーグルト ゴマと青のりのごはんの軟飯(調
	おやつ		<b>FI Vノソ3M3</b> (木・月いツ)	(調味料1/3量、ゴマよくする)	スペン マンド ( ) ( ) はんの
	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
		つぶし粥	お粥	かた粥	軟飯
		<b>煮魚</b> (白身魚・だし汁・でんぷん)	<b>煮魚</b> (白身魚・だし汁・でんぷん) <b>考野</b> 苺(キャベツ・だし汁・でんぷん)	プライドチキン(調味料1/3量、パプリカ抜く、にんにく少量、適宜煮返	フライドチキン(調味料1/2量、にんにく少量)
誕生	昼食	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	煮野菜(キャベツ・だし汁・でんぷん)  白菜と玉ねぎの汁もの	す)	「へ少重)   <b>ゆでやさい</b> (調味料/2量)
会		ぎ・人参・だし汁・でんぷん)	(白菜・玉ねぎ・だし汁)	ゆでやさい(調味料/3量)	白菜とベーコンのスープ(だし汁で2
		育児用ミルク	育児用ミルク	白菜とべーコンのスープ(だし汁で3倍に薄める、ベーコン少量)	倍に薄める、ベーコン少量)
		育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶
	-414		パン粥	ゴマト―スト(調味料1/3量、ごまよ	イフト フト
	おやつ		(パン・育児用ミルク)	くする、適宜煮返す)	<b>コ マトースト</b>   (調味料1/2量、ごまよくする)