



# 2023年2月 どんぐりこども園 離乳食 中期・後期予定献立表



日にち	曜日	初期5~6ヶ月頃	材料	中期7~8ヶ月頃	材料	後期9~11ヶ月頃	材料
1	水		全がゆ 鶏肉の照り煮 ほうれん草の和え物 豆腐の味噌汁	米 鶏肉・玉ねぎ ほうれん草・人参 豆腐	全がゆ～軟飯 鶏肉の照り煮 ほうれん草の和え物 豆腐とわかめの味噌汁	米 鶏肉・玉ねぎ ほうれん草・人参 豆腐・わかめ	
2	木		全がゆ 鮭の塩煮 人参の甘煮 長ねぎのすまし汁	米 鮭 白菜・人参 長ねぎ	全がゆ～軟飯 鮭の塩煮 人参の甘煮 長ねぎのすまし汁	米 鮭 白菜・人参 長ねぎ	
3	金		全がゆ 野菜の煮込み 納豆煮 かぶのスープ	米 玉ねぎ・人参 小松菜・納豆 かぶ	全がゆ～軟飯 野菜と豚肉のケチャップ煮 納豆煮 かぶのスープ	米 玉ねぎ・人参・豚肉 小松菜・納豆 かぶ	
4	土		全がゆ カレイの煮物 玉ねぎと麩のスープ	米 カレイ 玉ねぎ・麩	全がゆ～軟飯 カレイの煮物 玉ねぎと麩のスープ	米 カレイ 玉ねぎ・麩	
6	月		全がゆ そぼろ煮 野菜の和え物 チンゲン菜の味噌汁	米 鶏肉・キャベツ きゅうり・人参 チンゲン菜	全がゆ～軟飯 そぼろ煮 野菜とひじきの和え物 チンゲン菜の味噌汁	米 鶏肉・キャベツ きゅうり・人参・ひじき チンゲン菜	
7	火		全がゆ 高野豆腐と野菜の煮物 もやしの和え物 長ねぎのスープ	米 高野豆腐・ピーマン・人参 もやし・きゅうり 長ねぎ	全がゆ～軟飯 豚肉と野菜の煮物 もやしの和え物 長ねぎのスープ	米 豚肉・ピーマン・人参 もやし・きゅうり 長ねぎ	
8	水		全がゆ 鶏肉のトマト煮 白菜のお浸し 麩のすまし汁	米 鶏肉・トマト 白菜・人参 麩	全がゆ～軟飯 鶏肉のトマト煮 白菜のお浸し 麩とわかめのすまし汁	米 鶏肉・トマト 白菜・人参 麩・わかめ	
9	木		全がゆ 煮込みうどん ほうれん草の煮びたし	米 うどん・高野豆腐 もやし・キャベツ ほうれん草・人参	全がゆ～軟飯 煮込みうどん ほうれん草の磯香和え	米 うどん・豚肉 もやし・キャベツ ほうれん草・人参・海苔・かつお節	
10	金		全がゆ パンがゆ 鶏肉団子煮 キャベツの煮物 大根のスープ	食パン 鶏肉・玉ねぎ キャベツ・人参 大根	パンがゆ～食パン 鶏肉団子のケチャップ煮 キャベツの煮物 大根のスープ	食パン 鶏肉・玉ねぎ キャベツ・人参 大根	
13	月		全がゆ カレイと野菜の煮物 切干大根の煮物 白菜の味噌汁	米 カレイ・玉ねぎ 切干大根・人参 白菜	全がゆ～軟飯 カレイと野菜の煮物 切干大根の煮物 白菜の味噌汁	米 カレイ・玉ねぎ 切干大根・人参 白菜	
14	火		全がゆ じゃが芋のそぼろ煮 具沢山スープ	米 鶏肉・じゃが芋 マカロニ・人参・キャベツ	全がゆ～軟飯 じゃが芋のそぼろ煮 具沢山スープ	米 鶏肉・じゃが芋 マカロニ・人参・キャベツ	

日にち	曜日	初期5~6ヶ月頃	材料	中期7~8ヶ月頃	材料	後期9~11ヶ月頃	材料
15	水		全がゆ カレイの煮物 ナムル風 豆腐のすまし汁	米 カレイ 人参・もやし・ほうれん草 豆腐	全がゆ～軟飯 カレイの煮物 ナムル風 豆腐のすまし汁	米 カレイ 人参・もやし・ほうれん草 豆腐	
16	木		全がゆ スープパスタ 野菜の煮物	米 スパゲティ・玉ねぎ 麩・トマト・人参 ブロッコリー・かぼちゃ	全がゆ～軟飯 スープパスタ 野菜の煮物	米 スパゲティ・玉ねぎ 豚肉・トマト・人参 ブロッコリー・かぼちゃ	
17	金		全がゆ 納豆とそぼろの煮込み 麩とキャベツの味噌汁	米 納豆・鶏肉・人参・もやし 麩・キャベツ	全がゆ～軟飯 納豆とそぼろの煮込み 麩とキャベツの味噌汁	米 納豆・鶏肉・人参・もやし 麩・キャベツ	
18	土		全がゆ 高野豆腐と野菜の煮物 さつま芋のスープ	米 高野豆腐・長ねぎ・人参 さつま芋	全がゆ～軟飯 高野豆腐と野菜の煮物 さつま芋のスープ	米 高野豆腐・長ねぎ・人参 さつま芋	
20	月		全がゆ 鶏肉の煮物 人参と大根の甘煮 小松菜の味噌汁	米 鶏肉 人参・大根 小松菜	全がゆ～軟飯 鶏肉の煮物 人参と大根の甘煮 小松菜の味噌汁	米 鶏肉 人参・大根 小松菜	
21	火		全がゆ 高野豆腐と野菜の煮物 切干大根の煮物 りんご煮	米 うどん・ささみ 長ねぎ・人参 切干大根・きゅうり りんご	全がゆ～軟飯 煮込みうどん 切干大根の煮物 りんご煮～りんご	米 うどん・ささみ 長ねぎ・人参 切干大根・きゅうり りんご	
22	水		全がゆ パンがゆ 鶏肉と里芋のシチュー ビーフンサラダ	食パン 鶏肉・里芋・玉葱・牛乳 ビーフン・人参	パンがゆ～食パン 鶏肉と里芋のシチュー ビーフンサラダ	食パン 鶏肉・里芋・玉葱・牛乳 ビーフン・人参	
24	金		全がゆ 鶏肉のだし煮 さつま芋の甘煮 キャベツのスープ	米 鶏肉 さつま芋・人参 キャベツ	全がゆ～軟飯 鶏肉のだし煮 さつま芋の甘煮 キャベツのスープ	米 鶏肉 さつま芋・人参 キャベツ	
25	土		全がゆ 高野豆腐と野菜の煮物 りんご煮	米 高野豆腐・玉ねぎ・人参 りんご	全がゆ～軟飯 高野豆腐と野菜の煮物 りんご煮～りんご	米 高野豆腐・玉ねぎ・人参 りんご	
27	月		全がゆ 肉団子の味噌煮 人参の和え物 麩のすまし汁	米 鶏肉 人参・玉ねぎ 麩	全がゆ～軟飯 肉団子の味噌煮 人参の和え物 麩のすまし汁	米 鶏肉 人参・玉ねぎ・ひじき 麩	
28	火		全がゆ じゃが芋の煮物 ツナ和え もやしのスープ	米 じゃが芋・人参 ツナ・キャベツ・きゅうり もやし	全がゆ～軟飯 じゃが芋の煮物 ツナ和え もやしのスープ	米 じゃが芋・人参 ツナ・キャベツ・きゅうり もやし	

\*材料購入の関係上、多少の変更はご了承願います。

\*献立の「軟飯・お粥・つぶし粥」に使用しているお米は、国内産米となっています。

\*保育園では調理にはいろいろな食材を使用しております。献立表の材料名もご覧いただき、食べたことがない食材は事前にご家庭でもお試しくさるようお願い申し上げます。