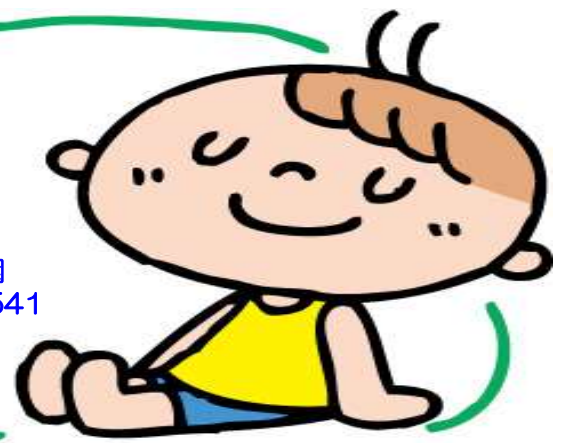


2021年度  
8月

# 離乳食献立表

ハレルヤ保育園  
072-868-5541



	月	火	水	木	金	土
離乳食	2	3	4	5	6	7
	<p>*初期前・10倍粥 じゃがいもペースト、野菜スープ 胚芽米、じゃがいも</p> <p>*初期後・10倍粥 じゃがいもと玉葱のペースト 白身魚のとろとろ煮、野菜スープ 胚芽米、じゃがいも、玉葱、白身魚</p> <p>*中期・粥/後期・軟飯 肉じゃが、野菜のみそ汁 胚芽米、牛肉、じゃがいも、玉葱 人参、油、三温糖、醤油、キャベツ 人参、小松菜、トマト、豆乳、味噌、だし</p>	<p>*初期前・10倍粥 人参のペースト、野菜スープ 胚芽米、人参</p> <p>*初期後・10倍粥 人参と白菜のペースト 豆腐のとろとろ煮、野菜スープ 胚芽米、人参、白菜、豆腐</p> <p>*中期・粥/後期・軟飯 豆腐のそぼろあんかけ、白菜スープ 胚芽米、豆腐、豚肉、玉葱、人参 三温糖、醤油、片栗粉、白菜 人参、わかめ、小松菜、塩、だし</p>	<p>*初期前・10倍粥 キャベツのペースト、野菜スープ 胚芽米、キャベツ</p> <p>*初期後・10倍粥 キャベツと大根のペースト 白身魚のとろとろ煮、野菜スープ 胚芽米、キャベツ、大根、白身魚</p> <p>*中期・粥/後期・軟飯 魚のミルク煮、麩のみそ汁 胚芽米、白身魚、キャベツ、南瓜、塩 スキムミルク、麩、大根、人参 小松菜、味噌、だし</p>	<p>*初期前・10倍粥 人参のペースト、野菜スープ 胚芽米、人参</p> <p>*初期後・10倍粥 人参とチンゲン菜のペースト 白身魚のとろとろ煮、野菜スープ 胚芽米、人参、チンゲン菜、麩</p> <p>*中期・粥/後期・軟飯 鶏肉と春雨の煮物、冬瓜スープ 胚芽米、鶏肉、里芋、人参、春雨 チンゲン菜、油、醤油、三温糖 冬瓜、人参、小松菜、塩、だし</p>	<p>*初期前・10倍粥 じゃがいもペースト、野菜スープ 胚芽米、じゃがいも</p> <p>*初期後・10倍粥 じゃがいもと玉葱のペースト 白身魚のとろとろ煮、野菜スープ 胚芽米、じゃがいも、玉葱、白身魚</p> <p>*中期・粥/後期・軟飯 煮魚、じゃがいものみそ汁 胚芽米、白身魚、里芋、人参、玉葱 三温糖、醤油、じゃがいも 人参、小松菜、わかめ、味噌、だし</p>	<p>*初期前・10倍粥 南瓜のペースト、野菜スープ 胚芽米、南瓜</p> <p>*初期後・10倍粥 南瓜と人参のペースト 豆腐のとろとろ煮、野菜スープ 胚芽米、南瓜、人参、豆腐</p> <p>*中期・粥/後期・軟飯 マーボー豆腐、南瓜スープ 胚芽米、豆腐、豚肉、人参、小松菜 三温糖、醤油、片栗粉、油、味噌 南瓜、人参、小松菜、塩、だし</p>
午後食	<p>*中期/煮奴、りんご 豆腐、野菜、だし、りんご</p> <p>*後期/煮奴、りんご 豆腐、野菜、だし、醤油、りんご</p>	<p>*中期/米粉の野菜ケーキ、オレンジ 米粉、野菜、粉ミルク、オレンジ</p> <p>*後期/米粉の野菜ケーキ、オレンジ 米粉、野菜、スキムミルク、オレンジ</p>	<p>*中期/ミルクもち、りんご 粉ミルク、片栗粉、きなこ、りんご</p> <p>*後期/ミルクもち、りんご スキムミルク、片栗粉、きなこ、りんご</p>	<p>*中期/おじや、りんご 胚芽米、野菜、だし、りんご</p> <p>*後期/おじや、りんご 胚芽米、野菜、だし、りんご</p>	<p>*中期/粉ふき芋、バナナ じゃがいも、バナナ</p> <p>*後期/粉ふき芋、バナナ じゃがいも、バナナ</p>	<p>*中期/煮込みそうめん、りんご そうめん、野菜、だし、りんご</p> <p>*後期/煮込みそうめん、りんご そうめん、野菜、だし、醤油、りんご</p>
離乳食	9	10	11	12	13	14
	<p>山の日</p>	<p>*初期前・10倍粥 小松菜のペースト、野菜スープ 胚芽米、小松菜</p> <p>*初期後・10倍粥 小松菜と玉葱のペースト 豆腐のとろとろ煮、野菜スープ 胚芽米、小松菜、玉葱、豆腐</p> <p>*中期・粥/後期・軟飯 豆腐の炒り煮、わかめスープ 胚芽米、豆腐、豚肉、玉葱、人参 三度豆、三温糖、醤油、片栗粉 人参、わかめ、小松菜、塩、だし</p> <p>*中期/みどり粥、りんご 胚芽米、青菜、りんご</p> <p>*後期/みどり粥、りんご 胚芽米、青菜、りんご</p>	<p>*初期前・10倍粥 南瓜のペースト、野菜スープ 胚芽米、南瓜</p> <p>*初期後・10倍粥 南瓜と玉葱のペースト 豆腐のとろとろ煮、野菜スープ 胚芽米、南瓜、玉葱、豆腐</p> <p>*中期・粥/後期・軟飯 豚肉と野菜の煮物、南瓜みそ汁 胚芽米、豚肉、キャベツ、玉葱 三度豆、三温糖、醤油、南瓜 わかめ、人参、小松菜、味噌、だし</p> <p>*中期/野菜粥、りんご 胚芽米、野菜、りんご</p> <p>*後期/野菜粥、りんご 胚芽米、野菜、りんご</p>	<p>お弁当持参日</p>	<p>お弁当持参日</p>	<p>お弁当持参日</p>
午後食		<p>*中期/赤ちゃん菓子、バナナ 赤ちゃん菓子、バナナ</p> <p>*後期/赤ちゃん菓子、バナナ 赤ちゃん菓子、バナナ</p>	<p>*中期/赤ちゃん菓子、バナナ 赤ちゃん菓子、バナナ</p> <p>*後期/赤ちゃん菓子、バナナ 赤ちゃん菓子、バナナ</p>	<p>*中期/赤ちゃん菓子、バナナ 赤ちゃん菓子、バナナ</p> <p>*後期/赤ちゃん菓子、バナナ 赤ちゃん菓子、バナナ</p>	<p>*中期/赤ちゃん菓子、バナナ 赤ちゃん菓子、バナナ</p> <p>*後期/赤ちゃん菓子、バナナ 赤ちゃん菓子、バナナ</p>	<p>*中期/赤ちゃん菓子、バナナ 赤ちゃん菓子、バナナ</p> <p>*後期/赤ちゃん菓子、バナナ 赤ちゃん菓子、バナナ</p>
離乳食	16	17	18	19	20	21
	<p>*初期前・10倍粥 チンゲン菜のペースト、野菜スープ 胚芽米、チンゲン菜</p> <p>*初期後・10倍粥 チンゲン菜と人参のペースト 白身魚のとろとろ煮、野菜スープ 胚芽米、チンゲン菜、人参、白身魚</p> <p>*中期・粥/後期・軟飯 魚の野菜あんかけ、麩のすまし汁 胚芽米、白身魚、人参、チンゲン菜 三温糖、醤油、片栗粉、麩 わかめ、人参、ほうれん草、だし</p> <p>*中期/野菜粥、りんご 胚芽米、野菜、りんご</p> <p>*後期/野菜粥、りんご 胚芽米、野菜、りんご</p>	<p>*初期前・10倍粥 南瓜のペースト、野菜スープ 胚芽米、南瓜</p> <p>*初期後・10倍粥 南瓜と玉葱のペースト 麩のとろとろ煮、野菜スープ 胚芽米、南瓜、玉葱、麩</p> <p>*中期・粥/後期・軟飯 牛肉と野菜のトマト煮、豆腐のみそ汁 胚芽米、牛肉、玉葱、人参、南瓜 トマト、なす、ケチャップ、三温糖、豆腐 わかめ、人参、小松菜、味噌、だし</p> <p>*中期/パン粥、りんご パン、粉ミルク、きなこ、りんご</p> <p>*後期/トースト、りんご パン、スキムミルク、きなこ、りんご</p>	<p>*初期前・10倍粥 人参のペースト、野菜スープ 胚芽米、人参</p> <p>*初期後・10倍粥 人参とチンゲン菜のペースト 白身魚のとろとろ煮、野菜スープ 胚芽米、人参、チンゲン菜、白身魚</p> <p>*中期・粥/後期・軟飯 魚のみそ煮、キャベツスープ 胚芽米、白身魚、小松菜、南瓜 味噌、三温糖、人参、鶏肉、キャベツ チンゲン菜、人参、醤油、だし</p> <p>*中期/煮奴、りんご 豆腐、野菜、だし、りんご</p> <p>*後期/煮奴、りんご 豆腐、野菜、だし、醤油、りんご</p>	<p>*初期前・10倍粥 玉葱のペースト、野菜スープ 胚芽米、玉葱</p> <p>*初期後・10倍粥 玉葱とブロッコリーのペースト 豆腐のとろとろ煮、野菜スープ 胚芽米、玉葱、ブロッコリー、豆腐</p> <p>*中期・粥/後期・軟飯 鶏肉と野菜のトマト煮、わかめスープ 胚芽米、鶏肉、玉葱、人参、南瓜 トマト、小松菜、三温糖、キャベツ わかめ、人参、ブロッコリー、塩、だし</p> <p>*中期/煮込みうどん、バナナ うどん、野菜、だし、バナナ</p> <p>*後期/煮込みうどん、バナナ うどん、野菜、だし、醤油、バナナ</p>	<p>*初期前・10倍粥 キャベツのペースト、野菜スープ 胚芽米、キャベツ</p> <p>*初期後・10倍粥 キャベツと玉葱のペースト 白身魚のとろとろ煮、野菜スープ 胚芽米、キャベツ、玉葱、白身魚</p> <p>*中期・粥/後期・軟飯 魚のミルク煮、野菜スープ 胚芽米、白身魚、三度豆、南瓜 トマト、スキムミルク、塩、キャベツ ほうれん草、人参、玉葱、醤油、だし</p> <p>*中期/ひじき粥、すいか 胚芽米、青菜、ひじき、すいか</p>	<p>*初期前・10倍粥 人参のペースト、野菜スープ 胚芽米、人参</p> <p>*初期後・10倍粥 人参と小松菜のペースト 麩のとろとろ煮、野菜スープ 胚芽米、人参、小松菜、麩</p> <p>*中期・粥/後期・軟飯 牛肉と豆腐の煮物、わかめスープ 胚芽米、牛肉、豆腐、人参 小松菜、醤油、三温糖、わかめ 人参、玉葱、塩、だし</p> <p>*中期/煮込みスパゲティ、りんご スパゲティ、野菜、だし、りんご</p> <p>*後期/煮込みスパゲティ、りんご スパゲティ、野菜、だし、醤油、りんご</p>
午後食	<p>*中期/野菜粥、りんご 胚芽米、野菜、りんご</p> <p>*後期/野菜粥、りんご 胚芽米、野菜、りんご</p>	<p>*中期/パン粥、りんご パン、粉ミルク、きなこ、りんご</p> <p>*後期/トースト、りんご パン、スキムミルク、きなこ、りんご</p>	<p>*中期/煮奴、りんご 豆腐、野菜、だし、りんご</p> <p>*後期/煮奴、りんご 豆腐、野菜、だし、醤油、りんご</p>	<p>*中期/煮込みうどん、バナナ うどん、野菜、だし、バナナ</p> <p>*後期/煮込みうどん、バナナ うどん、野菜、だし、醤油、バナナ</p>	<p>*中期/ひじき粥、すいか 胚芽米、青菜、ひじき、すいか</p>	<p>*中期/煮込みスパゲティ、りんご スパゲティ、野菜、だし、りんご</p> <p>*後期/煮込みスパゲティ、りんご スパゲティ、野菜、だし、醤油、りんご</p>
離乳食	23	24	25	26	27	28
	<p>*初期前・10倍粥 人参のペースト、野菜スープ 胚芽米、人参</p> <p>*初期後・10倍粥 人参とじゃがいものペースト 白身魚のとろとろ煮、野菜スープ 胚芽米、人参、じゃがいも、白身魚</p> <p>*中期・粥/後期・軟飯 魚のみそ煮、冬瓜のすまし汁 胚芽米、白身魚、じゃがいも、三温糖 味噌、三度豆、人参、冬瓜、小松菜 白菜、人参、醤油、だし</p> <p>*中期/パン粥、なし パン、粉ミルク、きなこ、なし</p> <p>*後期/トースト、なし パン、スキムミルク、きなこ、なし</p>	<p>*初期前・10倍粥 キャベツのペースト、野菜スープ 胚芽米、キャベツ</p> <p>*初期後・10倍粥 キャベツと玉葱のペースト 豆腐のとろとろ煮、野菜スープ 胚芽米、キャベツ、玉葱、豆腐</p> <p>*中期・粥/後期・軟飯 豚肉と豆腐の煮物、春雨のすまし汁 胚芽米、豚肉、豆腐、人参、玉葱 里芋、醤油、三温糖、春雨 人参、ほうれん草、キャベツ、だし</p> <p>*中期/麩のきなこまぶし、りんご 麩、粉ミルク、きなこ、りんご</p> <p>*後期/麩のきなこまぶし、りんご 麩、スキムミルク、きなこ、りんご</p>	<p>*初期前・10倍粥 大根のペースト、野菜スープ 胚芽米、大根</p> <p>*初期後・10倍粥 大根とほうれん草のペースト 白身魚のとろとろ煮、野菜スープ 胚芽米、大根、ほうれん草、白身魚</p> <p>*中期・粥/後期・軟飯 魚の野菜あんかけ、豆腐のみそ汁 胚芽米、白身魚、小松菜、人参 三温糖、醤油、片栗粉、豆腐、大根 わかめ、ほうれん草、味噌、だし</p> <p>*中期/おやき、りんご 米粉、野菜、しらす干し、粉ミルク、りんご</p> <p>*後期/おやき、りんご 米粉、野菜、しらす干し、スキムミルク、りんご</p>	<p>*初期前・10倍粥 玉葱のペースト、野菜スープ 胚芽米、玉葱</p> <p>*初期後・10倍粥 玉葱と南瓜のペースト 豆腐のとろとろ煮、野菜スープ 胚芽米、玉葱、南瓜、豆腐</p> <p>*中期・粥/後期・軟飯 里芋のそぼろかけ、おかず汁 胚芽米、里芋、鶏肉、人参、ブロッコリー 三温糖、醤油、片栗粉、鶏肉、豆腐、なす ほうれん草、玉葱、塩、だし</p> <p>*中期/野菜粥、グレープフルーツ 胚芽米、野菜、グレープフルーツ</p> <p>*後期/野菜粥、グレープフルーツ 胚芽米、野菜、グレープフルーツ</p>	<p>*初期前・10倍粥 キャベツのペースト、野菜スープ 胚芽米、キャベツ</p> <p>*初期後・10倍粥 キャベツとチンゲン菜のペースト 白身魚のとろとろ煮、野菜スープ 胚芽米、キャベツ、チンゲン菜、白身魚</p> <p>*中期・粥/後期・軟飯 魚のみそ煮、ほうれん草のすまし汁 胚芽米、白身魚、チンゲン菜、三温糖 味噌、三度豆、人参、豆腐、キャベツ ほうれん草、人参、醤油、だし</p> <p>*中期/煮込みそうめん、バナナ そうめん、野菜、だし、バナナ</p> <p>*後期/煮込みそうめん、バナナ そうめん、野菜、だし、醤油、バナナ</p>	<p>*初期前・10倍粥 玉葱のペースト、野菜スープ 胚芽米、玉葱</p> <p>*初期後・10倍粥 玉葱と南瓜のペースト 麩のとろとろ煮、野菜スープ 胚芽米、玉葱、南瓜、麩</p> <p>*中期・粥/後期・軟飯 すき焼き風煮、里芋のみそ汁 胚芽米、豚肉、玉葱、豆腐、里芋 麩、三温糖、醤油、油、味噌、里芋 人参、ほうれん草、わかめ、だし</p> <p>*中期/甘煮、りんご 野菜、だし、りんご</p> <p>*後期/甘煮、りんご 野菜、だし、みりん、りんご</p>
午後食	<p>*中期/パン粥、なし パン、粉ミルク、きなこ、なし</p> <p>*後期/トースト、なし パン、スキムミルク、きなこ、なし</p>	<p>*中期/麩のきなこまぶし、りんご 麩、粉ミルク、きなこ、りんご</p> <p>*後期/麩のきなこまぶし、りんご 麩、スキムミルク、きなこ、りんご</p>	<p>*中期/おやき、りんご 米粉、野菜、しらす干し、粉ミルク、りんご</p> <p>*後期/おやき、りんご 米粉、野菜、しらす干し、スキムミルク、りんご</p>	<p>*中期/野菜粥、グレープフルーツ 胚芽米、野菜、グレープフルーツ</p> <p>*後期/野菜粥、グレープフルーツ 胚芽米、野菜、グレープフルーツ</p>	<p>*中期/煮込みそうめん、バナナ そうめん、野菜、だし、バナナ</p> <p>*後期/煮込みそうめん、バナナ そうめん、野菜、だし、醤油、バナナ</p>	<p>*中期/甘煮、りんご 野菜、だし、りんご</p> <p>*後期/甘煮、りんご 野菜、だし、みりん、りんご</p>
離乳食	30	31	<p>都合により献立を変更することがあります ミルクは別に用意しています</p>			
	<p>*初期前・10倍粥 小松菜のペースト、野菜スープ 胚芽米、小松菜</p> <p>*初期後・10倍粥 小松菜と大根のペースト 白身魚のとろとろ煮、野菜スープ 胚芽米、小松菜、大根、白身魚</p> <p>*中期・粥/後期・軟飯 魚のミルク煮、大根のみそ汁 胚芽米、白身魚、三度豆、南瓜、塩 スキムミルク、大根、わかめ 小松菜、人参、味噌、だし</p> <p>*中期/煮奴、りんご 豆腐、野菜、だし、りんご</p> <p>*後期/煮奴、りんご 豆腐、野菜、だし、醤油、りんご</p>	<p>*初期前・10倍粥 さつまいものペースト、野菜スープ 胚芽米、さつまいも</p> <p>*初期後・10倍粥 さつまいもと玉葱のペースト 豆腐のとろとろ煮、野菜スープ 胚芽米、さつまいも、玉葱、豆腐</p> <p>*中期・粥/後期・軟飯 豆腐のそぼろあんかけ、夏野菜の豚汁 胚芽米、豆腐、鶏肉、枝豆、人参 さつまいも、三温糖、醤油、片栗粉 豚肉、トマト、玉葱、キャベツ、味噌、だし</p> <p>*中期/南瓜のカップケーキ、バナナ 米粉、南瓜、粉ミルク、バナナ</p> <p>*後期/南瓜のカップケーキ、バナナ 米粉、南瓜、スキムミルク、バナナ</p>				
午後食	<p>*中期/煮奴、りんご 豆腐、野菜、だし、りんご</p> <p>*後期/煮奴、りんご 豆腐、野菜、だし、醤油、りんご</p>	<p>*中期/南瓜のカップケーキ、バナナ 米粉、南瓜、粉ミルク、バナナ</p> <p>*後期/南瓜のカップケーキ、バナナ 米粉、南瓜、スキムミルク、バナナ</p>				

## 事故を防ごう!

泣いている子どもの口に、食べものを入れてはいませんか? 泣いている時は口呼吸です。泣き声を「ーン」と出した後は、息を口から吸い込みます。その息を吸う時に口に食べものや飲みものが入ってしまえば、息と一緒によにそれらが吸い込まれてしまいます。そのまま食べものが気管に引き込まれる可能性があり、たいへん危険です。



【じょうずに食べる食べさせる】山崎祥子(母友社) 参考