

令和5年 9月



離乳食献立表



こむぎ保育園

		初期		中期		後期	
日	曜	お昼		お昼		お昼	
				午後		午後	
1	金	お粥 スープ かぼちゃペースト 大根ペースト	お粥 スープ 鶏ささみとかぼちゃのだし煮 大根のだし煮	キャベツおじや		軟飯 味噌汁 鶏ささみとかぼちゃの煮物 スティック大根	軟飯 高野豆腐とキャベツの煮物
2	土	お粥 スープ 白菜ペースト 人参ペースト	お粥 スープ しらすと白菜のだし煮 人参のだし煮	きな粉おじや		軟飯 味噌汁 しらすと白菜の煮物 スティック人参	豚そぼろと野菜入りスープマカロニ
4	月	お粥 スープ 豆腐ペースト 人参ペースト	野菜パン粥 スープ 豆腐と小松菜のだし煮 人参のだし煮	白菜おじや		野菜パン スープ 豆腐と小松菜のケチャップ煮 スティック人参	軟飯 鶏ささみと白菜の煮物
5	火	お粥 スープ キャベツペースト じゃが芋ペースト	お粥 スープ お麩とキャベツのだし煮 じゃが芋のだし煮	人参おじや		軟飯 スープ お麩とキャベツの煮物 スティックじゃが芋	軟飯 たらと人参のミルク煮
6	水	お粥 スープ 人参ペースト 大根ペースト	お粥 スープ 高野豆腐と人参のだし煮 大根のだし煮	キャベツおじや		軟飯 味噌汁 高野豆腐と人参の煮物 スティック大根	軟飯 お麩とキャベツの味噌煮
7	木	お粥 スープ トマトペースト じゃが芋ペースト	お粥 スープ 鶏そぼろとトマトのだし煮 じゃが芋のだし煮	玉ねぎおじや		軟飯 味噌汁 鶏そぼろとトマトの煮物 スティックじゃが芋	軟飯 高野豆腐と玉ねぎの煮物
8	金	お粥 スープ ほうれん草ペースト かれいペースト	お粥 スープ かれいとほうれん草のだし煮 白菜のだし煮	さつま芋おじや		軟飯 スープ かれいとほうれん草の味噌煮 白菜の煮物	軟飯 お麩とさつま芋の煮物
9	土	お粥 スープ 玉ねぎペースト 人参ペースト	お粥 スープ お麩と玉ねぎのだし煮 人参のだし煮	ブロッコリーおじや		軟飯 スープ お麩と玉ねぎの煮物 スティック人参	軟飯 豚そぼろとブロッコリーの煮物
11	月	お粥 スープ かれいペースト 小松菜ペースト	お粥 スープ かれいと人参のだし煮 小松菜のだし煮	キャベツおじや		軟飯 味噌汁 かれいと人参の煮物 小松菜の煮物	軟飯 豆腐とキャベツの煮物
12	火	お粥 スープ 豆腐ペースト かぼちゃペースト	お粥 スープ 豆腐と白菜のだし煮 かぼちゃのだし煮	人参おじや		軟飯 味噌汁 豆腐と白菜の煮物 かぼちゃの煮物	軟飯 豚そぼろと人参の味噌煮
13	水	お粥 スープ きゅうりペースト じゃが芋ペースト	お粥 スープ お麩ときゅうりのだし煮 じゃが芋のだし煮	パン粥 スープ 大根のだし煮		軟飯 スープ お麩ときゅうりの味噌煮 スティックじゃが芋	スティックパン スープ たらと大根の煮物
14	木	お粥 スープ 玉ねぎペースト 人参ペースト	お粥 スープ 鶏そぼろと玉ねぎのだし煮 人参のだし煮	白菜おじや		軟飯 スープ 鶏そぼろと玉ねぎの煮物 スティック人参	軟飯 しらすと白菜の煮物
15	金	お粥 スープ 人参ペースト 大根ペースト	お粥 スープ 鶏ささみと人参のだし煮 大根のだし煮	キャベツおじや		軟飯 味噌汁 鶏ささみと人参の煮物 スティック大根	軟飯 お麩とキャベツの煮物
16	土	お粥 スープ ほうれん草ペースト さつま芋ペースト	お粥 スープ お麩とほうれん草のだし煮 さつま芋のだし煮	かぼちゃおじや		軟飯 味噌汁 お麩とほうれん草の煮物 スティックさつま芋	軟飯 かぼちゃ団子





		初期		中期		後期	
日	曜	お昼		お昼		お昼	
				午後		午後	
19	火	お粥 スープ 白菜ペースト 人参ペースト	お粥 スープ お麩と白菜のだし煮 人参のだし煮	きゅうりおじや		軟飯 スープ お麩と白菜の煮物 スティック人参	軟飯 豚そぼろときゅうりの煮物
20	水	お粥 スープ かぼちゃペースト きゅうりペースト	お粥 スープ しらすとかぼちゃのだし煮 きゅうりのだし煮	小松菜おじや		軟飯 味噌汁 しらすとかぼちゃの煮物 スティックきゅうり	軟飯 鶏ささみと小松菜の味噌煮
21	木	お粥 スープ 大根ペースト 豆腐ペースト	お粥 スープ 豆腐と大根のだし煮 人参のだし煮	キャベツおじや		軟飯 味噌汁 豆腐と大根の煮物 スティック人参	軟飯 たらとキャベツの味噌煮
22	金	お粥 スープ ほうれん草ペースト 大根ペースト	お粥 スープ 高野豆腐とほうれん草のだし煮 大根のだし煮	きな粉おじや		軟飯 味噌汁 高野豆腐とほうれん草の煮物 スティック大根	きな粉軟飯 鮭と白菜の煮物
25	月	お粥 スープ かぼちゃペースト キャベツペースト	お粥 スープ 鶏そぼろとかぼちゃのだし煮 キャベツのだし煮	小松菜おじや		軟飯 味噌汁 鶏そぼろとかぼちゃの煮物 キャベツの煮物	軟飯 しらすと小松菜の煮物
26	火	お粥 スープ ブロッコリーペースト かだいペースト	お粥 スープ かだいとブロッコリーのだし煮 じゃが芋のだし煮	玉ねぎおじや		軟飯 スープ かだいとブロッコリーのケチャップ煮 スティックじゃが芋	軟飯 高野豆腐と玉ねぎの味噌煮
27	水	お粥 スープ キャベツペースト 玉ねぎペースト	お粥 スープ 鶏そぼろとキャベツのだし煮 玉ねぎのだし煮	じゃが芋おじや		軟飯 スープ 豚そぼろとキャベツの味噌煮 玉ねぎの煮物	軟飯 お麩とじゃが芋の煮物
28	木	お粥 スープ ブロッコリーペースト 人参ペースト	お粥 スープ 高野豆腐とブロッコリーのだし煮 人参のだし煮	かぼちゃおじや		軟飯 スープ 高野豆腐とブロッコリーの煮物 スティック人参	軟飯 たらとかぼちゃの煮物
29	金	お粥 スープ ほうれん草ペースト さつま芋ペースト	鶏ささみと野菜入りくたくうどん ほうれん草のだし煮 さつま芋のだし煮	じゃが芋おじや		鶏ささみと野菜入り煮込みうどん ほうれん草の煮物 スティックさつま芋	軟飯 しらすとじゃが芋の煮物
30	土	お粥 スープ キャベツペースト 人参ペースト	お粥 スープ しらすとキャベツのだし煮 人参のだし煮	小松菜おじや		軟飯 味噌汁 しらすとキャベツの煮物 スティック人参	軟飯 お麩と小松菜の煮物

初期のポイント

離乳食を開始したばかりの赤ちゃんは、まだミルク以外の食べ物を飲み込むことに慣れていません。嫌がって口の中にあるものを舌で押し出そうとすることがあります。食べ物が嫌いなわけではないので、赤ちゃん

中期のポイント

月齢が大きくなったからといって、固いものや大きいものがすぐに食べられるわけではありません。急に形態を変えると赤ちゃんもびっくりしてしまいます。段階を移行するときは、ドロドロ状にみじん切りのものを混ぜるなどして徐々に変化

後期のポイント

赤ちゃんは食べ物に対して興味津々です。手でつかんだりつぶしたりしながら、手を使って食べ物を口に運ぶことを覚え喜びます。芋や人参など形にしやすいものをスティック状などにして、手づかみ食

