

# 離乳食献立

2023年8月

あゆみ保育園

日付	曜日	完了期	後期	中期	初期	
1	火	食パンスティック、野菜のそぼろ煮、大根サラダ、スープ（焼きおにぎり）	食パンスティック、野菜のそぼろ煮、大根サラダ、スープ（焼きおにぎり）	パン粥、人参のそぼろ煮、大根サラダ、スープ（おかか粥）		
2	水	軟飯、なすのそぼろ煮、きゅうりサラダ、スープ（じゃがいもおやき）	5倍粥、なすのそぼろ煮、きゅうりサラダ、スープ（じゃがいもおやき）	7倍粥、なすのそぼろ煮、きゅうりサラダ、スープ（じゃがいも煮）		
3	木	野菜あんかけ丼、和風サラダ、ヨーグルト（にんじん蒸しパン）	野菜あんかけ粥、キャベツサラダ、ヨーグルト（にんじん蒸しパン）	野菜あんかけ粥、キャベツサラダ、ヨーグルト（にんじんパン粥）		
4	金	軟飯、大根のそぼろ煮、ポテトサラダ、みそ汁（きな粉サンド）	軟飯、大根のそぼろ煮、ポテトサラダ、みそ汁（きな粉サンド）	7倍粥、大根のそぼろ煮、ポテトサラダ、みそ汁（きな粉パン粥）		
5	土	そぼろ丼、みそポテト（ハイハイン・ウエハース）	そぼろ粥、みそポテト（ハイハイン・ウエハース）			
7	月	軟飯、野菜のそぼろ煮、キャベツのサラダ、みそ汁（バナナ蒸しパン）	軟飯、野菜のそぼろ煮、キャベツのサラダ、みそ汁（バナナ蒸しパン）	7倍粥、野菜のそぼろ煮、キャベツのサラダ、みそ汁（バナナパン粥）		
8	火	軟飯、野菜とささみの煮物、きゅうりサラダ、みそ汁（きな粉トースト）	軟飯、野菜とささみの煮物、きゅうりサラダ、みそ汁（きな粉トースト）	7倍粥、野菜とささみの煮物、きゅうりサラダ、みそ汁（きな粉パン粥）		
9	水	ミートうどん、キャベツサラダ、スープ（五平餅風）	ミートうどん、キャベツサラダ、スープ（五平餅風）	ミートうどん、キャベツサラダ、スープ（野菜粥）		
10	木	二色丼、ブロッコリーの和え物、みそ汁（レバーペーストパンケーキ）	二色粥、ブロッコリーの和え物、みそ汁（レバーペーストパンケーキ）	二色粥、ブロッコリーのやわらか煮、みそ汁（レバーペーストパン粥）		
11	金	山の日				
12	土	そぼろ丼、ふかしいも（ハイハイン・ウエハース）	そぼろ丼、ふかしいも（ハイハイン・ウエハース）			
14	月	軟飯、カレーの味噌煮、キャベツサラダ、すまし汁（きな粉サンド）	軟飯、カレーの味噌煮、キャベツサラダ、すまし汁（きな粉サンド）	7倍粥、カレーの味噌煮、キャベツサラダ、すまし汁（きな粉パン粥）		
15	火	軟飯、じゃが芋のそぼろ煮、人参サラダ、みそ汁（チーズトースト）	軟飯、じゃが芋のそぼろ煮、人参サラダ、みそ汁（チーズトースト）	7倍粥、じゃが芋のそぼろ煮、人参サラダ、みそ汁（雑炊）		
16	水	軟飯、ささみの野菜煮、きゅうりサラダ、みそ汁（にんじん蒸しパン）	軟飯、ささみの野菜煮、きゅうりサラダ、みそ汁（にんじん蒸しパン）	7倍粥、ささみの野菜煮、きゅうりサラダ、みそ汁（にんじん入り雑炊）		
17	木	軟飯、なすのそぼろ煮、もやしのごま和え、すまし汁（パンケーキ）	軟飯、なすのそぼろ煮、人参のごま和え、すまし汁（パンケーキ）	7倍粥、なすのそぼろ煮、人参のごま和え、すまし汁（パン粥）		

## 離乳食献立

日付	曜日	完了期	後期	中期	初期
18	金	食パンスティック、シチュー風煮込み、ツナサラダ、オレンジ（焼きおにぎり）	食パンスティック、ポトフ風煮込み、キャベツのサラダ、オレンジ（焼きおにぎり）	パン粥、ポトフ風煮込み、キャベツのサラダ、オレンジ（焼きおにぎり）	
19	土	そばろ丼、みそポテト（ハイハイン・ウエハース）	そばろ丼、みそポテト（ハイハイン・ウエハース）		
21	月	野菜あんかけ丼、ほうれん草サラダ、みそ汁（じゃがいもおやき）	野菜あんかけ粥、ほうれん草サラダ、みそ汁（じゃがいもおやき）	野菜あんかけ粥、ほうれん草サラダ、みそ汁（じゃがいもおやき）	
22	火	軟飯、あんかけ肉団子、切干サラダ、みそ汁（バナナ蒸しパン）	5倍粥、あんかけ肉団子、じゃが芋と人参の煮物、みそ汁（バナナ蒸しパン）	7倍粥、やわらか肉団子、じゃが芋と人参の煮物、みそ汁（野菜粥）	
23	水	軟飯、鮭の煮付け、きゅうりサラダ、すまし汁（きなこトースト）	5倍粥、鮭の煮付け、きゅうりサラダ、すまし汁（きなこトースト）	7倍粥、鮭の煮付け、きゅうりサラダ、すまし汁（きなこパン粥）	
24	木	軟飯、ささみの野菜煮、にんじんサラダ、スープ（ミルク蒸しパン）	5倍粥、ささみの野菜煮、にんじんサラダ、スープ（ミルク蒸しパン）	7倍粥、ささみの野菜煮、にんじんサラダ、スープ（ミルクパン粥）	
25	金	軟飯、豆腐の野菜煮、キャベツサラダ、みそ汁（チーズトースト）	5倍粥、豆腐の野菜煮、キャベツサラダ、みそ汁（チーズトースト）	7倍粥、豆腐の野菜煮、キャベツサラダ、みそ汁（野菜粥）	
26	土	そばろ丼、みそポテト（ハイハイン・ウエハース）	そばろ粥、みそポテト（ハイハイン・ウエハース）		
28	月	ミートうどん、キャベツの和え物、スープ（ツナサンド）	ミートうどん、キャベツの和え物、スープ（ツナサンド）	ミートうどん、キャベツの和え物、スープ（ツナ入りパン粥）	
29	火	軟飯、ささみの野菜煮、きゅうりサラダ、みそ汁（野菜雑炊）	5倍粥、ささみの野菜煮、きゅうりサラダ、みそ汁（野菜雑炊）	7倍粥、ささみの野菜煮、きゅうりサラダ、みそ汁（野菜雑炊）	
30	水	軟飯、じゃがいものそばろ煮、ひじきと人参の煮物、みそ汁（チーズ蒸しパン）	5倍粥、じゃがいものそばろ煮、ひじきと人参の煮物、みそ汁（チーズ蒸しパン）	7倍粥、じゃがいものそばろ煮、ひじきと人参の煮物、みそ汁（人参粥）	
31	木	野菜あんかけ丼、キャベツサラダ、ヨーグルト（かぼちゃサンド）	野菜あんかけ粥、キャベツサラダ、ヨーグルト（かぼちゃサンド）	野菜あんかけ粥、キャベツサラダ、ヨーグルト（かぼちゃパン粥）	

## 離乳食を与える時間

離乳食は決まった時間に与え、3回食になってきたら、できるだけ家族と一緒に食べるようにしましょう。食事に掛ける時間は20～30分が目安ですが、個人差がありますので、自分で食べる意欲があったら、時間がかかっても急がさないようにしましょう。





