

2019年



離乳食こんだてひょう

とうやま保育園

| 月  | 火   | 水   | 木   | 金  | 土  |
|--|---|---|---|--|--|
| 2  | 3   | 4   | 5   | 6  | 7  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>・おかゆ</li> <li>・白身魚の煮物</li> <li>・きゃべつの煮物</li> <li>・豆腐のすまし汁</li> </ul> ↓ かみかみ期のおやつ☺ | <ul style="list-style-type: none"> <li>・おかゆ</li> <li>・豆腐の煮物</li> <li>・ちんげんさいのスープ</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・おかゆ</li> <li>・にんじんのトマト煮</li> <li>・きゃべつのスープ</li> <li>・メロン</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・おかゆ</li> <li>・ほうれんそうと豆腐の煮物</li> <li>・にんじんと麩のスープ</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・おかゆ</li> <li>・だいごんの煮物</li> <li>・にんじんのスープ</li> <li>・オレンジ</li> </ul>       | <ul style="list-style-type: none"> <li>・パンがゆ</li> <li>・じゃがいもときゃべつの煮物</li> <li>・カリフラワーとトマトのスープ</li> </ul> |
| きゃべつのお焼き<br>(きゃべつ、小麦、塩)  | さつまいものふかし芋<br>(さつまいも)   | みかんヨーグルト<br>(みかん缶、ヨーグルト)  | スキムラスク<br>(食パン、スキムミルク、砂糖、オリーブ油)   | プレーンケーキ<br>(小麦、ベーキングパウダー、砂糖)   | ツナみそがゆ<br>(米、ツナ缶、みそ)   |
| 9  | 10  | 11  | 12  | 13   | 14   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>・おかゆ</li> <li>・白身魚と麩の煮物</li> <li>・そうめん汁</li> </ul>                                | <ul style="list-style-type: none"> <li>・おかゆ</li> <li>・豆腐ときゃべつの煮物</li> <li>・かぼちゃのスープ</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・うどん</li> <li>・ちんげんさいの煮物</li> <li>・ほうれん草の炒め煮</li> </ul>              | <ul style="list-style-type: none"> <li>・おかゆ</li> <li>・きゃべつの煮物</li> <li>・こまつなと麩のスープ</li> </ul>       | <ul style="list-style-type: none"> <li>・おかゆ</li> <li>・じゃがいもの煮物</li> <li>・ブロッコリーとカリフラワーの煮物</li> <li>・梨</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・おかゆ</li> <li>・きゃべつの炒め煮</li> <li>・ほうれん草のスープ</li> </ul>            |
| にんじんケーキ<br>(小麦、ベーキングパウダー、砂糖、にんじん)  | さつまいもクッキー<br>(さつまいも、小麦、ベーキングパウダー、砂糖、オリーブ油)  | 野菜がゆ<br>(にんじん、たまねぎ、米、醤油)  | こぶき芋<br>(じゃがいも、青のり、塩)   | プレーン蒸しパン<br>(小麦、ベーキングパウダー、砂糖)  | オニオントースト<br>(たまねぎ、食パン、ケチャップ)   |
| 16   | 17  | 18  | 19  | 20   | 21   |
|                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>・おかゆ</li> <li>・白身魚とブロッコリーの煮物</li> <li>・さつまいものスープ</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・おかゆ</li> <li>・たまねぎと麩の煮物</li> <li>・ブロッコリーのスープ</li> </ul>             | <ul style="list-style-type: none"> <li>・おかゆ</li> <li>・豆腐の煮物</li> <li>・こまつなのすまし汁</li> </ul>          | <ul style="list-style-type: none"> <li>・おかゆ</li> <li>・こまつなの煮物</li> <li>・だいごんのスープ</li> </ul>                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>・パンがゆ</li> <li>・ポトフ風</li> <li>・バナナヨーグルト</li> </ul>                |
|  | 牛乳ゼリー<br>(牛乳、アガー、砂糖)  | チーズ蒸しパン<br>(小麦、ベーキングパウダー、砂糖、チーズ)  | ポテトソテー<br>(じゃがいも、にんじん、塩、油)  | ほうれん草の豆乳チーズスコーン<br>(小麦、ベーキングパウダー、砂糖、ほうれん草、チーズ、豆乳)  | おかかがゆ<br>(米、かつお節、しょうゆ)   |
| 23   | 24  | 25  | 26  | 27   | 28   |
|                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>・うどん</li> <li>・野菜の煮物</li> <li>・バナナ</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・おかゆ</li> <li>・豆腐とかぼちゃの煮物</li> <li>・さつまいものスープ</li> </ul>             | <ul style="list-style-type: none"> <li>・おかゆ</li> <li>・白身魚とはくさいの煮物</li> <li>・トマトとたまねぎのスープ</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・おかゆ</li> <li>・ブロッコリーの煮物</li> <li>・豆乳ほうれん草スープ</li> </ul>                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・おかゆ</li> <li>・にんじんの煮物</li> <li>・じゃがいものスープ</li> </ul>             |
|  | にんじんがゆ<br>(米、にんじん、塩)  | きなこクッキー<br>(きなこ、小麦、ベーキングパウダー、砂糖)  | プレーンケーキ<br>(小麦、ベーキングパウダー、砂糖)  | ヨーグルトケーキ<br>(いちご、ヨーグルト、砂糖、小麦、ベーキングパウダー、砂糖)   | ジャムトースト<br>(食パン、ジャム)   |
| 30   | 十五夜とは？<br>旧暦の8月15日の夜を ”十五夜” と呼び、月見だんごやスキ、里芋などを<br>お供えてお月見する風習があります。この頃の月を ”中秋の名月” と呼んで、<br>「一年でいちばんきれいな月」としてながめてきました。ちなみに今年の十五夜は、<br>9月13日です。満月の夜にはご家庭でも、子どもたちとお月さまを見上げ、うさぎを<br>探してみたいいかがでしょうか。 |   |   |  |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>・おかゆ</li> <li>・だいごんのトマト煮</li> <li>・りんご</li> </ul> さつまいもの豆乳ゼリー                     |    |   |   |  |  |