

離乳食 こんだて 表

初期



令和2年度
社会福祉法人みちのく会
幼保連携型認定こども園
舞戸保育所

日	月	火	水	木	金	土
						1 おかゆ (10倍) キャベツ・じゃがいも・ 人参のやわらか煮
2	3	4	5	6	7	8
	おかゆ とうふ・アスパラ・トマ トのやわらか煮	おかゆ ほうれん草・人参のやわ らか煮	おかゆ 大根・とうふ・トマトの やわらか煮	おかゆ さつまいも・人参・チン ゲン菜のやわらか煮	おかゆ じゃがいも・玉ねぎ・人 参・小松菜のやわらか煮	おかゆ ブロッコリー・人参・玉 ねぎのやわらか煮
9	10	11	12	13	14	15
	山の日	おかゆ キャベツ・人参・チンゲ ン菜のやわらか煮	おかゆ キャベツ・人参のやわら か煮	おかゆ 人参・じゃがいも・チン ゲン菜のやわらか煮	おかゆ じゃがいも・玉ねぎ・人 参・グリーンピースのやわ らか煮	おかゆ キャベツ・玉ねぎ・人参 のやわらか煮
16	17	18	19	20	21	22
	おかゆ 人参・アスパラのやわら か煮	おかゆ 玉ねぎ・人参・ほうれん 草のやわらか煮	おかゆ じゃがいも・玉ねぎ・人 参・キャベツのやわらか 煮	おかゆ 玉ねぎ・ほうれん草・大 根のやわらか煮	おかゆ ブロッコリー・じゃがい も・玉ねぎ・人参・かぼ ちや・キャベツのやわら か煮	おかゆ 玉ねぎ・人参・グリーンピ ースのやわらか煮
23	24	25	26	27	28	29
	おかゆ とうふ・人参・キャベツ のやわらか煮	おかゆ カリフラワー・とうふ・ さつまいものやわらか煮	おかゆ 白菜・人参・とうふのや わらか煮	おかゆ キャベツ・アスパラ・人 参のやわらか煮	おかゆ じゃがいも・玉ねぎ・人 参のやわらか煮	おかゆ 玉ねぎ・人参・アスパラ のやわらか煮
30	31					
	おかゆ とうふ・人参・白菜のや わらか煮					

※上段は昼食、下段はおやつです。
※汁物・スープ類は上澄み、果物類はすりつぶし・うらごしになります。