



# 令和2年12月 離乳食献立表 6ヶ月頃



大井・千代川こども園

日曜	午前食	原材料	日曜	午前食	原材料
1火	すりつぶしがゆ ほうれん草のすりつぶし スープ	米 ほうれん草 キャベツ、大根 昆布だし	16水	すりつぶしがゆ 大根のすりつぶし スープ	米 大根 キャベツ、玉ねぎ 昆布だし
2水	すりつぶしがゆ 大根のすりつぶし スープ	米 大根 豆腐、人参 昆布だし	17木	すりつぶしがゆ かぼちゃのすりつぶし スープ	米 かぼちゃ 絹さや、人参 昆布だし
3木	すりつぶしがゆ さつまいものすりつぶし スープ	米 さつまいも 人参、玉ねぎ 昆布だし	18金	すりつぶしがゆ ブロッコリーのすりつぶし スープ	米 ブロッコリー じゃが芋、玉ねぎ 昆布だし
4金	すりつぶしがゆ 白菜のすりつぶし スープ	米 白菜 じゃが芋、玉ねぎ 昆布だし	19土	お弁当の日	
5土	お弁当の日 		21月	すりつぶしがゆ 大根のすりつぶし スープ	米 大根 人参、ブロッコリー 昆布だし
7月	すりつぶしがゆ チンゲン菜のすりつぶし スープ	米 チンゲン菜 ブロッコリー、人参 昆布だし	22火	すりつぶしがゆ 小松菜のすりつぶし スープ	米 小松菜 玉ねぎ、人参 昆布だし
8火	すりつぶしがゆ 白菜のすりつぶし スープ	米 白菜 人参、玉ねぎ 昆布だし	23水	すりつぶしがゆ ブロッコリーのすりつぶし スープ	米 ブロッコリー 人参、大根 昆布だし
9水	すりつぶしがゆ ほうれん草のすりつぶし スープ	米 ほうれん草 人参、キャベツ 昆布だし	24木	すりつぶしがゆ 人参のすりつぶし スープ	米 人参 玉ねぎ、きゅうり 昆布だし
10木	すりつぶしがゆ 豆腐のすりつぶし スープ	米 豆腐 大根、白菜 昆布だし	25金	すりつぶしがゆ 白菜のすりつぶし スープ	米 白菜 豆腐、大根 昆布だし
11金	すりつぶしがゆ 大根のすりつぶし スープ	米 大根 玉ねぎ、ほうれん草 昆布だし	26土	お弁当の日 	
12土	お弁当の日		28月	すりつぶしがゆ じゃが芋のすりつぶし スープ	米 じゃが芋 ブロッコリー、玉ねぎ 昆布だし
14月	すりつぶしがゆ 豆腐のすりつぶし スープ	米 豆腐 玉ねぎ、人参 昆布だし	29火		
15火	すりつぶしがゆ キャベツのすりつぶし スープ	米 キャベツ チンゲン菜、人参 昆布だし			
			31木		



# 令和2年12月 離乳食献立表 7、8ヶ月頃

大井・千代川こども園

日曜	午前食	原材料	午後食	原材料				
1 火	かゆ ピンクサーモンと野菜のさっと煮、ほうれん草のお浸し スープ	米 ピンクサーモン、キャベツ、人参 ほうれん草、里芋、大根、かつおだし汁	お麩のふわふわ煮	麩、いんげん、玉ねぎ、人参 かつおだし汁				
2 水	かゆ 鶏肉と大根の旨煮、ポテトサラダ スープ	米、絹さや、いんげん 鶏もも肉、玉ねぎ、人参、ごぼう 木綿豆腐、かつおだし汁	カップケーキ	小麦粉、ベーキングパウダー 砂糖、油				
3 木	かゆ つくね焼き、いんげんの和え物 スープ	米、いんげん、人参 鶏ひき肉、豆腐、玉ねぎ、片栗粉 さつま芋、かつおだし汁	やわらかマカロニきなこ	マカロニ、きなこ				
4 金	かゆ 鶏肉のほっこり煮、白菜のサラダ スープ	米 鶏もも肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、白菜 ほうれん草、かつおだし汁	鮭ぞうすい	米、鮭、白菜、人参 かつおだし汁				
5 土	 お弁当の日							
7 月	かゆ 鶏肉の照り煮、ブロッコリーサラダ スープ	米 鶏もも肉、スパゲティ、人参、ブロッコリー じゃが芋、玉ねぎ、かつおだし汁	スープスパゲティ	じゃが芋、かつおだし汁 スパゲティ、ブロッコリー 玉ねぎ、人参				
8 火	かゆ そぼろ煮、人参の甘煮 スープ	米 鶏ひき肉、玉ねぎ、人参 白菜、麩、かつおだし汁	大根炊き	大根、かつおだし汁				
9 水	かゆ 鶏肉の五目煮、ほうれん草の白和え スープ	米、ほうれん草、豆腐 鶏もも肉、人参、大根、里芋、いんげん キャベツ、玉ねぎ、かつおだし汁	ふかし芋	さつま芋				
10 木	かゆ たら煮つけ、白菜の煮浸し スープ	米 たら、白菜、人参 大根、豆腐、かつおだし汁	お好み焼き風	小麦粉、ベーキングパウダー キャベツ、かつおだし汁				
11 金	かゆ 鶏たま煮、大根サラダ スープ	米 鶏むね肉、玉ねぎ、人参、大根、ほうれん草 麩、かつおだし汁	きなこクッキー	きなこ 小麦粉、片栗粉、砂糖 油				
12 土	お弁当の日							
14 月	かゆ 白身魚のふっくら焼き、切干大根の煮物 スープ	米、かつおだし汁 たら、切干大根、人参 豆腐、里芋、玉ねぎ、ほうれん草	キャロット蒸しパン	小麦粉、ベーキングパウダー 砂糖、人参				
15 火	かゆ 鶏肉のちゃんぽん風煮、ほうれん草のお浸し スープ	米、チンゲン菜、ほうれん草 鶏むね肉、キャベツ、玉ねぎ、もやし 麩、かつおだし汁	おかかぞうすい	米、かつおぶし 人参				
16 水	かゆ じゃが芋のそぼろあん、ふろふき大根 スープ	米 鶏ひき肉、じゃが芋、大根、いんげん キャベツ、玉ねぎ、かつおだし汁	青菜のおかゆ	米、ほうれん草、かつおだし汁				
17 木	かゆ 鶏すき煮、もやしの和え物 スープ	米、もやし、絹さや 鶏もも肉、焼き豆腐、白菜、人参 かぼちゃ、玉ねぎ、かつおだし汁	かぼちゃケーキ	小麦粉、ベーキングパウダー 砂糖、かぼちゃ				
18 金	かゆ かれいと野菜のほくほく煮、コールスローサラダ スープ	米 かれい、じゃが芋、玉ねぎ、人参、キャベツ ブロッコリー、かつおだし汁	バナナ 	バナナ				
19 土	お弁当の日							
21 月	かゆ 鶏ささみのくたくた煮、大根サラダ スープ	米 鶏ささみ、人参、玉ねぎ、大根 ブロッコリー、かつおだし汁	スパゲティと野菜のスープ煮	スパゲティ、大根、玉ねぎ、人参 かつおだし汁				
22 火	かゆ 八宝菜風、もやしのサラダ スープ	米、人参、もやし、きゅうり 鶏もも肉、ピーマン、白菜、玉ねぎ 小松菜、かつおだし汁	小松菜蒸しパン	小麦粉、ベーキングパウダー 砂糖、小松菜				
23 水	かゆ たらあつさり煮、ブロッコリーと人参の二色煮 スープ	たら、ほうれん草、ブロッコリー、人参 大根、里芋、かつおだし汁	きなこかゆ	きなこ、米				
24 木	かゆ 鶏もも肉のやわらか煮、マカロニサラダ スープ	米、ブロッコリー 鶏もも肉、マカロニ、人参、きゅうり 玉ねぎ、かつおだし汁	ロールケーキ (人参)	小麦粉、ベーキングパウダー 砂糖、人参				
25 金	かゆ ピンクサーモンと野菜のさっと煮、白菜の煮浸し スープ	米 ピンクサーモン、大根、人参、白菜 ほうれん草、かつおだし汁	野菜うどん	うどん、大根、人参、白菜 かつおだし汁				
26 土	お弁当の日							
28 月	かゆ 鶏むね肉のほっこり炊き、ブロッコリーの和え物 スープ	米 鶏むね肉、ブロッコリー、人参 じゃが芋、玉ねぎ、かつおだし汁	ぞうすい	米、ブロッコリー、人参、玉ねぎ かつおだし汁				
29 火								
30 水								
31 木								



# 令和2年 12月 離乳食献立表

9から11ヶ月頃

大井・千代川こども園

日曜	午前食	原材料	午後食	原材料
1	かゆ 火 ピンクサーモンと野菜のさっと煮、卵の花スープ	米、しょうゆ、砂糖 ピンクサーモン、キャベツ、人参、おから ほうれん草、里芋、大根、かつおだし汁	お麩のふわふわ煮	麩、いんげん、玉ねぎ、人参 かつおだし汁
2	かゆ 水 豚肉と大根の旨煮、ポテトサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、玉ねぎ、人参、ごぼう、絹さや、いんげん 木綿豆腐、かつおだし汁、みそ	カップケーキ	小麦粉、ベーキングパウダー 砂糖、油
3	かゆ 木 つくね焼き、いんげんの和え物 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏ひき肉、豆腐、玉ねぎ、片栗粉、いんげん、人参 さつま芋、かつおだし汁、みそ	やわらかマカロニきなこ	マカロニ、きなこ
4	かゆ 金 鶏肉のほっこり煮、白菜のサラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、白菜 ほうれん草、かつおだし汁	鮭ぞうすい	米、鮭、白菜、人参 かつおだし汁
5	土	お弁当の日		
7	かゆ 月 鶏肉の照り煮、ブロッコリーサラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、スパゲティ、人参、ブロッコリー じゃが芋、玉ねぎ、かつおだし汁	スープスパゲティ	じゃが芋、かつおだし汁 スパゲティ、ブロッコリー、玉ねぎ、人参
8	かゆ 火 そぼろ煮、人参の甘煮 スープ	米、しょうゆ、砂糖 鶏ひき肉、玉ねぎ、人参 白菜、麩、かつおだし汁	大根炊き	大根、かつおだし汁
9	かゆ 水 鶏肉の五目煮、ほうれん草の白和え スープ	米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、人参、大根、里芋、いんげん、ほうれん草、豆腐 キャベツ、玉ねぎ、かつおだし汁	ふかし芋	さつま芋
10	かゆ 木 たららの煮つけ、白菜の煮浸し スープ	米、しょうゆ、砂糖 たらら、白菜、人参 大根、豆腐、かつおだし汁	お好み焼き風	小麦粉、ベーキングパウダー キャベツ、かつおだし汁
11	かゆ 金 鶏たま煮、大根サラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖 鶏むね肉、玉ねぎ、人参、大根、ほうれん草 麩、かつおだし汁	きなこクッキー	きなこ 小麦粉、片栗粉、砂糖 油
12	土	お弁当の日		
14	かゆ 月 白身魚のふっくら焼き、切干大根の煮物 スープ	米、しょうゆ、砂糖 たらら、切干大根、人参 豆腐、里芋、玉ねぎ、ほうれん草、かつおだし汁	キャロット蒸しパン	小麦粉、ベーキングパウダー 油、砂糖、人参
15	かゆ 火 豚肉のちゃんぽん風煮、ほうれん草のお浸し スープ	米、しょうゆ、砂糖 豚肉、キャベツ、玉ねぎ、もやし、チンゲン菜、ほうれん草 麩、かつおだし汁	おかかぞうすい	米、かつおぶし 人参
16	かゆ 水 じゃが芋のそぼろあん、ふるふき大根 スープ	米、しょうゆ、砂糖 鶏ひき肉、じゃが芋、大根、いんげん キャベツ、玉ねぎ、かつおだし汁	青菜のおかゆ	米、ほうれん草、かつおだし汁
17	かゆ 木 豚すき煮、もやしの和え物 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 豚肉、焼き豆腐、白菜、人参、もやし、絹さや かぼちゃ、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	かぼちゃケーキ	小麦粉、ベーキングパウダー 砂糖、かぼちゃ
18	かゆ 金 かわいいと野菜のほくほく煮、コールスローサラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖 かわいい、じゃが芋、玉ねぎ、人参、キャベツ ブロッコリー、かつおだし汁	バナナ	バナナ
19	土	お弁当の日		
21	かゆ 月 鶏ささみのくたくた煮、大根サラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖 鶏ささみ、人参、玉ねぎ、大根 ブロッコリー、かつおだし汁	スパゲティと野菜のスープ煮	スパゲティ、大根、玉ねぎ、人参 かつおだし汁
22	かゆ 火 八宝菜風、もやしのサラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖、きゅうり 豚肉、ピーマン、白菜、玉ねぎ、人参、もやし 小松菜、かつおだし汁	小松菜蒸しパン	小麦粉、ベーキングパウダー 砂糖、小松菜
23	かゆ 水 たららのあつさり煮、おからサラダ 豚汁	米、しょうゆ、砂糖 たらら、ほうれん草、おから、ブロッコリー、人参 豚肉、大根、里芋、かつおだし汁、みそ	きなこかゆ	きなこ、米
24	かゆ 木 鶏もも肉のやわらか煮、マカロニサラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、マカロニ、人参、きゅうり、ブロッコリー 玉ねぎ、かつおだし汁	ロールケーキ	小麦粉、ベーキングパウダー 砂糖、いちごソース
25	かゆ 金 ピンクサーモンと野菜のさっと煮、白菜の煮浸し スープ	米、しょうゆ、砂糖 ピンクサーモン、大根、人参、白菜 ほうれん草、かつおだし汁	野菜うどん	うどん、大根、人参、白菜 かつおだし汁
26	土	お弁当の日		
28	かゆ 月 鶏むね肉のほっこり炊き、ブロッコリーの和え物 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏むね肉、ブロッコリー、人参 じゃが芋、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	ぞうすい	米、ブロッコリー、人参、玉ねぎ かつおだし汁
29	火			
30	水			
31	木			

# 令和2年12月 離乳食献立表 12から15ヶ月頃

大井・千代川こども園

日曜	午前食	原材料	午後食	原材料
1 火	軟飯 ピンクサーモンのちゃんちゃん焼き、卵の花 すまし汁	米、しょうゆ、砂糖、油揚げ、ちくわ ピンクサーモン、キャベツ、人参、しめじ、おから ほうれん草、里芋、大根、かつおだし汁	おふラスク	麩、油、砂糖、きなこ
2 水	軟飯 豚肉と大根の炒り煮、ポテトサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 豚肉、大根、人参、絹さや、じゃが芋、いんげん、コーン 豆腐、わかめ、かつおだし汁、みそ	カップケーキ	ホットケーキミックス、砂糖、油
3 木	軟飯 つくね焼き、いんげんと人参のごま和え みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏ひき肉、豆腐、玉ねぎ、片栗粉、いんげん、人参 さつま芋、ごぼう、しめじ、かつおだし汁、みそ	マカロニきなこ	マカロニ、きなこ、砂糖
4 金	軟飯 鶏じゃが、白菜サラダ りんご	米、しょうゆ、砂糖、白菜、コーン 鶏もも肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、グリーンピース りんご	鮭おにぎり	米、ピンクサーモン
5 土	お弁当の日 			
7 月	軟飯 鶏肉の揚げ煮、スパゲティサラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖、コーン 鶏もも肉、片栗粉、スパゲティ、人参、ブロッコリー じゃが芋、玉ねぎ、チンゲン菜、かつおだし汁	スーブスパゲティ	じゃが芋、かつおだし汁 スパゲティ、ブロッコリー、玉ねぎ、人参
8 火	軟飯 肉だんごの甘酢あん、ごぼうの炒め煮 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏ミンチ、パン粉、玉ねぎ、人参、ごぼう 白菜、麩、えのき、かつおだし汁、みそ	大根炊き	大根、油揚げ、かつおだし汁 しょうゆ、砂糖
9 水	軟飯 筑前煮、ほうれん草の白和え みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、ほうれん草、ちくわ、豆腐 鶏もも肉、たけのこ、人参、ごぼう、大根、里芋、いんげん なめこ、キャベツ、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	大学芋	さつま芋、砂糖、しょうゆ
10 木	軟飯 たらのみそ煮、白菜の煮浸し けんちん汁	米、しょうゆ、砂糖 たら、白菜、人参、油揚げ 豆腐、ごぼう、大根、かつおだし汁	お好み焼き	小麦粉、ちくわ、キャベツ かつおだし汁、お好みソース
11 金	軟飯 マーボー春雨、大根サラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖 豚ひき肉、玉ねぎ、人参、大根、ほうれん草、コーン わかめ、しめじ、かつおだし汁、春雨	きなこクッキー	小麦粉、きなこ、砂糖、油
12 土	お弁当の日 			
14 月	軟飯 白身魚フライ風、切干大根の煮物 吉野汁	米、しょうゆ、砂糖、グリーンピース たら、小麦粉、パン粉、切干大根、人参、油揚げ 豆腐、玉ねぎ、ほうれん草、かつおだし汁	キャロット蒸しパン	ホットケーキミックス、人参 砂糖
15 火	軟飯 チャンポン麺、ほうれん草のおひたし オレンジ	米、しょうゆ、砂糖 中華麺、豚肉、キャベツ、玉ねぎ、たけのこ、もやし オレンジ、チンゲン菜、人参、ほうれん草、えのき	おかかおにぎり	米、かつお節、しょうゆ
16 水	軟飯 コロッケ風、大根のそぼろ煮 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏ひき肉、じゃが芋、小麦粉、パン粉、大根、いんげん キャベツ、玉ねぎ、わかめ、かつおだし汁、みそ	青菜のおかゆ	米、ほうれん草、かつおだし汁
17 木	軟飯 豚すき煮、もやしのごま酢和え みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 豚肉、豆腐、白菜、人参、しめじ、もやし、絹さや かぼちゃ、玉ねぎ、わかめ、かつおだし汁、みそ	スティックパン	食パン
18 金	あっさりカレーライス コールスローサラダ バナナ	米、しょうゆ、砂糖、牛肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参 キャベツ、ブロッコリー、コーン バナナ、グリーンピース、カレールウ	ボン菓子	米、砂糖 
19 土	お弁当の日			
21 月	軟飯 鶏ささみフライ風、添えナポリタン、大根サラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖、ウィンナー、大根、わかめ 鶏ささみ、小麦粉、パン粉、スパゲティ、人参、玉ねぎ ブロッコリー、かつおだし汁	フルーツケーキ	ホットケーキミックス、砂糖 黄桃缶、みかん缶
22 火	軟飯 八宝菜、もやしの中華サラダ すまし汁	米、しょうゆ、砂糖、もやし、きゅうり 豚肉、白菜、ピーマン、玉ねぎ、たけのこ、人参 えのき、小松菜、かつおだし汁	小松菜蒸しパン	小麦粉、ベーキングパウダー 砂糖、小松菜
23 水	三色丼風軟飯 おからサラダ 豚汁	米、しょうゆ、砂糖、鶏ひき肉、ほうれん草 ブロッコリー、おから、人参 豚肉、大根、里芋、ごぼう、かつおだし汁、みそ	きなこおはぎ	米、きなこ、砂糖
24 木	軟飯 ハンバーグ、ブロッコリー、マカロニサラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖 豚ミンチ、パン粉、ブロッコリー、マカロニ、人参、きゅうり コーン、玉ねぎ、かつおだし汁	ロールケーキ	小麦粉、ベーキングパウダー 砂糖、いちごソース
25 金	かゆ ピンクサーモンと野菜のさっと煮、白菜の煮浸し スープ	米、しょうゆ、砂糖 ピンクサーモン、大根、人参、白菜 ほうれん草、かつおだし汁	うどん	うどん、かまぼこ、わかめ、 かつおだし汁、しょうゆ、砂糖
26 土	お弁当の日			
28 月	軟飯 バーベキューチキン、ブロッコリーのごま和え みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、ケチャップ、ソース 鶏むね肉、小麦粉、ブロッコリー、人参 じゃが芋、玉ねぎ、油揚げ、かつおだし汁、みそ	ぞうすい	米、ブロッコリー、人参、玉ねぎ かつおだし汁
29 火				
30 水				
31 木				