

令和3年1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 金	元日		16 土	お弁当の日	
2 土			18 月	すりつぶしがゆ 豆腐のすりつぶし スープ	米 豆腐 白菜、人参 昆布だし
4 月			19 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 いんげん、人参 昆布だし
5 火	すりつぶしがゆ 人参のすりつぶし スープ	米 人参 ほうれん草、玉ねぎ 昆布だし	20 水	すりつぶしがゆ 人参のすりつぶし スープ	米 人参 大根、玉ねぎ 昆布だし
6 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 小松菜、豆腐 昆布だし	21 木	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 じゃが芋、ブロッコリー 昆布だし
7 木	すりつぶしがゆ 豆腐のすりつぶし スープ	米 豆腐 大根、人参 昆布だし	22 金	すりつぶしがゆ 大根のすりつぶし スープ	米 大根 じゃが芋、人参 昆布だし
8 金	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 白菜、玉ねぎ 昆布だし	23 土	お弁当の日 	
9 土	お弁当の日 		25 月	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 白菜、玉ねぎ 昆布だし
11 月	成人の日 		26 火	すりつぶしがゆ 人参のすりつぶし スープ	米 人参 大根、じゃが芋 昆布だし
12 火	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 大根、人参 昆布だし	27 水	すりつぶしがゆ 小松菜のすりつぶし スープ	米 小松菜 人参、玉ねぎ 昆布だし
13 水	すりつぶしがゆ 大根のすりつぶし スープ	米 大根 さつま芋、チンゲン菜 昆布だし	28 木	すりつぶしがゆ 豆腐のすりつぶし スープ	米 豆腐 さつま芋、チンゲン菜 昆布だし
14 木	すりつぶしがゆ 豆腐のすりつぶし スープ	米 豆腐 大根、人参 昆布だし	29 金	すりつぶしがゆ 大根のすりつぶし スープ	米 大根 いんげん、人参 昆布だし
15 金	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 きゅうり、玉ねぎ 昆布だし	30 土	お弁当の日 	

令和3年1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 金	元日			
2 土				
4 月				
5 火	かゆ たらの煮つけ、切干大根の煮物 スープ	米 たら、切干大根、人参 里芋、玉ねぎ、かつおだし汁	お麩のふわふわ煮	麩、ほうれん草、人参 かつおだし汁
6 水	かゆ 鶏ささみの柳川風煮もの、ほうれん草の白和え スープ	米 鶏ささみ、人参、ごぼう、絹さや、ほうれん草、豆腐 小松菜、そうめん、かつおだし汁	きな粉蒸しパン	小麦粉、ベーキングパウダー きなこ、油
7 木	かゆ 豆腐のそぼろ煮、紅白なます スープ	米 鶏ひき肉、豆腐、玉ねぎ、大根、人参 麩、かつおだし汁	青菜のおかゆ	ほうれん草、チンゲン菜、米 かつおだし汁
8 金	かゆ 肉豆腐、白菜の煮びたし スープ	米 鶏もも肉、豆腐、玉ねぎ、白菜、人参 かぼちゃ、かつおだし汁	かぼちゃのきなこがけ	かぼちゃ、きなこ
9 土	お弁当の日			
11 月	成人の日			
12 火	かゆ じゃが芋のそぼろあん、きゅうりサラダ スープ	米 鶏ひき肉、じゃが芋、玉ねぎ、ブロッコリー、人参、きゅうり 大根、かつおだし汁	大根炊き	大根、かつおだし汁
13 水	かゆ かれいと野菜のことごと煮、ブロッコリーサラダ スープ	米 かれい、大根、人参、ブロッコリー さつま芋、チンゲン菜、玉ねぎ、かつおだし汁	マカロニのスープ煮	マカロニ、さつま芋、人参、玉ねぎ チンゲン菜、かつおだし汁
14 木	かゆ ピンクサーモンのさつと煮、おから煮 スープ	米 ピンクサーモン、おから、人参 豆腐、大根、かつおだし汁	洋風うどん	うどん、キャベツ、玉ねぎ、人参 ピーマン、かつおだし汁
15 金	かゆ 鶏肉のさっぱり煮、もやしサラダ スープ	米 鶏もも肉、もやし、きゅうり 豆腐、キャベツ、玉ねぎ、人参、かつおだし汁	野菜ぞうすい	米、ほうれん草、玉ねぎ いんげん、人参、かつおだし汁
16 土	お弁当の日			
18 月	かゆ マーボー豆腐、白菜の和え物 スープ	米 鶏ひき肉、豆腐、玉ねぎ、人参、白菜 絹さや、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、豆腐
19 火	かゆ たらのおろし煮、やわらかごぼう炊き スープ	米 たら、大根、ごぼう、人参、いんげん 玉ねぎ、ほうれん草、麩、かつおだし汁	きなこがゆ	米、きなこ
20 水	かゆ 鶏肉と野菜のホクホク煮、もやしの和え物 スープ	米 鶏もも肉、玉ねぎ、人参、絹さや、もやし 大根、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 砂糖、人参
21 木	かゆ 鶏肉の照り煮、コールスローサラダ スープ	米 鶏もも肉、キャベツ、ブロッコリー、人参 じゃが芋、玉ねぎ、かつおだし汁	スパゲティと野菜のスープ煮	スパゲティ、じゃが芋、キャベツ、人参 玉ねぎ、かつおだし汁
22 金	かゆ 鶏じゃが、大根サラダ スープ	米 鶏むね肉、じゃが芋、人参、玉ねぎ、大根、きゅうり 麩、かつおだし汁	パナナ	パナナ
23 土	お弁当の日			
25 月	かゆ 肉だんごのスープ煮、おからサラダ スープ	米 鶏ひき肉、玉ねぎ、おから、ブロッコリー、人参 白菜、ほうれん草、かつおだし汁	オニオンブレッド	小麦粉、ベーキングパウダー 玉ねぎ、ほうれん草
26 火	かゆ ポトフ風、白菜の和え物 スープ	米 鶏もも肉、じゃが芋、人参、玉ねぎ、白菜 大根、かつおだし汁	肉そぼろぞうすい	鶏ひき肉、いんげん、米 かつおだし汁
27 水	かゆ たらのさつと煮、やわらかごぼう炊き スープ	米 たら、ごぼう、人参 小松菜、かつおだし汁	スープスパゲティ	スパゲティ、玉ねぎ、人参 ピーマン、かつおだし汁
28 木	かゆ 鶏すき、きゅうりサラダ スープ	米 鶏もも肉、白菜、豆腐、人参、玉ねぎ、きゅうり さつま芋、チンゲン菜、かつおだし汁	さつま芋だんご	さつま芋、かつおだし汁、片栗粉
29 金	かゆ 五目煮、いんげんの煮浸し スープ	米 鶏ささみ、大根、里芋、人参、ごぼう、いんげん 麩、かつおだし汁	野菜うどん	うどん、大根、人参、いんげん かつおだし汁
30 土	お弁当の日			

令和3年 1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 金	元日			
2 土				
4 月				
5 火	かゆ たららの煮つけ、切干大根の煮物 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 たら、切干大根、人参 里芋、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	お麩のふわふわ煮	麩、ほうれん草、人参 かつおだし汁
6 水	かゆ 鶏ささみの柳川風煮もの、ほうれん草の白和え スープ	米、しょうゆ、砂糖 鶏ささみ、人参、ごぼう、絹さや、ほうれん草、豆腐 小松菜、そうめん、かつおだし汁	きな粉蒸しパン	小麦粉、ベーキングパウダー きなこ、油
7 木	かゆ 豆腐のそぼろ煮、紅白なます スープ	米、しょうゆ、砂糖 鶏ひき肉、豆腐、玉ねぎ、大根、人参 麩、かつおだし汁	青菜のおかゆ	ほうれん草、チンゲン菜、米 かつおだし汁
8 金	かゆ 肉豆腐、白菜の煮びたし みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 豚もも肉、豆腐、玉ねぎ、白菜、人参 かぼちゃ、かつおだし汁、みそ	かぼちゃのきなこがけ	かぼちゃ、きなこ
9 土	お弁当の日			
11 月	成人の日			
12 火	かゆ じゃが芋のそぼろあん、きゅうりサラダ 豚汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏ひき肉、じゃが芋、玉ねぎ、ブロッコリー、人参、きゅうり 豚もも肉、大根、かつおだし汁、みそ	大根炊き	大根、かつおだし汁
13 水	かゆ かれいと野菜のことこと煮、ブロッコリーサラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖 かれい、大根、人参、ブロッコリー さつま芋、チンゲン菜、玉ねぎ、かつおだし汁	マカロニのスープ煮	マカロニ、さつま芋、人参、玉ねぎ チンゲン菜、かつおだし汁 しょうゆ
14 木	かゆ ピンクサーモンのさっと煮、おから煮 スープ	米、しょうゆ、砂糖 ピンクサーモン、おから、人参 豆腐、大根、かつおだし汁	洋風うどん	うどん、キャベツ、玉ねぎ、人参 ピーマン、かつおだし汁
15 金	かゆ 鶏肉のさっぱり煮、もやしサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、もやし、きゅうり 豆腐、キャベツ、玉ねぎ、人参、かつおだし汁、みそ	野菜ぞうすい	米、ほうれん草、玉ねぎ いんげん、人参、かつおだし汁
16 土	お弁当の日			
18 月	かゆ マーボー豆腐、白菜の和え物 スープ	米、しょうゆ、砂糖 鶏ひき肉、豆腐、玉ねぎ、人参、白菜 絹さや、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
19 火	かゆ たらのおろし煮、やわらかごぼう炊き みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 たら、大根、ごぼう、人参、いんげん 玉ねぎ、ほうれん草、麩、かつおだし汁、みそ	きなこがゆ	米、きなこ
20 水	かゆ 鶏肉と野菜のホクホク煮、もやしの和え物 スープ	米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、玉ねぎ、人参、絹さや、もやし 大根、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 砂糖、人参
21 木	かゆ 鶏肉の照り煮、コールスローサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、キャベツ、ブロッコリー、人参 じゃが芋、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	スパゲティと野菜のスープ煮	スパゲティ、じゃが芋、キャベツ、人参 玉ねぎ、かつおだし汁
22 金	かゆ 鶏じゃが、大根サラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖 鶏むね肉、じゃが芋、人参、玉ねぎ、大根、きゅうり 麩、かつおだし汁	バナナ	バナナ
23 土	お弁当の日			
25 月	かゆ 肉だんごのスープ煮、おからサラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖 鶏ひき肉、玉ねぎ、おから、ブロッコリー、人参 白菜、ほうれん草、かつおだし汁	オニオンブレッド	小麦粉、ベーキングパウダー 玉ねぎ、ほうれん草
26 火	かゆ ポトフ風、白菜の和え物 スープ	米、しょうゆ、砂糖 豚もも肉、じゃが芋、人参、玉ねぎ、白菜 大根、かつおだし汁	肉そぼろぞうすい	鶏ひき肉、いんげん、米 かつおだし汁
27 水	かゆ たららのさっと煮、やわらかごぼう炊き スープ	米、しょうゆ、砂糖 たら、ごぼう、人参 小松菜、かつおだし汁	スープスパゲティ	スパゲティ、玉ねぎ、人参 ピーマン、かつおだし汁
28 木	かゆ 鶏すき、きゅうりサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、白菜、豆腐、人参、玉ねぎ、きゅうり さつま芋、チンゲン菜、かつおだし汁、みそ	さつま芋だんご	さつま芋、かつおだし汁、片栗粉
29 金	かゆ 五目煮、いんげんの煮浸し スープ	米、しょうゆ、砂糖 鶏ささみ、大根、里芋、人参、ごぼう、いんげん 麩、かつおだし汁	野菜うどん	うどん、大根、人参、いんげん かつおだし汁
30 土	お弁当の日			

令和3年1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 金	元日			
2 土	お弁当の日			
4 月	成人の日			
5 火	軟飯 たらのフライ風、切干大根の煮物 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 たら、小麦粉、パン粉、切干大根、人参、油揚げ、グリーンピース 里芋、玉ねぎ、わかめ、かつおだし汁、みそ	おふラスク	麩、油、きなこ、砂糖
6 水	ちらし寿司風軟飯 ほうれん草の白和え / みかん缶 にゅうめん汁	米、しょうゆ、砂糖、ちりめんじゃこ、人参、ごぼう、絹さや、のり ほうれん草、豆腐、みかん缶 小松菜、なめこ、そうめん、かつおだし汁	きなこ蒸しパン	ホットケーキミックス、きなこ 砂糖、油
7 木	軟飯 松風焼き、紅白なます すまし汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏ひき肉、豆腐、玉ねぎ、片栗粉、大根、人参 えのき、わかめ、かつおだし汁	七草がゆ	米、七草、しょうゆ
8 金	軟飯 肉豆腐、白菜のごま和え みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 焼き豆腐、玉ねぎ、しめじ、豚肉、白菜、人参 かぼちゃ、油揚げ、かつおだし汁、みそ	クラッカー	クラッカー
9 土	お弁当の日			
11 月	成人の日			
12 火	軟飯 コロッケ風、ブロッコリーサラダ 豚汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏ひき肉、じゃが芋、小麦粉、パン粉、ブロッコリー、人参、きゅうり、コーン、ツナ缶 豚もも肉、玉ねぎ、ごぼう、大根、かつおだし汁、みそ	手作りクッキー	小麦粉、油、砂糖
13 水	軟飯 厚揚げと大根のそぼろ煮、マカロニサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 厚揚げ、豚ひき肉、人参、大根、グリーンピース、マカロニ、ブロッコリー、ハム さつま芋、チンゲン菜、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	スティックパン	食パン
14 木	軟飯 ピンクサーモンの磯焼き、卵の花 けんちん汁	米、しょうゆ、砂糖 ピンクサーモン、おから、人参、油揚げ、ちくわ 豆腐、ごぼう、人参、大根、かつおだし汁	焼きそば	焼きそば麺、豚バラ、人参、玉ねぎ キャベツ、ピーマン、しょうゆ
15 金	軟飯 チキンカツ風、もやしサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏ムネ肉、小麦粉、パン粉、もやし、きゅうり 豆腐、キャベツ、玉ねぎ、人参、かつおだし汁、みそ	小豆がゆ	米、ゆであずき缶
16 土	お弁当の日			
18 月	軟飯 マーボー豆腐、白菜の甘酢和え スープ	米、しょうゆ、砂糖 豆腐、鶏ひき肉、玉ねぎ、人参、白菜 絹さや、かつおだし汁	カップケーキ	ホットケーキミックス、砂糖 油
19 火	軟飯 たらのおろし煮、やわらかごぼう炊き みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 たら、大根、ごぼう、人参、いんげん 玉ねぎ、ほうれん草、しめじ、麩、かつおだし汁、みそ	きなこクリームサンド	食パン、きなこ、砂糖
20 水	軟飯 鶏肉と玉ねぎの炒め煮、もやしとわかめのナムル スープ	米、しょうゆ、砂糖、鶏もも肉、玉ねぎ、人参、絹さや もやし、わかめ 大根、、コーン、かつおだし汁	クラッカー	クラッカー
21 木	軟飯 鶏の揚げ浸し、添えスパゲティ、コールスローサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、スパゲティ、キャベツ、ブロッコリー、人参、コーン じゃが芋、玉ねぎ、わかめ、かつおだし汁	スノーボール	小麦粉、片栗粉、油、砂糖
22 金	あっさりカレーライス 和風大根サラダ バナナ	米、しょうゆ、砂糖、牛もも、じゃが芋、玉ねぎ、人参、カレールウ、グリーンピース 大根、きゅうり、人参、ツナ缶 バナナ	ポン菓子	米、砂糖
23 土	お弁当の日			
25 月	軟飯 メンチカツ風、おからサラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖 鶏ひき肉、玉ねぎ、小麦粉、パン粉、おから、ブロッコリー、人参 白菜、ほうれん草、コーン、かつおだし汁	オニオンブレッド	ホットケーキミックス 玉ねぎ、ほうれん草
26 火	軟飯 肉じゃが、白菜のおかか和え みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 豚もも肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、グリーンピース、白菜 大根、わかめ、油揚げ、かつおだし汁、みそ	五平もち	米、みそ、砂糖
27 水	軟飯 たらの揚げ浸し、ごぼうの炒め煮 すまし汁	米、しょうゆ、砂糖 たら、片栗粉、ごぼう、人参 小松菜、えのき、かつおだし汁	ナポリタン	スパゲティ、ウィンナー、玉ねぎ 人参、ピーマン、ケチャップ
28 木	軟飯 鶏すき、きゅうりサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、白菜、焼き豆腐、しめじ、人参、玉ねぎ、きゅうり、みかん缶 さつま芋、チンゲン菜、かつおだし汁、みそ	さつま芋だんご	さつま芋、かつおだし汁、片栗粉
29 金	軟飯 五目うどん、いんげんのごま和え オレンジ	米、しょうゆ、砂糖 うどん、豚肉、大根、里芋、人参、ごぼう、しめじ、いんげん、鶏ささみ オレンジ	ゆかりおにぎり（軟飯）	米、ゆかり粉
30 土	お弁当の日			