



令和3年6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 豆腐のすりつぶし スープ	米 豆腐 人参、玉ねぎ 昆布だし	16 水	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
2 水	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 キャベツ、人参 昆布だし	17 木	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 キャベツ、人参 昆布だし
3 木	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、人参 昆布だし	18 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 じゃが芋、玉ねぎ 昆布だし
4 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 大根、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 ほうれん草のすりつぶし スープ	米 ほうれん草 玉ねぎ、人参 昆布だし
7 月	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、玉ねぎ 昆布だし	22 火	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 人参、大根 昆布だし
8 火	すりつぶしがゆ 豆腐のすりつぶし スープ	米 木綿豆腐 キャベツ、人参 昆布だし	23 水	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 キャベツ、玉ねぎ 昆布だし
9 水	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、きゅうり 昆布だし	24 木	すりつぶしがゆ 豆腐のすりつぶし スープ	米 木綿豆腐 ほうれん草、人参 昆布だし
10 木	すりつぶしがゆ 白菜のすりつぶし スープ	米 白菜 玉ねぎ、人参 昆布だし	25 金	すりつぶしがゆ 大根のすりつぶし スープ	米 大根 人参、きゅうり 昆布だし
11 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 ブロッコリー、じゃが芋 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 白菜のすりつぶし スープ	米 白菜 玉ねぎ、ほうれん草 昆布だし
14 月	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 玉ねぎ、人参 昆布だし	29 火	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 人参、玉ねぎ
15 火	すりつぶしがゆ 小松菜のすりつぶし スープ	米 小松菜 キャベツ、人参 昆布だし	30 水	すりつぶしがゆ 豆腐のすりつぶし スープ	米 豆腐 人参、玉ねぎ 昆布だし汁



令和3年6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	かゆ たらと野菜のさっぱり煮、いんげんの和え物	米 たら、玉ねぎ、人参、ピーマン、いんげん	きなこがゆ	米、きなこ
2	水 肉豆腐、キャベツの磯和え	米 豆腐、鶏もも肉、玉ねぎ、キャベツ、人参	かぼちゃ蒸しケーキ	小麦粉、ベーキングパウダー
3	木 三色そばろ煮、ブロッコリーサラダ	米、ブロッコリー、おから 鶏ひき肉、ほうれん草、人参	クッキー	砂糖、油 かぼちゃ 小麦粉、片栗粉、砂糖、油
4	金 鶏の照り煮、華風和え	米、キャベツ、きゅうり、もやし 鶏もも肉、ピーマン、玉ねぎ、人参	大根ぞうすい	大根、ほうれん草、人参
5	土	お弁当の日		
7	月 鶏肉と玉ねぎの炒め煮、もやしのサラダ	米、もやし、きゅうり 鶏もも肉、玉ねぎ、人参、絹さや	きなこ蒸しパン	ほうれん草、かつおだし汁 小麦粉、ベーキングパウダー、きなこ
8	火 たらのさっと煮、人参甘煮	米 たら、人参、キャベツ、ごぼう、絹さや	スープスパゲティ	豆腐、かつおだし汁 スパゲティ、玉ねぎ、キャベツ
9	水 高野豆腐の煮つけ、ほうれん草の和え物	米 高野豆腐、もやし、ほうれん草、きゅうり	野菜うどん	人参、かつおだし汁 うどん、玉ねぎ、人参、ほうれん草
10	木 鶏肉のほっこり煮、切干大根の煮物	米 鶏もも肉、切干大根、人参	りんごゼリー	白菜、玉ねぎ、かつおだし汁 りんごジュース、片栗粉
11	金 鶏肉と根菜のスープ煮、キャベツのサラダ	米、人参、キャベツ 鶏むね肉、じゃが芋、玉ねぎ	のりポテト	鶏むね肉、かつおだし汁 じゃがいも、あおのり
12	土	お弁当の日		
14	月 鶏むね肉のトマト煮、マカロニサラダ	米、トマト缶、マカロニ、きゅうり 鶏むね肉、玉ねぎ、人参	みかんゼリー	かぼちゃ、かつおだし汁 みかん、片栗粉
15	火 さけの蒸し煮、いんげんの煮浸し	米 さけ、キャベツ、人参、いんげん、ごぼう	おからカップケーキ	じゃが芋、玉ねぎ、小松菜、かつおだし汁 小麦粉、ベーキングパウダー
16	水 鶏むね肉の煮つけ、白菜のお浸し	米 鶏むね肉、白菜、人参	豆腐のくず煮	豆腐、玉ねぎ、かつおだし汁 豆腐、白菜、人参、かつおだし汁
17	木 つくねスープ煮、ブロッコリーの和え物	米 鶏ひき肉、豆腐、玉ねぎ、ブロッコリー	ポン米	キャベツ、人参、かつおだし汁 米、砂糖
18	金 鶏じゃが、キャベツサラダ	米、人参、キャベツ 鶏もも肉、じゃが芋、玉ねぎ	バナナ	ほうれん草、かつおだし汁 バナナ
19	土	お弁当の日		
21	月 じゃが芋のそばろあん、きゅうりサラダ	米、人参、きゅうり 鶏ひき肉、じゃが芋、玉ねぎ	ぶどうゼリー	ほうれん草、麩、かつおだし汁 ぶどうジュース、片栗粉
22	火 たらさっと煮、大根と人参の二色煮	米 たら、人参、キャベツ	野菜かゆ	大根、チンゲン菜、かつおだし汁 米、キャベツ、人参、チンゲン菜
23	水 鶏つくねと野菜の煮物、かぼちゃサラダ	米、きゅうり 鶏ひき肉、玉ねぎ、人参、かぼちゃ	じゃこぞうすい	キャベツ、麩、かつおだし汁 米、ちりめんじゃこ、キャベツ
24	木 鶏の五目煮、豆腐の煮物	米、ほうれん草、もやし 鶏もも肉、人参、玉ねぎ、豆腐	キャロットゼリー	大根、麩、かつおだし汁 人参、オレンジジュース
25	金 鶏と人参煮物、大根サラダ	米 鶏もも肉、大根、きゅうり、里芋	チキンスパゲティ	人参、玉ねぎ、かつおだし汁 鶏もも肉、人参、かつおだし汁
26	土	お弁当の日		
28	月 鶏ささみの洋風煮、白菜の和え物	米 鶏ささみ、白菜、人参	ポパイ蒸しパン	豆腐、ほうれん草、玉ねぎ、かつおだし汁 小麦粉、ベーキングパウダー
29	火 鶏のうま煮、きゅうりのサラダ	米 鶏むね肉、きゅうり、人参	かぼちゃ雑炊	かぼちゃ、玉ねぎ、絹さや、かつおだし汁 米、かぼちゃ
30	水 マーボー豆腐、もやしのナムル	米、もやし、きゅうり 鶏ひき肉、豆腐、玉ねぎ、人参	小豆がゆ	絹さや、かつおだし汁 小豆、米



令和3年6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 火	かゆ たらと野菜のさっぱり煮、いんげんの和え物 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 たら、玉ねぎ、人参、ピーマン、いんげん 豆腐、かつおだし汁、みそ	きなこがゆ	米、きなこ
2 水	かゆ 肉豆腐、キャベツの磯和え みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 豆腐、豚もも肉、玉ねぎ、キャベツ、人参 かぼちゃ、かつおだし汁、みそ	かぼちゃ蒸しケーキ	小麦粉、ベーキングパウダー 砂糖、油 かぼちゃ
3 木	かゆ 三色そぼろ煮、おからサラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖 鶏ひき肉、ほうれん草、人参、ブロッコリー、おから 白菜、かつおだし汁	クッキー	小麦粉、片栗粉、砂糖、油
4 金	かゆ 豚肉の中華煮、華風和え スープ	米、しょうゆ、砂糖、きゅうり、もやし 豚肩ロース、ピーマン、玉ねぎ、人参、キャベツ 大根、かつおだし汁	大根ぞうすい	米、大根、ほうれん草、人参 かつおだし汁、しょうゆ
5 土	お弁当の日 			
7 月	かゆ 豚肉と玉ねぎの炒め煮、もやしのサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、もやし、きゅうり 豚もも肉、玉ねぎ、人参、絹さや ほうれん草、かつおだし汁、みそ	きなこ蒸しパン	小麦粉、ベーキングパウダー、きなこ 砂糖
8 火	かゆ たらとさっと煮、人参甘煮 スープ	米、しょうゆ、砂糖 たら、人参、キャベツ、ごぼう、絹さや 豆腐、かつおだし汁	スープパグティ	スパゲティ、玉ねぎ、キャベツ かつおだし汁、しょうゆ
9 水	かゆ 高野豆腐の煮つけ、ほうれん草の和え物 スープ	米、しょうゆ、砂糖 高野豆腐、もやし、ほうれん草、きゅうり 人参、かつおだし汁、豚もも肉	そぼろぞうすい	米、豚ひき肉、玉ねぎ、人参 かつおだし汁、しょうゆ
10 木	かゆ 鶏肉のほっこり煮、切干大根の煮物 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、切干大根、人参 白菜、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	もも寒天ゼリー	粉末寒天、もも缶
11 金	かゆ 鶏肉と根菜のスープ煮、キャベツのサラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖 鶏ひき肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、キャベツ 麩、かつおだし汁	水ようかん	こしあん、粉末寒天、砂糖
12 土	お弁当の日 			
14 月	かゆ 鶏むね肉のトマト煮、マカロニサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、マカロニ、きゅうり 鶏むね肉、玉ねぎ、人参、トマト缶 かぼちゃ、かつおだし汁、みそ	みかんゼリー	みかん、寒天 砂糖
15 火	かゆ 豚しゃぶ風、いんげんの煮浸し みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 豚もも肉、キャベツ、人参、いんげん、ごぼう じゃが芋、玉ねぎ、小松菜、かつおだし汁、みそ	おからカップケーキ	小麦粉、ベーキングパウダー おから、砂糖
16 水	かゆ 鶏むね肉の煮つけ、白菜のお浸し みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏むね肉、白菜、人参、ごぼう 豆腐、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	豆腐のくず煮	豆腐、白菜、人参、かつおだし汁 しょうゆ、片栗粉
17 木	かゆ つくねスープ煮、ブロッコリーの和え物 スープ	米、しょうゆ、砂糖 鶏ひき肉、豆腐、玉ねぎ、ブロッコリー キャベツ、人参、かつおだし汁	ボン米	米、砂糖
18 金	かゆ 鶏じゃが、キャベツサラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、キャベツ ほうれん草、かつおだし汁	バナナ	バナナ
19 土	お弁当の日 			
21 月	かゆ じゃが芋のそぼろあん、きゅうりサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、きゅうり 鶏ひき肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参 ほうれん草、麩、かつおだし汁、みそ	あじさい寒天	ぶどうジュース、粉末寒天 砂糖
22 火	かゆ たらと磯焼き、卵の花 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 たら、おから、人参 大根、チンゲン菜、かつおだし汁、みそ	野菜かゆ	米、キャベツ、人参、チンゲン菜 かつおだし汁
23 水	かゆ 鶏つくねと野菜の煮物、かぼちゃサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏ひき肉、玉ねぎ、人参、かぼちゃ、きゅうり キャベツ、麩、かつおだし汁、みそ	じゃこぞうすい	米、ちりめんじゃこ、キャベツ 人参、かつおだし汁、しょうゆ
24 木	かゆ 鶏の五目煮、豆腐の煮物 スープ	米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、人参、玉ねぎ、豆腐、ほうれん草、もやし 大根、麩、かつおだし汁	キャロットゼリー	人参、オレンジジュース、レモン果汁 粉末寒天
25 金	かゆ 鶏と人参煮物、大根サラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、大根、きゅうり 人参、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	チキンスパゲティ	鶏もも肉、人参、かつおだし汁 玉ねぎ
26 土	お弁当の日 			
28 月	かゆ 鶏ささみの洋風煮、白菜の和え物 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏ささみ、白菜、人参 豆腐、ほうれん草、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	ポパイ蒸しパン	小麦粉、ベーキングパウダー ほうれん草、砂糖、油
29 火	かゆ 鶏のうま煮、きゅうりのサラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖 鶏むね肉、きゅうり、人参、ごぼう かぼちゃ、玉ねぎ、絹さや、かつおだし汁	かぼちゃ雑炊	米、かぼちゃ 人参、かつおだし汁
30 水	かゆ マーボー豆腐、もやしのナムル スープ	米、しょうゆ、砂糖 鶏ひき肉、豆腐、玉ねぎ、人参、もやし、きゅうり 絹さや、かつおだし汁	小豆がゆ	小豆、米、塩



令和3年6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 たらの南蛮漬け、いんげんのごま和え みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、いんげん、ごま たら、片栗粉、油、玉ねぎ、人参、ピーマン 豆腐、なめこ、かつおだし汁、みそ	きなこおにぎり	米、きなこ
2 水	軟飯 肉豆腐、キャベツの磯和え みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、人参、青のり 豆腐、玉ねぎ、しめじ、豚もも肉、キャベツ かぼちゃ、わかめ、かつおだし汁、みそ	ドーナツ	ホットケーキミックス、油
3 木	三色丼風軟飯 おからサラダ すまし汁	米、しょうゆ、砂糖、鶏ひき肉、ほうれん草、のり おから、ブロッコリー、人参 白菜、しめじ、かつおだし汁	ロッククッキー	小麦粉、砂糖、油
4 金	軟飯 酢豚風、華風和え スープ	米、しょうゆ、砂糖、もやし、きゅうり、キャベツ 豚もも肉、玉ねぎ、人参、たけのこ、ピーマン 大根、かつおだし汁	フライドポテト	フライドポテト、油、塩
5 土	お弁当の日			
7 月	軟飯 豚肉と玉ねぎの炒め煮、はるさめサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、もやし、きゅうり、ツナ 豚もも肉、玉ねぎ、人参、絹さや ほうれん草、えのき、かつおだし汁、みそ、はるさめ	きなこ蒸しパン	ホットケーキミックス、きなこ 砂糖、油
8 火	軟飯 たらのみそ煮、ごぼうの炒め煮 すまし汁	米、しょうゆ、砂糖 たら、みそ、ごぼう、人参、絹さや 豆腐、里芋、かつおだし汁	キャベツスパゲティ	スパゲティ、ベーコン、キャベツ 玉ねぎ、しょうゆ
9 水	軟飯 冷やしうどん、もやしのごま和え 高野豆腐の煮物	米、しょうゆ、砂糖、もやし、ほうれん草 うどん、油揚げ、わかめ、きゅうり、豚もも肉 高野豆腐、人参、グリーンピース、かつおだし汁	チャーハン	米、豚ひき肉、玉ねぎ、人参 しょうゆ
10 木	軟飯 チキンカツ風、切干大根の煮物 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、小麦粉、パン粉、切干大根、人参、油揚げ 白菜、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	ももの寒天ゼリー	粉末寒天、黄桃缶、白桃缶
11 金	あっさりハヤシライス キャベツの甘酢和え オレンジ	米、しょうゆ、砂糖、豚もも肉、じゃが芋、玉ねぎ キャベツ、人参、人参、グリーンピース オレンジ、ハヤシルー	水ようかん	こしあん、粉末寒天、砂糖
12 土	お弁当の日			
14 月	軟飯 鶏肉のトマト煮、マカロニサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、マカロニ、きゅうり 鶏むね肉、小麦粉、コーン、玉ねぎ、人参、トマト缶 かぼちゃ、油揚げ、わかめ、かつおだし汁、みそ	みかん寒天	粉末寒天、みかん缶
15 火	軟飯 豚しゃぶ風、ごぼうのやわらか煮 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 豚肩ロース、キャベツ、人参、わかめ、ごぼう、いんげん じゃが芋、玉ねぎ、小松菜、かつおだし汁、みそ	おからカップケーキ	ホットケーキミックス おから、砂糖
16 水	軟飯 鶏肉の揚げ浸し、白菜のお浸し みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏むね肉、小麦粉、片栗粉、白菜、人参 豆腐、玉ねぎ、ごぼう、かつおだし汁、みそ	きなこおはぎ	米、砂糖 きなこ
17 木	軟飯 つくね焼き、ブロッコリーのおかか和え スープ	米、しょうゆ、砂糖、玉ねぎ、片栗粉 鶏ひき肉、豆腐、ブロッコリー、かつお節 キャベツ、人参、えのき、かつおだし汁	ポン菓子	米、砂糖
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、豚もも、じゃが芋、玉ねぎ キャベツ、人参、グリーンピース、カレールウ バナナ	おふラスク	麩、油、きなこ、砂糖
19 土	お弁当の日			
21 月	軟飯 コロケ風、きゅうりサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、きゅうり、人参、はるさめ じゃが芋、鶏ひき肉、玉ねぎ、小麦粉、パン粉 ほうれん草、麩、かつおだし汁、みそ	あじさい寒天	ぶどうジュース、砂糖、粉末寒天
22 火	軟飯 たらの磯辺焼き、卵の花 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 たら、片栗粉、青のり、おから、人参、油揚げ、ちくわ 大根、チンゲン菜、かつおだし汁、みそ	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、焼きそばソース
23 水	軟飯 厚揚げのそぼろあん、南瓜のサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、かぼちゃ、きゅうり、コーン 厚揚げ、豚ひき肉、えのき、人参、玉ねぎ、グリーンピース キャベツ、しめじ、麩、かつおだし汁、みそ	じゃこトースト	食パン、ちりめんじゃこ、マヨネーズ 青のり、白ごま
24 木	五目混ぜご飯風軟飯 炒り豆腐、ほうれん草のごま和え すまし汁	米、しょうゆ、砂糖、鶏もも肉、ごぼう、人参、油揚げ 豆腐、玉ねぎ、グリーンピース、ほうれん草、もやし 大根、麩、かつおだし汁	キャラットゼリー	人参、オレンジジュース、レモン果汁 粉末寒天
25 金	軟飯 唐揚げ、大根サラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、片栗粉、人参、玉ねぎ、大根、きゅうり 里芋、わかめ、かつおだし汁、みそ	ナポリタン	スパゲティ、人参 玉ねぎ、ウインナー、ケチャップ
26 土	お弁当の日			
28 月	軟飯 トンカツ風、白菜の中華和え みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 豚肉、小麦粉、パン粉、白菜、コーン、人参 豆腐、ほうれん草、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	ちんすこう	小麦粉、砂糖、油、塩
29 火	軟飯 鶏のレモン焼き、ごぼうときゅうりのサラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖、きゅうり、コーン 鶏むね肉、レモン果汁、片栗粉、ごぼう、人参 かぼちゃ、玉ねぎ、えのき、絹さや、かつおだし汁	かぼちゃおにぎり	かぼちゃ、米
30 水	軟飯 マーボー豆腐、もやしとわかめのナムル すまし汁	米、しょうゆ、砂糖、もやし、きゅうり、わかめ 豆腐、豚ひき肉、玉ねぎ、人参、みそ、片栗粉 しめじ、麩、かつおだし汁	水無月	小麦粉、上新粉、砂糖 小豆