

令和3年10月

離乳食献立表

6ヶ月頃

大井・千代川こども園

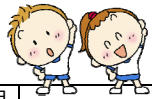
日曜	午前食	原材料	日曜	午前食	原材料
1 金	すりつぶしがゆ キャベツのすりつぶし スープ	米 キャベツ 人参、玉ねぎ 昆布だし	16 土	 お弁当の日	
2 土	お弁当の日		18 月	すりつぶしがゆ ブロッコリーのすりつぶし スープ	米 ブロッコリー さつまいも、豆腐 昆布だし
4 月	すりつぶしがゆ ほうれん草のすりつぶし スープ	米 ほうれん草 豆腐、玉ねぎ 昆布だし	19 火	すりつぶしがゆ 豆腐のすりつぶし スープ	米 豆腐 白菜、人参 昆布だし
5 火	すりつぶしがゆ 大根のすりつぶし スープ	米 大根 ほうれん草、玉ねぎ 昆布だし	20 水	すりつぶしがゆ ほうれん草のすりつぶし スープ	米 ほうれん草 キャベツ、玉ねぎ 昆布だし
6 水	すりつぶしがゆ 豆腐のすりつぶし スープ	米 豆腐 キャベツ、人参 昆布だし	21 木	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
7 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、人参 昆布だし	22 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 ほうれん草、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 いんげん、人参 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 キャベツのすりつぶし スープ	米 キャベツ いんげん、玉ねぎ 昆布だし
11 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 豆腐、ほうれん草 昆布だし	26 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 豆腐、人参 昆布だし
12 火	すりつぶしがゆ 豆腐のすりつぶし スープ	米 豆腐 人参、チンゲン菜 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、ほうれん草 昆布だし
13 水	すりつぶしがゆ 白菜のすりつぶし スープ	米 白菜 人参、キャベツ 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 ほうれん草、大根 昆布だし
14 木	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、玉ねぎ 昆布だし	29 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 玉ねぎ、キャベツ 昆布だし
15 金	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 人参、玉ねぎ 昆布だし	30 土	 お弁当の日	



令和3年10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	かゆ 肉じゃが、野菜ナムル スープ	米 鶏むね肉、じゃが芋、玉ねぎ、絹さや、キャベツ、きゅうり、もやし ほうれん草、大根、人参、かつおだし汁	おからケーキ	小麦粉、ベーキングパウダー 砂糖、おから
2 土	お弁当の日 			
4 月	かゆ 鶏肉のトマト煮、スパゲティサラダ スープ	米 鶏もも肉、玉ねぎ、人参、トマト缶、スパゲティ、きゅうり 豆腐、ほうれん草、かつおだし汁	豆腐蒸しパン	小麦粉、ベーキングパウダー 砂糖、豆腐
5 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、いんげん、人参 ほうれん草、玉ねぎ、かつおだし汁	野菜がゆ	米、白菜、玉ねぎ、人参 かつおだし汁
6 水	かゆ ピンクサーモンの煮つけ、切干大根の煮物 スープ	米 ピンクサーモン、切干大根、里芋、人参 豆腐、かつおだし汁	スープスパゲティ	スパゲティ、ホールトマト かつおだし汁、ツナ
7 木	かゆ 蒸し鶏、フレンチサラダ スープ	米 鶏むね肉、キャベツ、きゅうり、人参 もやし、かつおだし汁	五目ぞうすい	米、鶏もも肉、キャベツ、人参 かつおだし汁
8 金	かゆ 鶏肉の五目煮、かぼちゃの煮物 スープ	米 鶏もも肉、ごぼう、人参、いんげん、かぼちゃ 里芋、かつおだし汁	洋風うどん	うどん、キャベツ、玉ねぎ、人参 かつおだし汁
9 土	お弁当の日 			
11 月	かゆ そぼろ煮、ブロッコリーのおかか和え スープ	米 鶏ひき肉、玉ねぎ、人参、ブロッコリー 木綿豆腐、大根、かつおだし汁	みかんゼリー	片栗粉、みかん缶
12 火	かゆ 鶏もも肉のチャンボン風煮、炒り豆腐 スープ	米 鶏もも肉、人参、チンゲン菜、キャベツ、木綿豆腐 絹さや、かつおだし汁	きなこがゆ	米、きなこ
13 水	かゆ 鶏肉のすき煮、もやしのお浸し スープ	米 鶏もも肉、豆腐、人参、玉ねぎ、白菜、もやし キャベツ、かつおだし汁	ポパイ蒸しパン	小麦粉、ベーキングパウダー 砂糖、ほうれん草
14 木	かゆ 鶏肉の炒め煮、きゅうりサラダ スープ	米 鶏もも肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、きゅうり チンゲン菜、かつおだし汁	野菜マカロニ	マカロニ、人参、チンゲン菜 玉ねぎ、かつおだし汁
15 金	かゆ 鶏じゃが、もやしの和え物 スープ	米 鶏もも肉、玉ねぎ、じゃが芋、人参、もやし、絹さや チンゲン菜、かつおだし汁	バナナ	バナナ
16 土	お弁当の日 			
18 月	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮、ブロッコリーサラダ スープ	米 鶏もも肉、玉ねぎ、人参、ブロッコリー 木綿豆腐、さつま芋、かつおだし汁	ぞうすい	米、人参、玉ねぎ、ブロッコリー かつおだし汁
19 火	かゆ マーボー豆腐、もやしの中華和え スープ	米 豆腐、鶏ひき肉、玉ねぎ、人参、もやし、絹さや 白菜、かつおだし汁	芋がゆ	米、さつま芋、かつおだし汁
20 水	かゆ たらのあつさり煮、キャベツのおかか和え スープ	米 たら、キャベツ、人参 ほうれん草、麩、玉ねぎ、かつおだし汁	豆腐の野菜あえ	豆腐、人参、ほうれん草、玉ねぎ かつおだし汁
21 木	かゆ 鶏肉の中華煮、きゅうりのサラダ スープ	米 鶏もも肉、白菜、ピーマン、玉ねぎ、人参、きゅうり 白菜、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
22 金	かゆ 鶏肉のやわらか煮、ほうれん草のお浸し スープ	米 鶏むね肉、ほうれん草、人参 かぼちゃ、玉ねぎ、かつおだし汁	かぼちゃリゾット	米、かぼちゃ かつおだし汁
23 土	お弁当の日 			
25 月	かゆ じゃが芋のそぼろ煮、いんげんの和え物 スープ	米 鶏ひき肉、じゃが芋、いんげん、人参 キャベツ、玉ねぎ、かつおだし汁	ぞうすい	米、キャベツ、人参 玉ねぎ、かつおだし汁
26 火	かゆ 鶏肉のトマト煮、かぼちゃサラダ スープ	米 鶏むね肉、玉ねぎ、人参、トマト缶、かぼちゃ、きゅうり もやし、豆腐、かつおだし汁	やわらかマカロニきなこ	マカロニ、きなこ、砂糖
27 水	かゆ そぼろあんかけ、人参甘煮 スープ	米 鶏ひき肉、ほうれん草、人参 そうめん、小松菜、かつおだし汁	麩のふわふわ煮	麩、ほうれん草、人参 かつおだし汁
28 木	かゆ たらの煮つけ、ふろふき大根 スープ	米 たら、大根、人参 ほうれん草、木綿豆腐、かつおだし汁	ボン米	米、砂糖
29 金	かゆ 鶏肉のこってり煮、キャベツサラダ スープ	米 鶏もも肉、人参、玉ねぎ、大根、キャベツ ブロッコリー、かつおだし汁	ベジタブルブレッド	小麦粉、ベーキングパウダー ブロッコリー、人参、キャベツ
30 土	お弁当の日 			



令和3年 10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	かゆ 豚肉とじゃが芋の照り煮、野菜ナムル みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 豚もも肉、じゃが芋、玉ねぎ、絹さや、キャベツ、きゅうり、もやし ほうれん草、大根、人参、かつおだし汁、みそ	おからケーキ	小麦粉、ベーキングパウダー 砂糖、おから 
2 土	お弁当の日			
4 月	かゆ 豚肉のトマト煮、スパゲティサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 豚肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、トマト缶、スパゲティ、きゅうり 豆腐、ほうれん草、かつおだし汁、みそ	豆腐蒸しパン	小麦粉、ベーキングパウダー 砂糖、豆腐
5 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、いんげん、人参、ごぼう ほうれん草、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	野菜がゆ	米、白菜、玉ねぎ、人参 かつおだし汁
6 水	かゆ ピンクサーモンの煮つけ、切干大根の煮物 スープ	米、しょうゆ、砂糖 ピンクサーモン、切干大根、里芋、人参 豆腐、かつおだし汁	スープスパゲティ	スパゲティ、ホールトマト、ツナ缶 かつおだし汁
7 木	かゆ 蒸し鶏、フレンチサラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖 鶏むね肉、キャベツ、きゅうり、人参 もやし、かつおだし汁	五目ぞうすい	米、鶏もも肉、キャベツ、人参 かつおだし汁
8 金	かゆ 鶏肉の五目煮、かぼちゃの煮物 スープ	米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、ごぼう、人参、いんげん、かぼちゃ 里芋、かつおだし汁	洋風うどん	うどん、キャベツ、玉ねぎ、人参 かつおだし汁
9 土	お弁当の日 			
11 月	かゆ そぼろ煮、ブロッコリーのおかか和え みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏ひき肉、玉ねぎ、人参、ブロッコリー 木綿豆腐、大根、かつおだし汁、みそ	みかんゼリー	片栗粉、みかん缶
12 火	かゆ 豚もも肉のチャンボン風煮、炒り豆腐 スープ	米、しょうゆ、砂糖 豚もも肉、人参、チンゲン菜、キャベツ、木綿豆腐 絹さや、かつおだし汁	きなこがゆ	米、きなこ
13 水	かゆ 鶏肉のすき煮、もやしのお浸し スープ	米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、豆腐、人参、玉ねぎ、白菜、もやし キャベツ、かつおだし汁	ポパイ蒸しパン	小麦粉、ベーキングパウダー 砂糖、ほうれん草
14 木	かゆ 豚肉のほくほく煮、マカロニサラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖 豚もも肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、マカロニ、きゅうり チンゲン菜、かつおだし汁	野菜マカロニ	マカロニ、人参、チンゲン菜 玉ねぎ、かつおだし汁
15 金	かゆ 肉じゃが、もやしの和え物 スープ	米、しょうゆ、砂糖 豚もも肉、玉ねぎ、じゃが芋、人参、絹さや、もやし 麩、かつおだし汁	バナナ	バナナ 
16 土	お弁当の日			
18 月	かゆ 豚肉と野菜のやわらか煮、ブロッコリーサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 豚もも肉、玉ねぎ、人参、ブロッコリー 木綿豆腐、さつま芋、かつおだし汁、みそ	ぞうすい	米、人参、玉ねぎ、ブロッコリー かつおだし汁、しょうゆ
19 火	かゆ マーボー豆腐、もやし中華和え スープ	米、しょうゆ、砂糖 豆腐、鶏ひき肉、玉ねぎ、人参、もやし、絹さや 白菜、かつおだし汁	芋がゆ	米、さつま芋、かつおだし汁
20 水	かゆ たらのあっさり煮、キャベツのおかか和え みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 たら、キャベツ、人参 ほうれん草、麩、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	豆腐の野菜あえ	豆腐、人参、ほうれん草、玉ねぎ かつおだし汁、しょうゆ
21 木	かゆ 豚肉の中華煮、きゅうりのサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 豚もも肉、白菜、ピーマン、玉ねぎ、人参、きゅうり 白菜、かつおだし汁、みそ	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
22 金	かゆ 鶏肉のやわらか煮、ほうれん草のお浸し みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏むね肉、ほうれん草、人参 かぼちゃ、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	かぼちゃリゾット	米、かぼちゃ かつおだし汁
23 土	お弁当の日 			
25 月	かゆ じゃが芋のそぼろ煮、いんげんの和え物 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏ひき肉、じゃが芋、いんげん、人参 キャベツ、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	ぞうすい	米、キャベツ、人参 玉ねぎ、かつおだし汁 しょうゆ
26 火	かゆ 鶏肉のトマト煮、かぼちゃサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏むね肉、玉ねぎ、人参、トマト缶、かぼちゃ、きゅうり もやし、豆腐、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、砂糖
27 水	かゆ そぼろあんかけ、人参甘煮 スープ	米、しょうゆ、砂糖 鶏ひき肉、ほうれん草、おから、人参 そうめん、小松菜、かつおだし汁	麩のふわふわ煮	麩、ほうれん草、人参 かつおだし汁、しょうゆ
28 木	かゆ たらの煮つけ、ふろふき大根 スープ	米、しょうゆ、砂糖 たら、大根、人参 ほうれん草、木綿豆腐、かつおだし汁	ボン米	米、砂糖
29 金	かゆ 鶏肉のこってり煮、コールスローサラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、人参、玉ねぎ、キャベツ ブロッコリー、かつおだし汁	ベジタブルブレッド	小麦粉、ベーキングパウダー ブロッコリー、人参、キャベツ
30 土	お弁当の日 			



令和3年10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	軟飯 肉じゃが、野菜ナムル みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 豚も肉、じゃが芋、玉ねぎ、グリーンピース、キャベツ、きゅうり、もやし ほうれん草、大根、人参、かつおだし汁、みそ	ドーナツ・おから	ホットケーキミックス おから 
2土	お弁当の日			
4月	軟飯 豚肉のトマト煮、スパゲティサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 豚肉、玉ねぎ、トマト缶、ケチャップ、人参、スパゲティ、きゅうり、コーン 木綿豆腐、ほうれん草、かつおだし汁、みそ	豆腐蒸しパン	小麦粉、ベーキングパウダー 砂糖、豆腐
5火	軟飯 たらのおろし煮、やわらかごぼう煮 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 たら、大根、人参、ごぼう、いんげん ほうれん草、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	野菜がゆ	米、白菜、玉ねぎ、人参 かつおだし汁
6水	軟飯 ピンクサーモンの磯焼き、切干大根の煮物 けんちん汁	米、しょうゆ、砂糖 ピンクサーモン、青のり、切干大根、人参、里芋、グリーンピース 豆腐、油揚げ、かつおだし汁	トマトスパゲティ	スパゲティ、ツナ缶、トマト缶 かつおだし汁
7木	軟飯 パーベキューチキン、フレンチサラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖 鶏むね肉、ケチャップ、ソース、キャベツ、きゅうり、コーン、人参 もやし、人参、かつおだし汁	五平餅	米、もち米、みそ、砂糖、みりん
8金	軟飯 鶏五目御飯風軟飯 かぼちゃの煮物、ほうれん草の白和え すまし汁	米、しょうゆ、砂糖、鶏もも肉、ごぼう、人参、油揚げ 鶏ひき肉、いんげん、かぼちゃ、ほうれん草、木綿豆腐 里芋、玉ねぎ、かつおだし汁	焼きうどん	うどん、豚もも肉、キャベツ、玉ねぎ 人参、しょうゆ
9土	お弁当の日 			
11月	軟飯 メンチカツ風、ブロッコリーのおかか和え みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏ひき肉、玉ねぎ、小麦粉、パン粉、ブロッコリー、人参 木綿豆腐、大根、かつおだし汁、みそ	みかん寒天	みかん缶、粉末寒天、砂糖
12火	軟飯 チャンポン麺、炒り豆腐 キャベツの和え物	米、しょうゆ、砂糖 中華麺、豚もも肉、チンゲン菜、玉ねぎ、木綿豆腐 キャベツ、人参	昆布おにぎり(軟飯)	米、昆布佃煮
13水	軟飯 鶏肉のすき焼き風煮物、もやしのナムル すまし汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、焼き豆腐、人参、玉ねぎ、白菜、もやし、きゅうり キャベツ、えのき、かつおだし汁	水ようかん	こしあん、寒天
14木	軟飯 厚揚げの炒め煮、マカロニサラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖 厚揚げ、豚もも肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、マカロニ、きゅうり、コーン チンゲン菜、えのき、かつおだし汁	ちんすこう	小麦粉、砂糖、油
15金	軟飯 あっさりハヤシライス もやしの和え物 バナナ	米、しょうゆ、砂糖、豚もも肉、玉ねぎ、じゃが芋、ハヤシルウ グリーンピース、人参、もやし、絹さや バナナ	ウィンナーブレッド	ホットケーキミックス、ウィンナー 
16土	お弁当の日			
18月	軟飯 豚肉の炒め煮、おからサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 豚もも肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、おから、ブロッコリー 木綿豆腐、さつまいも、かつおだし汁、みそ	ソフトクッキー	小麦粉、ベーキングパウダー 油、砂糖
19火	軟飯 マーボー豆腐、もやし中華和え スープ	米、しょうゆ、砂糖 豆腐、鶏ひき肉、玉ねぎ、人参、みそ、もやし、絹さや、コーン 白菜、えのき、かつおだし汁	しめじとさつま芋ご飯風 軟飯	米、さつま芋、しめじ
20水	軟飯 白身魚フライ風、キャベツのおかか和え みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 たら、小麦粉、パン粉、キャベツ、人参、かつお節 ほうれん草、麩、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	ほうれん草おにぎり	ほうれん草、米、しょうゆ
21木	軟飯 八宝菜、はるさめサラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖 豚もも肉、白菜、ピーマン、玉ねぎ、人参、きゅうり、みかん缶 白菜、えのき、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
22金	軟飯 鶏肉のオーロラソース和え、ほうれん草のお浸し みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏むね肉、ケチャップ、ほうれん草、人参 かぼちゃ、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	かぼちゃリゾット	米、かぼちゃ かつおだし汁
23土	お弁当の日 			
25月	軟飯 コロッケ風、いんげんの炒め煮 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 じゃが芋、鶏ひき肉、小麦粉、パン粉、いんげん、油揚げ、人参 キャベツ、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	いろいろ	小麦粉、上新粉、砂糖
26火	軟飯 鶏肉のトマト煮、かぼちゃサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏むね肉、コーン、玉ねぎ、人参、トマト缶、グリーンピース、かぼちゃ、きゅうり もやし、豆腐、かつおだし汁、みそ	きなこトースト	食パン、きなこ、砂糖
27水	軟飯 三色どんぶり風軟飯 卵の花 にゅうめん汁	米、しょうゆ、砂糖、鶏ひき肉、ほうれん草、のり おから、人参、油揚げ、ちくわ そうめん、小松菜、かつおだし汁	おふラスク	麩、油、砂糖、きなこ
28木	軟飯 かれないのみそ煮、大根と揚げの煮物 すまし汁	米、しょうゆ、砂糖 かれない、みそ、大根、油揚げ、人参 木綿豆腐、ほうれん草、かつおだし汁	ポン菓子	米、砂糖
29金	軟飯、チキンカツ風 ケチャップスパゲティ、コールスローサラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖、鶏肉、小麦粉、パン粉 スパゲティ、人参、玉ねぎ、ケチャップ、大根、キャベツ、コーン ブロッコリー、えのき、かつおだし汁	ベジタブルブレッド	小麦粉、ベーキングパウダー ブロッコリー、人参、キャベツ 
30土	お弁当の日			