



令和4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 土	元日		17 月	すりつぶしがゆ 白菜のすりつぶし スープ	米 白菜 豆腐、人参 昆布だし 
3 月			18 火	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
4 火			19 水	すりつぶしがゆ 大根のすりつぶし スープ	米 大根 人参、もやし 昆布だし
5 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 玉ねぎ、人参 昆布だし	20 木	すりつぶしがゆ 人参のすりつぶし スープ	米 人参 いんげん、大根 昆布だし
6 木	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	21 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 豆腐、人参 昆布だし
7 金	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 土	お弁当の日 	
8 土	お弁当の日 		24 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 キャベツ、玉ねぎ 昆布だし
10 月	成人の日 		25 火	すりつぶしがゆ 白菜のすりつぶし スープ	米 白菜 人参、かぼちゃ 昆布だし
11 火	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	26 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 もやし、白菜 昆布だし
12 水	すりつぶしがゆ 豆腐のすりつぶし スープ	米 豆腐 小松菜、人参 昆布だし	27 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
13 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 玉ねぎ、もやし 昆布だし	28 金	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、玉ねぎ 昆布だし
14 金	すりつぶしがゆ じゃが芋のすりつぶし スープ	米 じゃがいも 大根、人参 昆布だし	29 土	お弁当の日 	
15 土	お弁当の日		31 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、人参 昆布だし

令和4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 土	元日			
3 月				
4 火	お弁当の日			
5 水	かゆ じゃが芋のそぼろあん、ブロッコリーサラダ スープ	米 鶏ひき肉、じゃが芋、玉ねぎ、ブロッコリー、人参 里芋、かつおだし汁	ツナぞうすい	ツナ、人参、米 かつおだし汁
6 木	かゆ ピンクサーモンのさつと煮、いんげんの和え物 スープ	米 ピンクサーモン、いんげん、人参 麩、ほうれん草、玉ねぎ、かつおだし汁	さつまいもきんとん	さつまいも
7 金	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	七草粥	七草、米 かつおだし汁
8 土	お弁当の日			
10 月	成人の日			
11 火	かゆ たららの煮つけ、切干大根の煮物 スープ	米 たらら、切干大根、人参 大根、豆腐、玉ねぎ、かつおだし汁	人参ケーキ	小麦粉、ベーキングパウダー 砂糖、人参
12 水	かゆ 鶏むねの柳川風煮もの、ほうれん草の白和え スープ	米 鶏胸肉、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	にゅうめん	そうめん、小松菜、人参 かつおだし汁
13 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 もやし、チンゲン菜、かつおだし汁	野菜ぞうすい	米、チンゲン菜、玉ねぎ 人参、かつおだし汁
14 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	バナナ	バナナ
15 土	お弁当の日			
17 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	きな粉蒸しパン	小麦粉、ベーキングパウダー きなこ、砂糖
18 火	かゆ たららのおろし煮、やわらかごぼう炊き スープ	米 たらら、大根、ごぼう、人参、いんげん 豆腐、麩、かつおだし汁	豆腐ぞうすい	米、豆腐、いんげん 人参、かつおだし汁
19 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	大根がゆ	米、大根 人参、かつおだし汁
20 木	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 ほうれん草、かつおだし汁	うどん	うどん、大根、人参、いんげん かつおだし汁
21 金	かゆ 鶏肉のさつぱり煮、かぼちゃのぼつてり煮 スープ	米 鶏もも肉、じゃが芋、かぼちゃ、人参 豆腐、もやし、かつおだし汁	野菜蒸しパン	小麦粉、ベーキングパウダー 砂糖、かぼちゃ、人参
22 土	お弁当の日			
24 月	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 豆腐、玉ねぎ、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、ツナ、ブロッコリー
25 火	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	ボン米	白米
26 水	かゆ 鶏肉のさつぱり煮、もやしサラダ スープ	米 鶏もも肉、もやし、きゅうり 豆腐、ほうれん草、白菜、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
27 木	かゆ たららのさつと煮、大根と人参の二色煮 スープ	米 たらら、人参 豆腐、大根、玉ねぎ、かつおだし汁	野菜リゾット風	米、キャベツ、玉ねぎ、人参 かつおだし汁
28 金	かゆ 野菜のそぼろ煮、マカロニサラダ スープ	米 鶏ミンチ、大根、人参、マカロニ、ブロッコリー 豆腐、チンゲン菜、玉ねぎ、かつおだし汁	きなこがゆ	米、きなこ
29 土	お弁当の日			
31 月	かゆ 煮込み鶏バーグ、白菜の和え物 スープ	米 鶏ひき肉、玉ねぎ、白菜、人参 絹さや、昆布だし汁	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

令和4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 土	元日 			
3 月				
4 火				
5 水	かゆ コロケ風、ブロッコリーサラダ みそ汁	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 里芋、かつおだし汁、みそ、パン粉、小麦粉	ツナぞうすい	ツナ、人参、米 かつおだし汁、しょうゆ
6 木	かゆ、ピンクサーモンのさっと煮 いんげんの和え物 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 ピンクサーモン、いんげん、人参 麩、ほうれん草、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	さつまいもきんとん	さつまいも、砂糖
7 金	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	七草粥	米、七草 かつおだし汁、しょうゆ
8 土	お弁当の日			
10 月	成人の日 			
11 火	かゆ たらの煮つけ、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 大根、豆腐、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	人参ケーキ	小麦粉、ベーキングパウダー 砂糖、人参
12 水	かゆ、ほうれん草の白和え 鶏ささみの柳川風煮もの 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	にゅうめん	そうめん、小松菜、人参 かつおだし汁、しょうゆ
13 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 もやし、チンゲン菜、かつおだし汁、みそ、みかん缶	野菜ぞうすい	米、チンゲン菜、玉ねぎ 人参、かつおだし汁、しょうゆ
14 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 
15 土	お弁当の日			
17 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	きな粉蒸しパン	小麦粉、ベーキングパウダー きなこ、油、砂糖
18 火	かゆ 赤魚のおろし煮、やわらかごぼう炊き みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 赤魚、大根、ごぼう、人参、いんげん 豆腐、麩、かつおだし汁、みそ	豆腐ぞうすい	米、豆腐、いんげん 人参、かつおだし汁、しょうゆ
19 水	かゆ、もやしの和え物 鶏肉と野菜のホクホク煮 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	大根がゆ 	米、大根 人参、かつおだし汁、しょうゆ
20 木	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 ほうれん草、かつおだし汁	うどん 	うどん、大根、人参、いんげん かつおだし汁、しょうゆ
21 金	かゆ、かぼちゃのぼつてり煮 鶏肉のさっぱり煮 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、じゃが芋、かぼちゃ、人参 豆腐、もやし、かつおだし汁、みそ	野菜蒸しパン	小麦粉、ベーキングパウダー 砂糖、かぼちゃ、人参
22 土	お弁当の日			
24 月	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 豆腐、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ、ツナ	オニオンブレッド	小麦粉、ベーキングパウダー 玉ねぎ、ツナ、ブロッコリー
25 火	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	ボン米	白米、砂糖
26 水	かゆ 鶏肉のさっぱり煮、もやしサラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、もやし、きゅうり 豆腐、ほうれん草、白菜、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
27 木	かゆ たらのさっと煮、大根と人参の二色煮 スープ	米、しょうゆ、砂糖 たら、おから、人参 豆腐、大根、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	野菜リゾット風	米、キャベツ、玉ねぎ、人参 かつおだし汁、しょうゆ
28 金	かゆ 野菜のそぼろ煮、マカロニサラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖 鶏ミンチ、大根、人参、マカロニ、ブロッコリー 豆腐、チンゲン菜、玉ねぎ、かつおだし汁	きなこがゆ	米、きなこ 
29 土	お弁当の日			
31 月	かゆ 煮込み鶏バーグ、白菜の和え物 スープ	米、しょうゆ、砂糖 鶏ひき肉、玉ねぎ、白菜、人参 絹さや、昆布だし汁	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

令和4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 土	元日			
3 月				
4 火				
5 水	軟飯 コロッセ風、ブロッコリーサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、コーン、ツナ缶 鶏ひき肉、じゃが芋、小麦粉、パン粉、ブロッコリー 玉ねぎ、里芋、かつおだし汁、みそ、人参	五平もち	米、みそ、砂糖
6 木	軟飯、いんげんのごま和え ピンクサーモンの磯焼き みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 ピンクサーモン、いんげん、人参 ほうれん草、玉ねぎ、しめじ、かつおだし汁	大学芋	さつまいも、砂糖、しょうゆ
7 金	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、麩、かつおだし汁	七草がゆ	米、七草、しょうゆ
8 土	お弁当の日			
10 月	成人の日			
11 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、グリーンピース たら、小麦粉、パン粉、切干大根、人参、油揚げ 大根、豆腐、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	いちごカップケーキ	ホットケーキミックス、いちごジャム 油
12 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 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	スティックパン	食パン
13 木	軟飯 鶏すき、きゅうりサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、きゅうり、みかん缶 鶏もも肉、白菜、焼き豆腐、しめじ、人参、玉ねぎ、 もやし、チンゲン菜、かつおだし汁、みそ	小豆がゆ	米、ゆであずき缶
14 金	あつさりカレーライス 和風大根サラダ バナナ	米、しょうゆ、砂糖、鶏もも、じゃが芋、玉ねぎ 大根、きゅうり、人参、ツナ缶、カレールウ、グリーンピース バナナ	おふラスク	麩、油、きなこ、砂糖
15 土	お弁当の日			
17 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	きなこ蒸しパン	ホットケーキミックス、きなこ 砂糖、油
18 火	軟飯 たらのおろし煮、やわらかごぼう炊き けんちん汁	米、しょうゆ、砂糖 たら、大根、ごぼう、人参、いんげん 豆腐、麩、かつおだし汁、みそ	豆腐ぞうすい	米、豆腐、いんげん 人参、かつおだし汁、しょうゆ
19 水	親子丼風軟飯 もやしのナムル スープ	米、しょうゆ、砂糖、鶏もも肉、玉ねぎ、絹さや もやし、人参 大根、コーン、かつおだし汁	大根がゆ	米、大根 人参、かつおだし汁、しょうゆ
20 木	軟飯 五目うどん、いんげんのごま和え りんご	米、しょうゆ、砂糖 うどん、豚肉、大根、人参、ごぼう、しめじ りんご、いんげん、鶏ささみ	ごまおにぎり(軟飯)	米、ごま
21 金	軟飯 チキンカツ風、かぼちゃサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、小麦粉、パン粉、かぼちゃ、人参 豆腐、もやし、かつおだし汁、みそ	スノーボール	小麦粉、片栗粉、油、砂糖
22 土	お弁当の日			
24 月	軟飯 鶏のレモン煮、コールスローサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、ブロッコリー、人参、コーン 鶏むね肉、小麦粉、レモン果汁、ツナ缶、キャベツ 豆腐、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	オニオンブレッド	ホットケーキミックス 玉ねぎ、ハム
25 火	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	ポン菓子	米、砂糖
26 水	軟飯 唐揚げ、もやしサラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、もやし、きゅうり 豆腐、ほうれん草、白菜、かつおだし汁	手作りクッキー	小麦粉、油、砂糖
27 木	軟飯 たらの野菜あんかけ、卵の花 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、ちくわ たら、片栗粉、えのき、絹さや、おから、人参、油揚げ 豆腐、大根、玉ねぎ、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、しょうゆ
28 金	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、マカロニ、ブロッコリー 厚揚げ、豚ひき肉、人参、大根、グリーンピース 豆腐、チンゲン菜、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	きなこパン	食パン、きなこ、砂糖
29 土	お弁当の日			
31 月	かゆ 煮込み鶏バーグ、白菜の和え物 スープ	米、しょうゆ、砂糖 鶏ひき肉、玉ねぎ、白菜、人参 絹さや、昆布だし汁	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