

令和4年7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 豆腐のすりつぶし スープ	米 豆腐 白菜、玉ねぎ 昆布だし	16 土	お弁当の日	
2 土	お弁当の日		18 月	海の日 	
4 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、人参 昆布だし	19 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 ほうれん草、玉ねぎ 昆布だし
5 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 豆腐、人参 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 玉ねぎ、いんげん 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 キャベツのすりつぶし スープ	米 キャベツ 玉ねぎ、人参 昆布だし
7 木	すりつぶしがゆ 人参のすりつぶし スープ	米 人参 きゅうり、ほうれん草 昆布だし	22 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 玉ねぎ、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 大根、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 人参のすりつぶし スープ	米 人参 玉ねぎ、ほうれん草 昆布だし
11 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 人参、木綿豆腐 昆布だし	26 火	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
12 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 白菜、人参 昆布だし	27 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
13 水	すりつぶしがゆ 人参のすりつぶし スープ	米 人参 きゅうり、玉ねぎ 昆布だし	28 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 玉ねぎ、人参 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 なす、かぼちゃ 昆布だし	29 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 きゅうり、玉ねぎ 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 玉ねぎ、人参 昆布だし	30 土	お弁当の日 	

令和4年7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 たららの煮つけ、人参の甘煮 スープ	米、かつおだし汁 たら、ごぼう、人参、いんげん 豆腐、白菜、玉ねぎ	豆腐の五目煮	豆腐、大根、人参、玉ねぎ かつおだし汁
2 土	お弁当の日 			
4 月	かゆ 鶏むね肉の照り煮、ブロッコリーサラダ スープ	米 鶏むね肉、ブロッコリー、人参 キャベツ、ごぼう、かつおだし汁	野菜がゆ	米、ブロッコリー 人参、かつおだし汁
5 火	かゆ 白身魚と野菜の蒸し煮、白和え スープ	米、豆腐 たら、人参、いんげん、ほうれん草 もやし、かつおだし汁	スープスパゲティ	スパゲティ、ほうれん草、玉ねぎ ツナ、かつおだし汁
6 水	かゆ、鶏ささみとキャベツの蒸し煮 マカロニサラダ スープ	米、鶏ささみ、キャベツ、赤パプリカ マカロニ、人参、きゅうり 大根、豆腐、かつおだし汁	ポン米	米、砂糖
7 木	かゆ 高野豆腐の煮もの、もやしサラダ スープ	米、きゅうり、もやし 高野豆腐、鶏むね肉、人参 そうめん、かつおだし汁	にゅうめん	そうめん 人参、かつおだし汁
8 金	かゆ 鶏の野菜あんかけ、大根サラダ スープ	米、きゅうり 鶏もも肉、玉ねぎ、人参、大根 かぼちゃ、かつおだし汁	おから蒸しパン	小麦粉、ベーキングパウダー おから、砂糖
9 土	お弁当の日 			
11 月	かゆ、鶏むね肉のさっと煮 コールスローサラダ スープ	米 鶏むね肉、キャベツ、人参 豆腐、ごぼう、かつおだし汁	豆腐とキャベツがゆ	米、キャベツ 豆腐、かつおだし汁
12 火	かゆ 洋風そぼろあん、きゅうりサラダ スープ	米、ほうれん草 鶏ひき肉、キャベツ、ピーマン、もやし 白菜、人参、玉ねぎ、かつおだし汁	おかかぞうすい	米、かつおぶし 人参、かつおだし汁
13 水	かゆ、ピンクサーモンの煮つけ 切り干し大根の煮もの スープ	米 ピンクサーモン、人参、切り干し大根 もやし、白菜、かつおだし汁	きなこがゆ	米、きなこ
14 木	かゆ マーボ豆腐、きゅうりの和え物 スープ	米、もやし、人参、みかん缶 豆腐、鶏ひき肉、玉ねぎ、きゅうり なす、絹さや、かつおだし汁	おとうふケーキ	小麦粉、ベーキングパウダー 砂糖、豆腐
15 金	かゆ 鶏もも肉のほっこり煮、スパゲティサラダ スープ	米、スパゲティ、きゅうり 鶏もも肉、じゃが芋 人参、玉ねぎ、かつおだし汁	すいか	すいか
16 土	お弁当の日 			
18 月	海の日 			
19 火	かゆ じゃが芋のそぼろ煮、ブロッコリーのサラダ スープ	米、人参、ブロッコリー 鶏ひき肉、じゃが芋 ほうれん草、玉ねぎ、かつおだし汁	ぞうすい	米、白菜、ほうれん草、人参 かつおだし汁
20 水	かゆ たらと野菜のさっぱり煮、人参甘煮 スープ	米、ごぼう、絹さや たら、人参、ピーマン 玉ねぎ、かつおだし汁	人参蒸しパン	小麦粉、ベーキングパウダー 砂糖、人参
21 木	かゆ、鶏もも肉のほくほく煮 いんげんの和え物 スープ	米、人参、いんげん 鶏もも肉、玉ねぎ キャベツ、かつおだし汁	煮込みうどん	うどん、人参、玉ねぎ、キャベツ かつおだし汁
22 金	かゆ 鶏むね肉のさっぱり煮、ポテトサラダ スープ	米、きゅうり、玉ねぎ、人参 鶏むね肉、じゃが芋 麩、かつおだし汁	バナナケーキ	小麦粉、ベーキングパウダー 砂糖、バナナ
23 土	お弁当の日 			
25 月	かゆ たららのやわらか煮、ごぼうサラダ スープ	米 たら、ごぼう、人参、絹さや 玉ねぎ、麩、かつおだし汁	鶏ぞうすい	米、鶏むね、人参 かつおだし汁
26 火	かゆ 五目そぼろ煮、白菜お浸し スープ	米 鶏ひき肉、白菜、ピーマン、玉ねぎ、人参 かつおだし汁	きなこ蒸しパン	きなこ、砂糖 小麦粉、ベーキングパウダー
27 水	かゆ かぼちゃのそぼろ煮、キャベツの和え物 スープ	米、キャベツ、人参、きゅうり かぼちゃ、鶏ひき肉、 玉ねぎ、かつおだし汁	野菜うどん	うどん、キャベツ、人参 かつおだし汁
28 木	かゆ 鶏むね肉のマリネ、キャベツのサラダ スープ	米 鶏むね肉、ピーマン、黄パプリカ、キャベツ もやし、人参、玉ねぎ、かつおだし汁	みかん蒸しパン	みかん缶 小麦粉、ベーキングパウダー
29 金	かゆ 鶏じゃが煮、かぼちゃサラダ スープ	米 鶏もも肉、じゃが芋、かぼちゃ、きゅうり 麩、玉ねぎ、人参、かつおだし汁	かぼちゃがゆ	米、かぼちゃ、人参 かつおだし汁 
30 土	お弁当の日 			

令和4年7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 たらの煮つけ、ごぼうの甘煮 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 たら、ごぼう、人参、いんげん 豆腐、白菜、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	豆腐の五目煮	豆腐、大根、人参、玉ねぎ かつおだし汁、しょうゆ
2 土	お弁当の日			
4 月	かゆ、鶏むね肉の照り煮 ブロッコリーサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏むね肉、ブロッコリー、人参 キャベツ、ごぼう、かつおだし汁、みそ	野菜がゆ 	米、ブロッコリー 人参、かつおだし汁、しょうゆ
5 火	かゆ 白身魚と野菜の蒸し煮、白和え みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 たら、人参、ほうれん草、豆腐 もやし、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	スープスパゲティ	スパゲティ、ほうれん草、玉ねぎ ツナ、かつおだし汁、しょうゆ
6 水	かゆ、豚肉とキャベツの蒸し煮 マカロニサラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖、豚もも肉、キャベツ マカロニ、人参、きゅうり、赤パプリカ 大根、豆腐、かつおだし汁	ボン米	米、砂糖
7 木	かゆ 高野豆腐の煮もの、もやしサラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖 高野豆腐、鶏むね肉、人参、きゅうり、もやし そうめん、かつおだし汁	にゅうめん	そうめん、人参 かつおだし汁、しょうゆ
8 金	かゆ 鶏の野菜あんかけ、大根サラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、玉ねぎ、人参、大根、きゅうり かぼちゃ、かつおだし汁、みそ	おから蒸しパン	小麦粉、ベーキングパウダー おから、砂糖
9 土	お弁当の日 			
11 月	かゆ、鶏むね肉のさつと煮 コールスローサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏むね肉、キャベツ、人参 豆腐、ごぼう、かつおだし汁、みそ	豆腐とキャベツがゆ	米、キャベツ 豆腐、かつおだし汁、しょうゆ
12 火	かゆ 洋風そぼろあん、もやしの和えもの スープ	米、しょうゆ、砂糖、もやし、ほうれん草 鶏ひき肉、キャベツ、ピーマン 白菜、人参、玉ねぎ、かつおだし汁	おかかぞうすい	米、かつおぶし かつおだし汁、しょうゆ
13 水	かゆ、ピンクサーモンの煮つけ 切干大根の煮もの みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 ピンクサーモン、切干大根、人参 玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	きなこがゆ	米、きなこ
14 木	かゆ、茄子入りマーボ豆腐 きゅうりの和え物 スープ	米、しょうゆ、砂糖、豆腐、鶏ひき肉 きゅうり、もやし、人参、なす、玉ねぎ かぼちゃ、絹さや、かつおだし汁	おとうふケーキ	小麦粉、ベーキングパウダー 砂糖、豆腐
15 金	かゆ 鶏じゃが、スパゲティサラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖、きゅうり 鶏もも肉、じゃが芋、玉ねぎ、スパゲティ 人参、かつおだし汁	すいか	すいか
16 土	お弁当の日 			
18 月	海の日			
19 火	かゆ、じゃが芋のそぼろ煮 ブロッコリーのサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、みそ 鶏ひき肉、じゃが芋、人参、ブロッコリー ほうれん草、玉ねぎ、かつおだし汁	ぞうすい	米、白菜、ほうれん草、人参 かつおだし汁、しょうゆ
20 水	かゆ たらと野菜のさつぱり煮、きんぴら風 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 たら、人参、ピーマン、ごぼう、絹さや 玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	人参蒸しパン	小麦粉、ベーキングパウダー 砂糖、人参
21 木	かゆ、鶏もも肉のほくほく煮 いんげんの和え物 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、玉ねぎ、人参、いんげん キャベツ、かつおだし汁、みそ	煮込みうどん	うどん、人参、玉ねぎ、キャベツ かつおだし汁、しょうゆ
22 金	かゆ、鶏むね肉のさつぱり煮 ポテトサラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖、玉ねぎ、人参 鶏むね肉、じゃが芋、きゅうり 麩、かつおだし汁	バナナケーキ	小麦粉、ベーキングパウダー 砂糖、バナナ
23 土	お弁当の日 			
25 月	かゆ たらのやわらか煮、ごぼうサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 たら、人参、ごぼう、絹さや 玉ねぎ、麩、かつおだし汁、みそ	鶏ぞうすい	米、鶏むね、人参 かつおだし汁、しょうゆ
26 火	かゆ 五目煮、白菜お浸し スープ	米、しょうゆ、砂糖 豚もも肉、白菜、ピーマン、人参 玉ねぎ、かつおだし汁	きなこ蒸しパン	きなこ、砂糖 小麦粉、ベーキングパウダー
27 水	かゆ かぼちゃの煮物、キャベツの和え物 スープ	米、しょうゆ、砂糖 かぼちゃ、豚もも肉、キャベツ、人参 玉ねぎ、かつおだし汁、きゅうり	野菜うどん	うどん、キャベツ、人参 かつおだし汁、しょうゆ
28 木	かゆ、鶏むね肉のマリネ キャベツのサラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖、鶏むね肉、ピーマン 玉ねぎ、人参、キャベツ、黄パプリカ もやし、かつおだし汁	みかん蒸しパン	みかん缶 小麦粉、ベーキングパウダー
29 金	かゆ 肉じゃが、かぼちゃサラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖、きゅうり 豚もも肉、じゃが芋、玉ねぎ、かぼちゃ 麩、人参、かつおだし汁	かぼちゃがゆ 	米、かぼちゃ、人参 かつおだし汁、しょうゆ
30 土	お弁当の日			



令和4年7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 焼きたら、やわらかごぼう炊き みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 たら、ごぼう、人参、いんげん 豆腐、白菜、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	ココロ揚げ	高野豆腐、砂糖、きなこ 油
2 土	お弁当の日			
4 月	軟飯 鶏むね肉の甘辛照焼き、おからサラダ キャベツ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、片栗粉、ごま、マヨレ 鶏むね肉、おから、ブロッコリー、人参 キャベツ、ごぼう、かつおだし汁、みそ	野菜がゆ	米、ブロッコリー 人参、かつおだし汁、しょうゆ
5 火	軟飯 たらのつけ焼き、ほうれん草の白和え みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、ごま たら、ほうれん草、人参、ちくわ、豆腐 もやし、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	冷製スパゲティ	スパゲティ、ツナ缶、ホールトマト缶 かつおだし汁、しょうゆ
6 水	軟飯、豚肉とキャベツのみそ炒め煮 マカロニサラダ すまし汁	米、しょうゆ、砂糖、赤みそ、マヨレ、豚もも肉 キャベツ、赤パプリカ、マカロニ、人参、きゅうり、コーン 大根、豆腐、油揚げ、わかめ、かつおだし汁	ポン菓子	米、砂糖
7 木	ちらし寿司風軟飯 きゅうりと鶏肉の和え物 そうめん汁	米、しょうゆ、砂糖、のり、ごま、ちりめんじゃこ 高野豆腐、グリーンピース、きゅうり、もやし、鶏むね肉 そうめん、人参、かつおだし汁	七夕ゼリー	粉末寒天、オレンジジュース 冰糖みつ
8 金	軟飯 豚ひき肉のトマト煮、大根サラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 豚ひき肉、トマト缶、大根、きゅうり、人参 かぼちゃ、玉ねぎ、油揚げ、かつおだし汁、みそ	おからドーナツ	おから、砂糖 小麦粉、ベーキングパウダー、油
9 土	お弁当の日			
11 月	軟飯 バーベキューチキン、コールスローサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏むね肉、ケチャップ、ウスターソース、キャベツ 豆腐、ごぼう、かつおだし汁、みそ、人参	野菜おにぎり	米、しょうゆ キャベツ、人参
12 火	軟飯 焼きそば、もやしのナムル スープ	米、しょうゆ、砂糖、ソース、青のり、焼きそば麺 豚もも肉、玉ねぎ、キャベツ、ピーマン、もやし 白菜、人参、かつおだし汁、ほうれん草	おかかおにぎり	米、かつお節、しょうゆ
13 水	軟飯 ピンクサーモンの塩焼き、切干大根の煮物 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、塩 ピンクサーモン、切干大根、人参、油揚げ、グリーンピース 玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	レーズンクッキー	小麦粉、油、砂糖、レーズン
14 木	軟飯 茄子入りマーボー豆腐、きゅうりサラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖、みそ、片栗粉 豆腐、鶏ひき肉、なす、玉ねぎ、人参、もやし、きゅうり かぼちゃ、えのき、絹さや、かつおだし汁	おとうふケーキ	ホットケーキミックス 豆腐
15 金	あつさりカレーライス スパゲティサラダ すいか	米、鶏もも肉、玉ねぎ、じゃが芋、グリーンピース、カレールウ スパゲティ、コーン、きゅうり、人参、マヨレ すいか	水ようかん	こしあん、砂糖、粉末寒天
16 土	お弁当の日			
18 月	海の日			
19 火	軟飯 コロッケ風、ブロッコリーの中華サラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、小麦粉、パン粉 鶏ひき肉、じゃが芋、人参、ブロッコリー、ちりめんじゃこ ほうれん草、油揚げ、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	こぎつねご飯風軟飯	米、油揚げ、人参、かつおだし汁 しょうゆ、砂糖
20 水	軟飯 たらの南蛮漬け、ごぼうの炒め煮 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、ごま、片栗粉 たら、人参、ピーマン、ごぼう、人参、絹さや なめこ、玉ねぎ、わかめ、かつおだし汁、みそ	人参蒸しパン	小麦粉、ベーキングパウダー 砂糖、人参
21 木	鶏丼風軟飯 いんげんごま和え みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、鶏もも肉、玉ねぎ、のり いんげん、人参、ごま キャベツ、えのき、油揚げ、わかめ、かつおだし汁、みそ	うどんスナック	うどん、砂糖、油
22 金	軟飯 チキン南蛮風、さつぱりポテトサラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖、小麦粉 鶏むね肉、じゃが芋、きゅうり、玉ねぎ、人参、おから コーン、玉ねぎ、かつおだし汁	バナナケーキ	小麦粉、ベーキングパウダー 砂糖、バナナ
23 土	お弁当の日			
25 月	軟飯 白身魚フライ風、ごぼうサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、マヨレ たら、小麦粉、パン粉、ごぼう、人参、絹さや、コーン 玉ねぎ、麩、わかめ、かつおだし汁、みそ	マーラーカオ	ホットケーキミックス しょうゆ、ごま油
26 火	軟飯 八宝菜、人参甘煮 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 わかめ、コーン、かつおだし汁	わらび餅	片栗粉、きな粉、砂糖
27 水	軟飯 冷やしうどん、キャベツ和え物 かぼちゃのそぼろ煮	米、しょうゆ、砂糖、かつお節、ごま うどん、豚もも肉、油揚げ、きゅうり、キャベツ、人参、わかめ かぼちゃ、鶏ひき肉、かつおだし汁	昆布おにぎり	米、昆布佃煮
28 木	軟飯 鶏肉のマリネ、キャベツサラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖、鶏むね肉 ピーマン、黄パプリカ、玉ねぎ、人参、キャベツ、コーン もやし、わかめ、かつおだし汁	みかん蒸しパン	みかん缶 小麦粉、ベーキングパウダー
29 金	あつさりハヤシライス かぼちゃのサラダ パイン缶	米、豚もも肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、グリーンピース かぼちゃ、きゅうり、コーン、しょうゆ、砂糖、ハヤシルウ パイン缶	ロッククッキー	小麦粉、油、砂糖
30 土	お弁当の日			

