



令和4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 土	お弁当の日		17 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
3 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 きゅうり、人参 昆布だし	18 火	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、人参 昆布だし
4 火	すりつぶしがゆ 白菜のすりつぶし スープ	米 白菜 キャベツ、玉ねぎ 昆布だし	19 水	すりつぶしがゆ さつまいものすりつぶし スープ	米 さつまいも、白菜 玉ねぎ、白菜 昆布だし
5 水	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	20 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、キャベツ 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 白菜、玉ねぎ 昆布だし	21 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
7 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 玉ねぎ、豆腐 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 豆腐、ほうれんそう 昆布だし
10 月	スポーツの日 		25 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、人参 昆布だし
11 火	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	26 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
12 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 ほうれん草、人参 昆布だし	27 木	すりつぶしがゆ ほうれんそうのすりつぶし スープ	米 ほうれんそう 人参、白菜 昆布だし
13 木	すりつぶしがゆ 大根のすりつぶし スープ	米 大根 人参、ほうれんそう 昆布だし	28 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、人参 昆布だし
14 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	29 土	お弁当の日 	
15 土	お弁当の日 		31 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 ほうれんそう、玉ねぎ 昆布だし



令和4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 土	お弁当の日			
3 月	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	キャベツと人参のおかゆ	米、キャベツ 人参、かつおだし汁
4 火	かゆ 鶏肉のすき煮、もやしのお浸し スープ	米、麩 鶏もも肉、豆腐、玉ねぎ、白菜、もやし、きゅうり キャベツ、人参、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
5 水	かゆ、切干大根の煮物 ピンクサーモンの煮つけ スープ	米 ピンクサーモン、切干大根、人参 豆腐、大根、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
6 木	かゆ 鶏肉のほくほく煮、マカロニサラダ スープ	米 鶏むね肉、玉ねぎ、ピーマン、マカロニ、きゅうり 白菜、人参、かつおだし汁	白菜のおかかかゆ	米、白菜、かつおぶし 人参、かつおだし汁
7 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、絹さや、かぼちゃ 里芋、玉ねぎ、豆腐、ほうれん草、かつおだし汁	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
8 土	お弁当の日			
10 月	スポーツの日 			
11 火	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、豆腐、かつおだし汁	みかんゼリー	みかん缶 片栗粉
12 水	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、豆腐、かつおだし汁	ぞうすい	米、ほうれん草、玉ねぎ かつおだし汁
13 木	かゆ たらのおろし煮、やわらか野菜炊き 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	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
14 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、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	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
15 土	お弁当の日			
17 月	かゆ、ブロッコリーサラダ 鶏と野菜のやわらか煮 スープ	米 鶏むね肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、ブロッコリー 豆腐、さつま芋、かつおだし汁	きなこかゆ	米、きなこ
18 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 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 豆腐、砂糖
19 水	かゆ たらの野菜あんかけ、白菜煮浸し スープ	米 たら、玉ねぎ、人参、絹さや、白菜 さつま芋、玉ねぎ、かつおだし汁	さつまいもかゆ	米、さつま芋、かつおだし汁
20 木	かゆ 鶏もも肉のチャンボン風煮、人参の甘煮 スープ	米 鶏もも肉、チンゲン菜、玉ねぎ、キャベツ、ごぼう 絹さや、人参、かつおだし汁	人参リゾット風	米、人参、玉ねぎ かつおだし汁
21 金	かゆ 鶏じゃが、キャベツの和え物 スープ	米 鶏もも肉、玉ねぎ、じゃが芋、人参、キャベツ 麩、かつおだし汁	バナナ	バナナ
22 土	お弁当の日 			
24 月	かゆ そぼろ煮、ブロッコリーのおかかかゆ スープ	米 鶏ひき肉、玉ねぎ、人参、ブロッコリー 豆腐、大根、ほうれん草、かつおだし汁	ほうれん白和え	豆腐、ほうれんそう、人参 かつおだし汁
25 火	かゆ たらの煮つけ、ふるふき大根 スープ	米 たら、大根、人参 ほうれん草、豆腐、玉ねぎ、かつおだし汁	ポン米	米、砂糖
26 水	かゆ 鶏肉のトマト煮、スパゲティサラダ スープ	米、トマト缶 鶏むね肉、玉ねぎ、人参、スパゲッティ、きゅうり もやし、豆腐、かつおだし汁	豆腐と人参のおかゆ	米、豆腐、人参 かつおだし汁
27 木	かゆ そぼろあんかけ、白菜あえもの スープ	米 鶏ひき肉、ほうれん草、人参 そうめん、白菜、かつおだし汁	お麩のふわふわ煮	麩、ほうれん草、白菜、人参 かつおだし汁
28 金	かゆ 鶏肉の煮つけ、かぼちゃサラダ スープ	米 鶏もも肉、かぼちゃ、人参、きゅうり 大根、玉ねぎ、かつおだし汁	かぼちゃ蒸しケーキ	小麦粉、ベーキングパウダー 砂糖、かぼちゃ
29 土	お弁当の日			
31 月	かゆ たらのあつさり煮、キャベツのおかかかゆ スープ	米 たら、キャベツ、人参 ほうれん草、麩、玉ねぎ、豆腐、かつおだし汁	さつまいもときなこのおかゆ	米、さつま芋、きなこ 



令和4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 土	お弁当の日			
3 月	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	キャベツと人参のおかゆ	米、キャベツ、人参 かつおだし汁、しょうゆ
4 火	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、玉ねぎ、白菜、麩、もやし、きゅうり キャベツ、人参、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
5 水	かゆ、切干大根の煮物 ピンクサーモンの煮つけ スープ	米、しょうゆ、砂糖 ピンクサーモン、切干大根、人参 豆腐、大根、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、しょうゆ
6 木	かゆ 豚肉のいため煮、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 白菜、かつおだし汁	白菜のおかかがゆ	米、白菜、人参、かつおぶし かつおだし汁、しょうゆ
7 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、絹さや、かぼちゃ 里芋、玉ねぎ、豆腐、ほうれん草、かつおだし汁	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
8 土	お弁当の日			
10 月	スポーツの日 			
11 火	かゆ、いんげんの和え物 じゃが芋のそぼろ煮 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、豆腐、かつおだし汁、みそ	みかんゼリー	みかん缶 片栗粉
12 水	かゆ、ほうれん草のお浸し 鶏肉のやわらか煮 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、豆腐、かつおだし汁、みそ	ぞうすい	米、ほうれん草、玉ねぎ かつおだし汁、しょうゆ
13 木	かゆ たらのおろし煮、やわらか野菜炊き 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	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、しょうゆ
14 金	かゆ、野菜ナムル 豚肉とじゃが芋の照り煮 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 豚もも肉、じゃが芋、玉ねぎ、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	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
15 土	お弁当の日 			
17 月	かゆ、ブロッコリーサラダ 豚肉と野菜のやわらか煮 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 豚もも肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、ブロッコリー 豆腐、さつま芋、かつおだし汁、みそ	きなこかゆ	米、きなこ
18 火	かゆ マーボー豆腐、もやしの中華和え 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 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 豆腐、砂糖
19 水	かゆ たらの野菜あんかけ、白菜煮浸し みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 たら、玉ねぎ、人参、絹さや、白菜 さつま芋、玉ねぎ、かつおだし汁	さつまいもがゆ	米、さつま芋、かつおだし汁
20 木	かゆ、柔らかごぼう煮 豚もも肉のチャンポン風煮 スープ	米、しょうゆ、砂糖 豚もも肉、チンゲン菜、玉ねぎ、キャベツ、ごぼう 絹さや、人参、かつおだし汁	人参リゾット風	米、人参、玉ねぎ かつおだし汁、しょうゆ
21 金	かゆ 肉じゃが、キャベツの和え物 スープ	米、しょうゆ、砂糖 豚もも肉、玉ねぎ、じゃが芋、人参、キャベツ 麩、かつおだし汁	バナナ	バナナ 
22 土	お弁当の日			
24 月	かゆ そぼろ煮、ブロッコリーのおかかかゆ 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 豆腐、大根、ほうれん草、かつおだし汁、みそ	ほうれん白和え	豆腐、ほうれんそう、人参 かつおだし汁、しょうゆ
25 火	かゆ たらの煮つけ、ふるふき大根 スープ	米、しょうゆ、砂糖 たら、大根、人参 ほうれん草、豆腐、玉ねぎ、かつおだし汁	ボン米	米、砂糖
26 水	かゆ 鶏肉のトマト煮、スパゲティサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、トマト缶 鶏むね肉、玉ねぎ、人参、スパゲティ、きゅうり もやし、豆腐、かつおだし汁、みそ	豆腐と人参のおかゆ	米、豆腐、人参 かつおだし汁、しょうゆ
27 木	かゆ そぼろあんかけ、白菜あえもの にゅうめん汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏ひき肉、ほうれん草、人参 そうめん、白菜、かつおだし汁	お麩のふわふわ煮	麩、ほうれん草、白菜、人参 かつおだし汁、しょうゆ
28 金	かゆ 鶏肉の煮つけ、かぼちゃサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、かぼちゃ、人参、きゅうり 大根、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	かぼちゃの蒸しケーキ	小麦粉、ベーキングパウダー 砂糖、かぼちゃ
29 土	お弁当の日 			
31 月	かゆ、キャベツのおかかかゆ たらのあつさり煮 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、豆腐、かつおだし汁、みそ	さつまいもときなこのおかゆ	米、さつま芋、きなこ



令和4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 土	お弁当の日			
3 月	軟飯 バーベキューチキン、フレンチサラダ 春雨スープ	米、しょうゆ、砂糖、ケチャップ、ソース 鶏むね肉、キャベツ、きゅうり、コーン、人参 春雨、もやし、わかめ、かつおだし汁	野菜おにぎり	米、キャベツ、人参 しょうゆ
4 火	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、麩 人参、玉ねぎ、白菜、もやし、きゅうり、わかめ キャベツ、えのき、油揚げ、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
5 水	軟飯、切干大根の煮物 ピンクサーモンの磯焼き けんちん汁	米、しょうゆ、砂糖、青のり ピンクサーモン、切干大根、油揚げ、人参、グリーンピース 豆腐、里芋、大根、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
6 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、マヨドレ、厚揚げ 豚もも肉、玉ねぎ、ピーマン、マカロニ、きゅうり、コーン 白菜、えのき、人参、かつおだし汁	水ようかん	こしあん、寒天、砂糖
7 金	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 かぼちゃ、グリーンピース、ほうれん草、豆腐 里芋、玉ねぎ、絹さや、かつおだし汁	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
8 土	お弁当の日			
10 月	スポーツの日 			
11 火	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、小麦粉、パン粉 じゃが芋、鶏ひき肉、いんげん、油揚げ、人参 キャベツ、玉ねぎ、豆腐、わかめ、かつおだし汁、みそ	みかん寒天	みかん缶、粉末寒天、砂糖
12 水	軟飯、ほうれん草のお浸し 鶏肉のオーロラソース和え みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、白ごま、マヨドレ 鶏むね肉、ケチャップ、ほうれん草、人参 かぼちゃ、玉ねぎ、豆腐、わかめ、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
13 木	軟飯 たらのおろし煮、やわらか野菜煮 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、油揚げ、かつおだし汁、みそ	ナポリタン	スパゲティ、ウインナー、玉ねぎ 人参、ピーマン、ケチャップ
14 金	軟飯 肉じゃが、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、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	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
15 土	お弁当の日			
17 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、マヨドレ 豚もも肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、おから、ブロッコリー 豆腐、さつまいも、かつおだし汁、みそ	わらび餅	片栗粉、砂糖 きな粉
18 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、みそ、もやし、絹さや、コーン ほうれん草、えのき、人参、かつおだし汁	ドーナツ	ホットケーキミックス、油
19 水	軟飯 たらの野菜あんかけ、白菜煮浸し みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、片栗粉 たら、玉ねぎ、人参、えのき、絹さや、白菜、油揚げ さつまいも、かつおだし汁、みそ	あんぱんまんせんべい	あんぱんまんのソフトせんべい
20 木	軟飯 チャンポン麺 中華麺、豚もも肉、チンゲン菜、もやし、キャベツ、玉ねぎ ごぼうの炒め煮	米、しょうゆ、砂糖 中華麺、豚もも肉、チンゲン菜、もやし、キャベツ、玉ねぎ ごぼう、絹さや、人参、白ごま	昆布おにぎり(軟飯)	米、昆布佃煮
21 金	あっさりハヤシライス キャベツの和え物 バナナ	米、しょうゆ、砂糖、豚もも肉、玉ねぎ、じゃが芋 キャベツ、人参、白ごま バナナ、グリーンピース、ハヤシルウ	ウインナーブレッド	ホットケーキミックス、ウインナー ケチャップ、マヨドレ、パセリ粉
22 土	お弁当の日			
24 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、かつお節 鶏ひき肉、玉ねぎ、小麦粉、パン粉、ブロッコリー、人参 豆腐、大根、ほうれん草、かつおだし汁、みそ	ういろう	小麦粉、上新粉、砂糖
25 火	軟飯 たらのみそ煮、大根と揚げの煮物 すまし汁	米、しょうゆ、砂糖 たら、みそ、大根、油揚げ、人参 豆腐、ほうれん草、玉ねぎ、かつおだし汁	ボン菓子	米、砂糖
26 水	軟飯 鶏肉のトマト煮、スパゲティサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、マヨドレ、トマト缶、グリーンピース 鶏むね肉、コーン、玉ねぎ、スパゲティ、きゅうり、コーン もやし、豆腐、わかめ、人参、かつおだし汁、みそ	ちんすこう	小麦粉、砂糖、油、塩
27 木	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、白菜、かつおだし汁	おふラスク	麩、油、砂糖、きなこ
28 金	あけぼの軟飯 鶏肉の揚げ浸し、かぼちゃサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、マヨドレ 鶏もも肉、片栗粉、かぼちゃ、人参、きゅうり 大根、玉ねぎ、油揚げ、かつおだし汁、みそ	ケーキ	ホットケーキミックス 黄桃缶、かぼちゃ
29 土	お弁当の日			
31 月	軟飯 白身魚フライ風、キャベツのごま和え みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、白ごま たら、小麦粉、パン粉、キャベツ、人参 ほうれん草、麩、玉ねぎ、豆腐、かつおだし汁、みそ	しめじとさつま芋ご飯風 軟飯 	米、さつま芋、しめじ しょうゆ