



令和4年11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 白菜のすりつぶし スープ	米 白菜 ほうれん草、さつまい 昆布だし	16 水	すりつぶしがゆ さつまいのすりつぶし スープ	米 さつまい 人参、ほうれん草 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 玉ねぎ、人参 昆布だし	17 木	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 ブロッコリー、人参 昆布だし
3 水	文化の日		18 金	すりつぶしがゆ じゃがいものすりつぶし スープ	米 じゃがいも 玉ねぎ、人参 昆布だし
4 金	すりつぶしがゆ 人参のすりつぶし スープ	米 人参 じゃが芋、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 豆腐のすりつぶし スープ	米 豆腐 玉ねぎ、人参 昆布だし
7 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、玉ねぎ 昆布だし	22 火	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、大根 昆布だし
8 火	すりつぶしがゆ 大根のすりつぶし スープ	米 大根 白菜、玉ねぎ 昆布だし	23 水	勤労感謝の日	
9 水	すりつぶしがゆ さつまいのすりつぶし スープ	米 さつまい ほうれん草、人参 昆布だし	24 木	すりつぶしがゆ 人参のすりつぶし スープ	米 人参 豆腐、キャベツ 昆布だし
10 木	すりつぶしがゆ 人参のすりつぶし スープ	米 人参 玉ねぎ、キャベツ 昆布だし	25 金	すりつぶしがゆ じゃがいものすりつぶし スープ	米 じゃがいも キャベツ、玉ねぎ 昆布だし
11 金	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、かぼちゃ 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 かぼちゃのすりつぶし スープ	米 かぼちゃ 人参、豆腐 昆布だし
14 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 人参、大根 昆布だし	29 火	すりつぶしがゆ 大根のすりつぶし スープ	米 大根 人参、玉ねぎ 昆布だし
15 火	すりつぶしがゆ 豆腐のすりつぶし スープ	米 豆腐 大根、白菜 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 白菜、人参 昆布だし



令和4年11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 火	かゆ 鶏そぼろ、ほうれん草のナムル スープ	米 鶏ひき肉、ほうれん草、もやし、人参 白菜、玉ねぎ、かつおだし汁	さつま芋煮	さつま芋
2 水	かゆ 鶏ささみのたくたく煮、かぼちゃサラダ スープ	米、鶏ささみ キャベツ、玉ねぎ、かぼちゃ、きゅうり ごぼう、麩、人参、かつおだし汁	キャベツかゆ	米、キャベツ、玉ねぎ、人参 ピーマン、かつおだし汁
3 木	文化の日			
4 金	かゆ 肉じゃが、もやしの和え物 スープ	米 鶏もも肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参 もやし、絹さや、かつおだし汁	バナナ 	バナナ
5 土	お弁当の日			
7 月	かゆ 鶏と玉ねぎの旨煮、きゅうりサラダ スープ	米 鶏もも肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参 キャベツ、かつおだし汁	やわらかスープパスタ	スパゲティ、かつおだし汁 玉ねぎ、人参、キャベツ
8 火	かゆ たらと野菜のやわらか煮、大根の出し煮 スープ	米 たら、玉ねぎ、人参、白菜 大根、かつおだし汁	人参クッキー	人参、小麦粉 砂糖、ベーキングパウダー
9 水	かゆ 鶏のやわらか煮、さつま芋サラダ スープ	米、鶏むね肉 玉ねぎ、人参、ピーマン、さつま芋、きゅうり ほうれん草、麩、かつおだし汁	りんごゼリー	りんごジュース、片栗粉
10 木	かゆ あっさり洋風煮込み、キャベツサラダ スープ	米、ホールトマト 鶏ささみ、玉ねぎ、人参、ピーマン、キャベツ もやし、かつおだし汁	ひじき粥	米、ひじき、人参 かつおだし汁
11 金	かゆ 肉豆腐、ほうれん草のお浸し スープ	米、鶏むね肉 豆腐、玉ねぎ、ほうれん草、人参、もやし かぼちゃ、かつおだし汁	かぼちゃリゾット風	米、かぼちゃ、玉ねぎ かつおだし汁
12 土	お弁当の日			
14 月	かゆ 鶏むね肉のとろみ煮、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 大根、ほうれん草、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、砂糖 玉ねぎ、ほうれん草、人参
15 火	かゆ たらの煮付け、白菜のお浸し スープ	米 たら、白菜、人参、いんげん 豆腐、大根、里芋、かつおだし汁	さつまいもと豆腐の甘煮	さつま芋、豆腐
16 水	かゆ 鶏むね肉の煮つけ、白和え スープ	米 鶏むね肉、人参、ほうれん草、豆腐 さつま芋、玉ねぎ、かつおだし汁	ほうれん草蒸しパン	小麦粉、ベーキングパウダー ほうれん草、さつまいも
17 木	かゆ 鶏肉の外マト煮、マカロニサラダ スープ	米、鶏もも肉、トマト缶 じゃが芋、玉ねぎ、マカロニ、ブロッコリー ほうれん草、人参、かつおだし汁	鶏ごぼうぞうすい	米、鶏もも肉、ごぼう、人参 かつおだし汁
18 金	かゆ ポトフ風、みかんとりんごのサラダ スープ	米、みかん缶、りんご 鶏もも肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、もやし 絹さや、かつおだし汁	あおさかゆ 	米、青のり、人参 かつおだし汁
19 土	お弁当の日			
21 月	かゆ 鶏むね肉の照煮、ごぼうのやわらか煮 スープ	米、しょうゆ、砂糖 鶏むね肉、ごぼう、人参 豆腐、玉ねぎ、かつおだし汁	お麩のふわふわ煮	麩、玉ねぎ、キャベツ、人参 かつおだし汁
22 火	かゆ、キャベツのごま和え 鶏肉と根菜の煮物 スープ	米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、大根、里芋、ごぼう、人参、キャベツ 玉ねぎ、かつおだし汁	おかかぞうすい	米、人参、大根 かつおぶし
23 水	勤労感謝の日			
24 木	かゆ たらのほっこり煮、いんげんの和え物 スープ	米 たら、玉ねぎ、人参、いんげん 豆腐、キャベツ、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 かつおだし汁
25 金	かゆ 鶏もも肉のやわらか煮、ポテトサラダ スープ	米 鶏もも肉、じゃが芋、きゅうり、人参 キャベツ、玉ねぎ、もやし、かつおだし汁	きなこがゆ	米、きなこ
26 土	お弁当の日			
28 月	かゆ そぼろ煮、かぼちゃの甘煮 スープ	米 かぼちゃ、鶏ひき肉 豆腐、人参、かつおだし汁	オレンジ蒸しパン	小麦粉、ベーキングパウダー オレンジジュース
29 火	かゆ、切干大根の旨煮 ピンクサーモンさっと煮 スープ	米 ピンクサーモン、切干大根、いんげん、人参 ごぼう、玉ねぎ、かつおだし汁	ボン米	米、砂糖
30 水	かゆ 鶏の五目煮、白菜の和え物 スープ	米 鶏もも肉、玉ねぎ、人参、ごぼう、絹さや、白菜 豆腐、かつおだし汁	ぞうすい	米、鶏もも肉、玉ねぎ、人参 かつおだし汁



令和4年 11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 肉そぼろ、ほうれん草のナムル スープ	米、しょうゆ、砂糖 豚ひき肉、ほうれん草、もやし、人参 白菜、玉ねぎ、かつおだし汁	さつま芋煮	さつま芋
2 水	かゆ 豚肉のくたくた煮、かぼちゃサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、豚ひき肉 キャベツ、玉ねぎ、人参、かぼちゃ、きゅうり ごぼう、かつおだし汁、みそ	野菜かゆ	米、キャベツ、玉ねぎ、人参 ピーマン、かつおだし汁
3 木	文化の日			
4 金	かゆ 肉じゃが、もやしの和え物 スープ	米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参 もやし、絹さや、かつおだし汁	バナナ 	バナナ
5 土	お弁当の日			
7 月	かゆ 鶏と玉ねぎの旨煮、スパゲティーサラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、きゅうり キャベツ、かつおだし汁、スパゲティー	コーンケーキ	小麦粉、ベーキングパウダー 砂糖、コーン
8 火	かゆ たらと野菜のやわらか煮、大根のだし煮 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 たら、玉ねぎ、人参、白菜 大根、かつおだし汁、みそ	人参クッキー	人参、小麦粉 砂糖、ベーキングパウダー
9 水	かゆ 豚肉のいため煮、さつま芋サラダ すまし汁	米、しょうゆ、砂糖、豚もも肉 玉ねぎ、人参、ピーマン、さつま芋、きゅうり ほうれん草、麩、かつおだし汁	りんごゼリー	りんごジュース、片栗粉
10 木	かゆ あっさり洋風煮込み、キャベツサラダ スープ	米、ホールトマト 豚ひき肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、キャベツ もやし、かつおだし汁	ひじき粥	米、ひじき、人参 かつおだし汁、しょうゆ
11 金	かゆ 肉豆腐、ほうれん草のお浸し みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 豚もも肉、豆腐、玉ねぎ、ほうれん草、人参、もやし かぼちゃ、かつおだし汁、みそ	かぼちゃリゾット風	米、かぼちゃ、玉ねぎ かつおだし汁
12 土	お弁当の日 			
14 月	かゆ 鶏むね肉のとりみ煮、おからサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、片栗粉 鶏むね肉、ブロッコリー、人参、おから 大根、ほうれん草、かつおだし汁、みそ	ベジタブルブレッド	小麦粉、ベーキングパウダー 玉ねぎ、ほうれん草、人参、砂糖
15 火	かゆ たらのみそ煮、白菜のお浸し けんちん汁	米、しょうゆ、砂糖、みそ たら、白菜、人参、いんげん 豆腐、大根、里芋、かつおだし汁	さつまいもと豆腐の甘煮	さつま芋、豆腐
16 水	かゆ 鶏むね肉の煮つけ、白和え みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏むね肉、人参、ほうれん草、豆腐 さつま芋、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	ほうれん草蒸しパン	小麦粉、ベーキングパウダー ほうれん草、さつまいも、砂糖
17 木	かゆ 豚肉のトマト煮、マカロニサラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖、豚もも肉、トマト缶 じゃが芋、玉ねぎ、人参、ブロッコリー、マカロニ ほうれん草、かつおだし汁	鶏ごぼうぞうすい	米、鶏もも肉、ごぼう、人参 かつおだし汁、しょうゆ
18 金	かゆ ポトフ風、りんごとみかんのサラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖、豚もも肉 じゃが芋、人参、玉ねぎ、もやし、みかん缶、りんご 絹さや、かつおだし汁	あおさかゆ 	米、青のり、人参 かつおだし汁、しょうゆ
19 土	お弁当の日			
21 月	かゆ、ごぼうのやわらか煮 鶏むね肉の照煮 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏むね肉、ごぼう、人参 豆腐、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	お麩のふわふわ煮	麩、玉ねぎ、キャベツ、人参 かつおだし汁、しょうゆ
22 火	かゆ、キャベツのごま和え 豚肉と根菜の煮物 スープ	米、しょうゆ、砂糖 豚もも肉、大根、里芋、ごぼう、人参、キャベツ 玉ねぎ、かつおだし汁	おかかぞうすい	米、人参、大根 かつおぶし、しょうゆ
23 水	勤労感謝の日			
24 木	かゆ、いんげんの和え物 たらのほっこり煮 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 たら、玉ねぎ、人参、いんげん 豆腐、キャベツ、かつおだし汁、みそ汁	スープスパゲティ	スパゲティ、ほうれん草、玉ねぎ かつおだし汁、しょうゆ
25 金	かゆ、ポテトサラダ 鶏もも肉のやわらか煮 スープ	米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、じゃが芋、きゅうり、人参 キャベツ、玉ねぎ、もやし、かつおだし汁	きなこかゆ	米、きなこ
26 土	お弁当の日 			
28 月	かゆ そぼろ煮、かぼちゃの甘煮 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 かぼちゃ、鶏ひき肉 豆腐、人参、かつおだし汁、みそ	オレンジ蒸しパン	小麦粉、ベーキングパウダー オレンジジュース
29 火	かゆ、切干大根の旨煮 ピンクサーモンさつ煮 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 ピンクサーモン、切干大根、いんげん、人参 玉ねぎ、ごぼう、人参、かつおだし汁、みそ	ボン米	米、砂糖
30 水	かゆ 鶏の五目煮、白菜の和え物 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、玉ねぎ、人参、ごぼう、絹さや 豆腐、かつおだし汁、みそ	ぞうすい	米、鶏もも肉、玉ねぎ、人参 かつおだし汁、しょうゆ



令和4年11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	そぼろ軟飯 ほうれん草のナムル スープ	米、しょうゆ、砂糖、豚ひき肉 ほうれん草、もやし、人参 白菜、玉ねぎ、えのき、わかめ、かつおだし汁	ふかし芋	さつま芋
2 水	軟飯 コーン焼き、かぼちゃサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、片栗粉、上新粉 豚ひき肉、コーン、玉ねぎ、人参、かぼちゃ、きゅうり ごぼう、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	焼きそば	焼きそば麺、豚もも、人参、玉ねぎ キャベツ、ピーマン、青のり ウスターソース
3 木	文化の日			
4 金	軟飯 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、じゃが芋、玉ねぎ、人参、グリーンピース、もやし 絹さや、かつおだし汁	バナナ 	バナナ
5 土	お弁当の日			
7 月	軟飯 チキンチャップ、スパゲティサラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖、ケチャップ、マヨレ、スパゲティ 鶏もも肉、じゃが芋、グリーンピース、きゅうり、コーン キャベツ、玉ねぎ、人参、かつおだし汁	コーンケーキ	小麦粉、ベーキングパウダー 砂糖、油、コーン
8 火	軟飯 たらの野菜あんかけ、卵の花 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、片栗粉 たら、玉ねぎ、人参、絹さや、白菜、おから、ちくわ、油揚げ 大根、えのき、わかめ、かつおだし汁、みそ	人参クッキー	人参、小麦粉、砂糖 油、ベーキングパウダー
9 水	軟飯、さつま芋のサラダ 厚揚げのみそ炒め煮 すまし汁	米、しょうゆ、砂糖、みそ、マヨレ、豚もも肉 厚揚げ、玉ねぎ、人参、ピーマン、さつま芋、きゅうり ほうれん草、油揚げ、わかめ、かつおだし汁	りんごゼリー	りんごジュース、粉末寒天、砂糖
10 木	軟飯 ミートスパゲティ、コールスローサラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖、ウスターソース、酢、スパゲティ 豚ひき肉、ホールトマト、グリーンピース、キャベツ、コーン もやし、人参、玉ねぎ、かつおだし汁	ひじき御飯風軟飯	米、ひじき、人参、油揚げ 砂糖、しょうゆ、白ごま
11 金	軟飯 肉豆腐、ほうれん草のお浸し みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 豆腐、玉ねぎ、しめじ、豚もも肉、ほうれん草、もやし、人参 かぼちゃ、わかめ、かつおだし汁、みそ	かぼちゃおにぎり	米、かぼちゃ、人参 しょうゆ
12 土	お弁当の日 			
14 月	軟飯 鶏のレモン煮、おからサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、マヨレ 鶏むね肉、小麦粉、レモン果汁、ブロッコリー、人参、おから 大根、油揚げ、ほうれん草、かつおだし汁、みそ	ベジタブルブレッド	小麦粉、ベーキングパウダー 玉ねぎ、ほうれん草、人参、砂糖
15 火	軟飯 たらのみそ煮、白菜のお浸し けんちん汁	米、しょうゆ、砂糖、みそ たら、白菜、人参 豆腐、大根、里芋、かつおだし汁	いもようかん	さつまいも、粉末寒天 砂糖
16 水	軟飯 鶏肉の揚げびたし、白和え みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、小麦粉、片栗粉 鶏むね肉、人参、ちくわ、ほうれん草、豆腐 さつま芋、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	ほうれん草蒸しパン	小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖 ほうれん草、さつまいも
17 木	軟飯 豚肉のトマト煮、マカロニサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、マヨレ、ホールトマト 豚もも肉、じゃが芋、マカロニ、ブロッコリー、コーン ほうれん草、油揚げ、玉ねぎ、人参、かつおだし汁	鶏ごぼう御飯風 軟飯	米、鶏もも肉、ごぼう、人参 かつおだし汁、しょうゆ、砂糖
18 金	あつさりハヤシライス 春雨サラダ りんご	米、豚もも肉、玉ねぎ、じゃが芋、人参、ハヤシルウ 春雨、もやし、みかん缶、絹さや、しょうゆ、砂糖 りんご、グリーンピース	海苔ごまクッキー 	小麦粉、ベーキングパウダー 油、砂糖、ごま、青のり
19 土	お弁当の日 			
21 月	軟飯 鶏肉のごま照焼き、きんぴらごぼう みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、ごま 鶏むね肉、ごぼう、人参 豆腐、しめじ、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	おふらスク	麩、油、砂糖、きなこ
22 火	軟飯 五目うどん、キャベツのごま和え みかん缶	米、しょうゆ、砂糖、うどん 豚もも肉、大根、里芋、人参、ごぼう、しめじ、キャベツ みかん缶	おかかおにぎり	米、かつお節、しょうゆ
23 水	勤労感謝の日			
24 木	軟飯 たらのみそ焼き、ひじき煮 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、マヨレ たら、人参、ひじき、いんげん 豆腐、キャベツ、油揚げ、かつおだし汁、みそ	きのこスパゲティ	スパゲティ、ほうれん草、のり しめじ、えのき、玉ねぎ、しょうゆ
25 金	わかめ軟飯 鶏の揚げ煮、ポテトサラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖、わかめ、マヨレ、片栗粉 鶏もも肉、コーン、じゃが芋、きゅうり、人参 キャベツ、玉ねぎ、もやし、かつおだし汁	ケーキ	小麦粉、砂糖、油、ベーキングパウダー いちごソース
26 土	お弁当の日 			
28 月	軟飯 コロッケ、かぼちゃのそぼろ煮 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 じゃがいも、小麦粉、パン粉、かぼちゃ、鶏ひき肉 豆腐、人参、油揚げ、かつおだし汁、みそ	オレンジ蒸しパン	オレンジジュース 小麦粉、油、ベーキングパウダー
29 火	軟飯、切干大根の旨煮 ピンクサーモンの焼き煮 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 ピンクサーモン、切干大根、油揚げ、いんげん、人参 ごぼう、わかめ、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	ボン菓子	米、砂糖
30 水	軟飯 鶏の五目煮、白菜和え物 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、玉ねぎ、人参、ごぼう、絹さや、白菜、かつお節 豆腐、わかめ、かつおだし汁、みそ	おにぎり	米、鶏もも肉、玉ねぎ、人参 しょうゆ