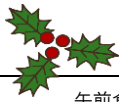


# 令和4年12月 離乳食献立表 6ヶ月頃

大井・千代川こども園

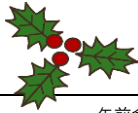
日曜	午前食	原材料	日曜	午前食	原材料
1 木	すりつぶしがゆ ほうれん草のすりつぶし スープ	米 ほうれん草 豆腐、かぼちゃ 昆布だし	15 木	すりつぶしがゆ 白菜のすりつぶし スープ	米 白菜 人参、玉ねぎ 昆布だし
2 金	すりつぶしがゆ キャベツのすりつぶし スープ	米 キャベツ じゃが芋、ブロッコリー 昆布だし	16 金	すりつぶしがゆ じゃが芋のすりつぶし スープ	米 じゃが芋 人参、玉ねぎ 昆布だし
3 土	お弁当の日 		17 土	お弁当の日 	
5 月	すりつぶしがゆ ブロッコリーのすりつぶし スープ	米 ブロッコリー 白菜、人参 昆布だし	19 月	すりつぶしがゆ ブロッコリーのすりつぶし スープ	米 ブロッコリー 玉ねぎ、人参 昆布だし
6 火	すりつぶしがゆ 大根のすりつぶし スープ	米 大根 キャベツ、人参 昆布だし	20 火	すりつぶしがゆ 豆腐のすりつぶし スープ	米 豆腐 白菜、大根 昆布だし
7 水	すりつぶしがゆ 豆腐のすりつぶし スープ	米 豆腐 玉ねぎ、白菜 昆布だし	21 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 人参、豆腐 昆布だし
8 木	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 いんげん、人参 昆布だし	22 木	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、玉ねぎ 昆布だし
9 金	すりつぶしがゆ 白菜のすりつぶし スープ	米 白菜 玉ねぎ、じゃが芋 昆布だし	23 金	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、大根 昆布だし
10 土	 お弁当の日		24 土	 お弁当の日	
12 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 大根、玉ねぎ 昆布だし	26 月	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
13 火	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 キャベツ、人参 昆布だし	27 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 キャベツ、玉ねぎ 昆布だし
14 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 人参、大根 昆布だし	28 水	すりつぶしがゆ 大根のすりつぶし スープ	米 大根 じゃが芋、人参 昆布だし



# 令和4年12月 離乳食献立表 7、8ヶ月頃

大井・千代川こども園

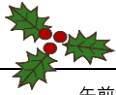
日曜	午前食	原材料	午後食	原材料
1 木	かゆ 鶏肉と大根の旨煮、ほうれん草の白和え スープ	米 鶏もも肉、玉ねぎ、人参、絹さや、ほうれん草、豆腐 玉ねぎ、大根、かぼちゃ、かつおだし汁	にゅうめん	そうめん、キャベツ、人参、玉ねぎ ピーマン、かつおだし汁
2 金	かゆ 鶏じゃが、さつまいもサラダ スープ	米 鶏もも肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、キャベツ、さつまいも ブロッコリー、かつおだし汁	バナナ	バナナ
3 土	お弁当の日 			
5 月	かゆ 鶏肉の照り煮、ブロッコリーサラダ スープ	米 鶏むね肉、人参、ブロッコリー 白菜、かつおだし汁	野菜蒸しパン	小麦粉、ベーキングパウダー 砂糖、ブロッコリー、人参
6 火	かゆ 大根そぼろ煮、キャベツのサラダ スープ	米 鶏ミンチ、ほうれん草、キャベツ、人参 大根、里芋、ごぼう、かつおだし汁	きなこがゆ	米、きなこ
7 水	かゆ 鶏すき煮、もやしの和え物 スープ	米 鶏もも肉、焼き豆腐、白菜、人参、もやし、きゅうり 豆腐、玉ねぎ、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
8 木	かゆ つくね焼き、いんげんの和え物 スープ	米 鶏ひき肉、豆腐、玉ねぎ、片栗粉、いんげん、人参 さつま芋、ごぼう、かつおだし汁	大根炊き	大根、かつおだし汁
9 金	かゆ 鶏肉のほっこり煮、白菜のサラダ スープ	米 鶏もも肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、白菜 ほうれん草、かつおだし汁	鶏ぞうすい	米、鶏もも肉、白菜、人参 かつおだし汁
10 土	お弁当の日 			
12 月	かゆ じゃが芋のそぼろあん、ふろふき大根 スープ	米、片栗粉 鶏ひき肉、じゃが芋、大根、いんげん キャベツ、玉ねぎ、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
13 火	かゆ 鶏肉のちゃんぽん風煮、チンゲン菜のお浸し スープ	米 鶏むね肉、キャベツ、玉ねぎ、もやし、チンゲン菜 麩、人参、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
14 水	かゆ 鶏肉の五目煮、さつま芋サラダ スープ	米 鶏もも肉、人参、ごぼう、大根、里芋、いんげん、さつま芋 きゅうり、キャベツ、玉ねぎ、かつおだし汁	おにまんじゅう風蒸しパン	小麦粉、ベーキングパウダー 砂糖 さつま芋
15 木	かゆ そぼろ煮、人参の甘煮 スープ	米 鶏ひき肉、玉ねぎ、ごぼう、人参 白菜、麩、かつおだし汁	きなこ人参がゆ	米、きなこ 人参
16 金	かゆ 鶏ささみのくたくた煮、ポテトサラダ スープ	米 鶏ささみ、人参、玉ねぎ、ピーマン、じゃが芋、きゅうり もやし、かつおだし汁	スパゲティのスープ煮	スパゲティ、玉ねぎ、人参 かつおだし汁
17 土	お弁当の日			
19 月	かゆ 鶏むね肉のほっこり炊き、ブロッコリーの和え物 スープ	米 鶏むね肉、ブロッコリー、人参 もやし、玉ねぎ、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
20 火	かゆ たらの煮つけ、白菜の煮浸し スープ	米 たら、白菜、人参 豆腐、大根、ごぼう、かつおだし汁	ボン米	米、砂糖
21 水	かゆ 麻婆豆腐風、ほうれん草サラダ スープ	米 豆腐、鶏むね肉、玉ねぎ、もやし、ほうれん草 人参、麩、かつおだし汁	豆腐のおかゆ	米、ほうれん草、かつおだし汁 豆腐
22 木	かゆ 鶏もも肉のやわらか煮、マカロニサラダ スープ	米 鶏もも肉、マカロニ、人参、きゅうり、ブロッコリー 玉ねぎ、かつおだし汁	いちごケーキ	小麦粉、ベーキングパウダー さとう、いちごソース
23 金	かゆ 鶏と野菜のさつと煮、白菜の煮浸し スープ	米 鶏むね肉、大根、人参、白菜 ほうれん草、かつおだし汁	うどん	うどん、大根、人参、白菜 かつおだし汁
24 土	お弁当の日 			
26 月	かゆ 白身魚のふつら焼き、切干大根の煮物 スープ	米 たら、切干大根、人参 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 さとう、豆腐
27 火	かゆ ピンクサーモンと野菜のさつと煮、人参甘煮 スープ	米 ピンクサーモン、キャベツ、人参、おから ほうれん草、里芋、玉ねぎ、かつおだし汁	ほうれん草リゾット	米、ほうれん草、人参 かつおだし汁
28 水	かゆ 鶏とじゃが芋の煮物、もやしの和え物 スープ	米 鶏肉、じゃが芋、人参、玉ねぎ、グリーンピース、もやし、しらす 大根、かつおだし汁	人参がゆ	米、かつおだし汁 人参、玉ねぎ



# 令和4年 12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 木	かゆ 豚肉と大根の炒り煮、ほうれん草の白和え みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 豚肉、大根、人参、絹さや、豆腐、ほうれん草 かぼちゃ、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	にゅうめん	そうめん、キャベツ、人参、玉ねぎ ピーマン、かつおだし汁
2 金	かゆ 鶏じゃが、さつまいもサラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、キャベツ、さつまいも ブロッコリー、かつおだし汁	バナナ	バナナ
3 土	お弁当の日 			
5 月	かゆ 鶏肉の照り煮、ブロッコリーサラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖 鶏むね肉、スパゲティ、人参、ブロッコリー キャベツ、玉ねぎ、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、ブロッコリー、人参
6 火	かゆ 大根そぼろ煮、キャベツのサラダ 豚汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏ひき肉、ほうれん草、キャベツ、人参 豚肉、大根、里芋、ごぼう、かつおだし汁、みそ	きなこがゆ	米、きなこ
7 水	かゆ 豚すき煮、もやしの和え物 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 豚肉、焼き豆腐、白菜、人参、もやし、きゅうり 豆腐、玉ねぎ、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
8 木	かゆ つくね焼き、いんげんの和え物 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏ひき肉、豆腐、玉ねぎ、片栗粉、いんげん、人参 さつま芋、ごぼう、かつおだし汁、みそ	大根炊き	大根、かつおだし汁 砂糖、しょうゆ
9 金	かゆ 鶏肉のほっこり煮、白菜のサラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、白菜、ツナ、りんご ほうれん草、かつおだし汁	鶏ぞうすい	米、鶏もも肉、白菜、人参 かつおだし汁 しょうゆ
10 土	お弁当の日 			
12 月	かゆ じゃが芋のそぼろあん、ふるふき大根 スープ	米、しょうゆ、砂糖、片栗粉 鶏ひき肉、じゃが芋、大根、いんげん キャベツ、玉ねぎ、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
13 火	かゆ 豚肉のちゃんぽん風煮、チンゲン菜のお浸し スープ	米、しょうゆ、砂糖 豚肉、キャベツ、玉ねぎ、もやし、チンゲン菜、人参 麩、かつおだし汁	おなかぞうすい	米、かつおぶし、人参 かつおだし汁 しょうゆ
14 水	かゆ 鶏肉の五目煮、さつまいもサラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、人参、大根、里芋、いんげん、さつま芋、きゅうり キャベツ、玉ねぎ、かつおだし汁	おにまんじゅう風蒸しパン	小麦粉、ベーキングパウダー 砂糖 さつま芋
15 木	かゆ そぼろ煮、人参の甘煮 スープ	米、しょうゆ、砂糖 鶏ひき肉、玉ねぎ、人参、ごぼう 白菜、麩、かつおだし汁	きなこ人参がゆ	米、きなこ 人参
16 金	かゆ 鶏ささみのくたくた煮、ポテトサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏ささみ、人参、玉ねぎ、ピーマン、じゃが芋、きゅうり もやし、かつおだし汁、みそ	スパゲティのスープ煮	スパゲティ、玉ねぎ、人参 かつおだし汁 しょうゆ
17 土	お弁当の日			
19 月	かゆ 鶏むね肉のほっこり炊き、ブロッコリーの和え物 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏むね肉、ブロッコリー、人参 もやし、玉ねぎ、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
20 火	かゆ たららの煮つけ、白菜の煮浸し スープ	米、しょうゆ、砂糖 たら、白菜、人参 豆腐、大根、ごぼう、みそ、かつおだし汁	ボン米	米、砂糖
21 水	かゆ 麻婆豆腐風、ほうれん草サラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖 豆腐、鶏むね肉、玉ねぎ、もやし、ほうれん草 人参、麩、かつおだし汁	豆腐のおかゆ	米、ほうれん草、かつおだし汁 豆腐 しょうゆ
22 木	かゆ 鶏もも肉のやわらか煮、マカロニサラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、マカロニ、人参、きゅうり、ブロッコリー 玉ねぎ、かつおだし汁	いちごケーキ	小麦粉、ベーキングパウダー さとう、いちごソース
23 金	かゆ 鶏と野菜のさつと煮、白菜の煮浸し スープ	米、しょうゆ、砂糖 鶏むね肉、大根、人参、白菜 ほうれん草、かつおだし汁	うどん	うどん、大根、人参、白菜 かつおだし汁 しょうゆ
24 土	お弁当の日 			
26 月	かゆ 白身魚のふつくら焼き、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 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 さとう、豆腐
27 火	かゆ ピンクサーモンと野菜のさつと煮、人参甘煮 スープ	米、しょうゆ、砂糖 ピンクサーモン、キャベツ、人参、おから ほうれん草、里芋、玉ねぎ、かつおだし汁	ほうれん草リゾット	米、ほうれん草、人参 かつおだし汁 しょうゆ
28 水	かゆ 肉じゃが、もやしの和え物 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 豚もも肉、じゃが芋、人参、玉ねぎ、グリーンピース、もやし、しらす 大根、かつおだし汁、みそ	人参がゆ	米、かつおだし汁 人参、玉ねぎ しょうゆ



# 令和4年12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 木	軟飯 豚肉と大根の炒り煮、ほうれん草の白和え みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 豚肉、大根、人参、絹さや、豆腐、ほうれん草、ちくわ かぼちゃ、玉ねぎ、わかめ、かつおだし汁、みそ	ソース焼きそば	焼きそば麺、豚肉、人参、玉ねぎ キャベツ、ピーマン、焼きそばソース
2 金	軟飯 鶏じゃが、コールスローサラダ バナナ	米、しょうゆ、砂糖、鶏肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、グリーンピース キャベツ、ブロッコリー、コーン バナナ	ふかし芋	ふかし芋
3 土	お弁当の日 			
5 月	軟飯 鶏むね肉の甘辛焼き、おからサラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖 鶏むね肉、片栗粉、人参、おから、ブロッコリー もやし、玉ねぎ、キャベツ、かつおだし汁	ドーナツ	小麦粉、ベーキングパウダー 砂糖 油
6 火	三色丼風軟飯 キャベツサラダ 豚汁	米、しょうゆ、砂糖、鶏ひき肉、ほうれん草、のり キャベツ、人参、マヨレ 豚肉、大根、里芋、ごぼう、かつおだし汁、みそ	きなこおにぎり	米、きなこ
7 水	軟飯 豚すき煮、春雨サラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 豚肉、豆腐、白菜、人参、しめじ、春雨、きゅうり、コーン、もやし 豆腐、玉ねぎ、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
8 木	軟飯 つくね焼き、いんげんと人参のごま和え みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏ひき肉、豆腐、玉ねぎ、片栗粉、いんげん、人参 さつま芋、ごぼう、しめじ、かつおだし汁、みそ	大根炊き	大根、油揚げ、かつおだし汁 しょうゆ、砂糖
9 金	軟飯 ポトフ風、白菜サラダ りんご	米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、グリーンピース、白菜、コーン、ツナ りんご	わかめおにぎり	米、わかめご飯の素
10 土	お弁当の日 			
12 月	軟飯 コロケ風、大根のそぼろ煮 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏ひき肉、じゃが芋、小麦粉、パン粉、大根、いんげん キャベツ、玉ねぎ、油揚げ、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
13 火	軟飯 チャンポン麺、チンゲン菜お浸し みかん缶	米、しょうゆ、砂糖 中華麺、豚肉、キャベツ、玉ねぎ、もやし、チンゲン菜、人参 みかん缶	おかかおにぎり	米、かつお節、しょうゆ
14 水	軟飯 筑前煮、さつまいもマヨサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、人参、ごぼう、大根、里芋、いんげん、さつま芋、きゅうり なめこ、キャベツ、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	おにまじゅう風蒸しパン	小麦粉、ベーキングパウダー 砂糖 さつま芋
15 木	軟飯 肉だんごの甘酢あん、ごぼうの炒め煮 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏ミンチ、玉ねぎ、人参、ごぼう 白菜、麩、えのき、かつおだし汁、みそ	きなこおはぎ	米、きなこ 砂糖、塩
16 金	軟飯 鶏ささみフライ風、添えナポリタン、ポテトサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、ケチャップ、ピーマン、マヨレ 鶏ささみ、小麦粉、パン粉、スパゲティ、人参、玉ねぎ、じゃが芋、きゅうり、コーン もやし、油揚げ、わかめ、かつおだし汁、みそ	フルーツケーキ	小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖 黄桃缶、みかん缶
17 土	お弁当の日			
19 月	軟飯 バーベキューチキン、ブロッコリーのごま和え みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、ごま、ケチャップ 鶏むね肉、小麦粉、ブロッコリー、人参 もやし、玉ねぎ、油揚げ、かつおだし汁、みそ	マカロニきなこ	マカロニ、きなこ、砂糖
20 火	軟飯 たらのみそ煮、白菜の煮浸し けんちん汁	米、しょうゆ、砂糖 たら、白菜、人参、油揚げ 豆腐、大根、ごぼう、かつおだし汁	ポン菓子	米、砂糖
21 水	軟飯 麻婆豆腐、もやしとほうれん草のナムル スープ	米、しょうゆ、砂糖、みそ 豆腐、豚ひき肉、玉ねぎ、もやし、ほうれん草、コーン 人参、かつおだし汁	青菜おにぎり	米、ほうれん草、かつおだし汁 しょうゆ
22 木	軟飯 ハンバーグ、ブロッコリー、マカロニサラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖、マヨレ 鶏ミンチ、ブロッコリー、マカロニ、人参、きゅうり コーン、玉ねぎ、かつおだし汁、パン粉	いちごケーキ	小麦粉、ベーキングパウダー さとう、いちごソース
23 金	軟飯 鶏の旨煮、白菜煮びたし スープ	米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、白菜、人参、ほうれん草 大根、かつおだし汁	うどん	うどん、大根、人参、白菜 かつおだし汁、しょうゆ、砂糖
24 土	お弁当の日 			
26 月	軟飯 白身魚フライ風、切干大根の煮物 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 たら、小麦粉、パン粉、切干大根、人参、油揚げ、グリーンピース 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 さとう、豆腐
27 火	軟飯 ピンクサーモンのちゃんちゃん焼き、卵の花 すまし汁	米、しょうゆ、砂糖、みそ ピンクサーモン、キャベツ、人参、しめじ、おから、油揚げ、ちくわ ほうれん草、里芋、玉ねぎ、かつおだし汁	きなこクッキー	小麦粉、きなこ、砂糖、油
28 水	軟飯 肉じゃが、もやしの甘酢和え みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、のり 豚もも肉、じゃが芋、人参、玉ねぎ、グリーンピース、もやし 大根、油揚げ、かつおだし汁、みそ	人参おにぎり	米、かつお節、しょうゆ 人参