



# 令和5年4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
3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 じゃが芋、人参 昆布だし	17月	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
4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 もやし、人参 昆布だし	18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 もやし、豆腐 昆布だし
5水	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	19水	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
6木	すりつぶしがゆ 豆腐のすりつぶし スープ	米 木綿豆腐 大根、人参 昆布だし	20木	すりつぶしがゆ 豆腐のすりつぶし スープ	米 豆腐 大根、キャベツ 昆布だし
7金	すりつぶしがゆ 人参のすりつぶし スープ	米 人参 キャベツ、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 玉ねぎ、豆腐 昆布だし
8土	お弁当の日 		22土	お弁当の日 	
10月	すりつぶしがゆ 豆腐のすりつぶし スープ	米 豆腐 人参、大根 昆布だし	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 大根、豆腐 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 玉ねぎ、人参 昆布だし	25火	すりつぶしがゆ 白菜のすりつぶし スープ	米 白菜 いんげん、人参 昆布だし
12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、もやし 昆布だし	26水	すりつぶしがゆ 人参のすりつぶし スープ	米 人参 大根、玉ねぎ 昆布だし
13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 人参、ほうれん草 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 人参、キャベツ 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 じゃが芋 大根、人参 昆布だし	28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 ブロッコリー、人参 昆布だし
15土	お弁当の日		29土	昭和の日 	



# 令和5年4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
3月	かゆ 鶏肉のほくほく煮、ブロッコリーのごま和えスープ	米 鶏もも肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、ブロッコリー キャベツ、かつおだし汁	野菜ケーキ	小麦粉、ベーキングパウダー 砂糖 ブロッコリー、人参
4火	かゆ たららの煮つけ、白菜の和え物スープ	米 たら、白菜、人参、もやし ほうれん草、かつおだし汁	にゅうめん	そうめん、鶏もも肉、人参、ほうれん草 かつおだし汁
5水	かゆ 鶏と野菜のスープ煮、高野豆腐の煮物スープ	米 鶏もも肉、白菜、人参、絹さや、高野豆腐 もやし、玉ねぎ、かつおだし汁	ぞうすい	米、人参、白菜 かつおだし汁
6木	かゆ 鶏むね肉のマリネ、三色サラダスープ	米 鶏むね肉、ピーマン、大根、きゅうり、人参 木綿豆腐、玉ねぎ、かつおだし汁	キャベツと豆腐がゆ	米、人参、キャベツ、豆腐 かつおだし汁
7金	かゆ 鶏ももの照り煮、やわらかごぼう煮スープ	米 鶏もも肉、玉ねぎ、ごぼう、人参、絹さや キャベツ、もやし、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
8土	お弁当の日			
10月	かゆ 鶏つくね煮、野菜ナムルスープ	米 鶏ひき肉、片栗粉、人参、きゅうり、もやし 大根、玉ねぎ、人参、かつおだし汁	豆腐ケーキ	小麦粉、ベーキングパウダー 油、豆腐、砂糖
11火	かゆ じゃが芋のそぼろ煮、スパゲティサラダスープ	米 鶏ひき肉、じゃが芋、スパゲティ、ブロッコリー 大根、玉ねぎ、人参、かつおだし汁	大根がゆ	米、大根、人参 かつおだし汁
12水	かゆ たららのあっさり煮、人参と大根の二色煮スープ	米 たら、人参、絹さや 大根、木綿豆腐、かつおだし汁	野菜うどん	うどん、キャベツ、玉ねぎ、人参 かつおだし汁
13木	かゆ マーボー豆腐、ほうれん草の和え物スープ	米 木綿豆腐、鶏ひき肉、玉ねぎ、人参、ほうれん草 絹さや、かつおだし汁、キャベツ、白菜、もやし	豆腐の野菜あんかけ	木綿豆腐、ほうれん草、人参 玉ねぎ、かつおだし汁、片栗粉
14金	かゆ 鶏じゃが、大根のサラダスープ	米 鶏むね肉、じゃが芋、玉ねぎ、大根、きゅうり 麩、人参、かつおだし汁	バナナ	バナナ
15土	お弁当の日			
17月	かゆ 鶏もも肉のほっこり炊き、白菜の和え物スープ	米 鶏もも肉、じゃが芋、玉ねぎ、グリーンピース、白菜 ごぼう、人参、かつおだし汁	オレンジゼリー	オレンジジュース、片栗粉
18火	かゆ ピンクサーモンの煮つけ、ブロッコリーサラダスープ	米 ピンクサーモン、ブロッコリー、人参 豆腐、もやし、玉ねぎ、絹さや、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
19水	かゆ 鶏肉の煮つけ、キャベツサラダスープ	米 鶏もも肉、キャベツ、人参、玉ねぎ 大根、かつおだし汁	ポパイ蒸しパン	小麦粉、ベーキングパウダー ほうれん草、砂糖
20木	かゆ 鶏と野菜の中華煮、もやしサラダスープ	米 鶏もも肉、キャベツ、ピーマン、もやし、きゅうり 玉ねぎ、人参、木綿豆腐、かつおだし汁	鮭ぞうすい	米、鮭、大根、白菜、人参 かつおだし汁
21金	かゆ 鶏肉のやわらか煮、かぼちゃサラダスープ	米 鶏もも肉、かぼちゃ、人参、ブロッコリー 木綿豆腐、玉ねぎ、かつおだし汁	パンブキンケーキ	小麦粉、ベーキングパウダー かぼちゃ、砂糖
22土	お弁当の日			
24月	かゆ 鶏肉のあっさり煮、マカロニサラダスープ	米 鶏むね肉、マカロニ、人参、ブロッコリー 大根、豆腐、かつおだし汁	豆腐のきなこがけ	木綿豆腐、きなこ、砂糖
25火	かゆ 肉豆腐、いんげんの和え物スープ	米 鶏もも肉、焼き豆腐、いんげん、人参 白菜、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 油、砂糖、人参
26水	かゆ 鶏の五目煮、いんげんの和え物スープ	米 鶏もも肉、人参、ごぼう、玉ねぎ、豆腐、いんげん 大根、かつおだし汁	鶏ぞうすい	米、鶏もも肉、大根、人参 かつおだし汁
27木	かゆ たららの蒸し煮、切干大根の煮物スープ	米 たら、切干大根、人参 もやし、玉ねぎ、かつおだし汁	スープスパゲティ	スパゲティ、キャベツ、玉ねぎ かつおだし汁、片栗粉
28金	かゆ 鶏肉のほくほく煮、コールスローサラダスープ	米 鶏もも肉、玉ねぎ、人参、キャベツ ブロッコリー、かつおだし汁	きなこケーキ	小麦粉、ベーキングパウダー きなこ、油
29土	昭和の日			

令和5年4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
3月	かゆ 肉じゃが、ブロッコリーのごま和え みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 豚もも肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、ブロッコリー キャベツ、かつおだし汁、みそ	野菜ケーキ	小麦粉、ベーキングパウダー 砂糖、ブロッコリー、人参
4火	かゆ たらのみそ煮、白菜の和え物 スープ	米、しょうゆ、砂糖 たら、白菜、人参、もやし ほうれん草、かつおだし汁	にゅうめん	そうめん、鶏もも肉、人参 かつおだし汁、ほうれん草
5水	かゆ 春雨の炒め煮、高野豆腐の煮物 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 豚肉、白菜、人参、絹さや、高野豆腐、春雨 もやし、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	ぞうすい	米、人参、白菜 かつおだし汁、しょうゆ
6木	かゆ 鶏むね肉のマリネ、三色サラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏むね肉、ピーマン、玉ねぎ、大根、きゅうり、人参 木綿豆腐、かつおだし汁、みそ	キャベツと豆腐がゆ	米、人参、キャベツ、豆腐 かつおだし汁、しょうゆ
7金	かゆ 鶏ももの照り煮、やわらかごぼう煮 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、玉ねぎ、ごぼう、人参、絹さや キャベツ、もやし、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
8土	お弁当の日			
10月	かゆ 鶏つくね煮、野菜ナムル みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏ひき肉、片栗粉、人参、きゅうり、もやし 大根、玉ねぎ、人参、かつおだし汁、みそ	豆腐ケーキ	小麦粉、ベーキングパウダー 油、豆腐、砂糖
11火	かゆ、スパゲティサラダ 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、スパゲティ、人参、ブロッコリー 大根、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	大根がゆ	米、大根、人参 かつおだし汁、しょうゆ
12水	かゆ、人参と大根の二色煮 たらのあつさり煮 スープ	米、しょうゆ、砂糖 たら、人参、里芋、絹さや 大根、木綿豆腐、かつおだし汁	野菜うどん	うどん、キャベツ、玉ねぎ、人参 かつおだし汁、しょうゆ
13木	かゆ マーボー豆腐、ほうれん草の和え物 スープ	米、しょうゆ、砂糖、木綿豆腐 鶏ひき肉、玉ねぎ、ほうれん草、キャベツ、もやし 白菜、絹さや、人参、春雨、かつおだし汁	豆腐の野菜あんかけ	木綿豆腐、ほうれん草、人参 玉ねぎ、かつおだし汁、しょうゆ 片栗粉
14金	かゆ 鶏じゃが、大根のサラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖 鶏むね肉、じゃが芋、大根、きゅうり 麩、かつおだし汁、玉ねぎ、人参	バナナ	バナナ
15土	お弁当の日			
17月	かゆ 鶏団子煮、白菜の和え物 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏ミンチ、パン粉、玉ねぎ、人参、白菜、ツナ缶 ごぼう、かつおだし汁、みそ	オレンジゼリー	オレンジジュース、片栗粉
18火	かゆ、ブロッコリーサラダ ピンクサーモンの煮つけ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 ピンクサーモン、ブロッコリー、人参 豆腐、もやし、玉ねぎ、絹さや、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
19水	かゆ 鶏肉の煮つけ、ミネラルサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、キャベツ、人参 大根、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	ポパイ蒸しパン	小麦粉、ベーキングパウダー ほうれん草、砂糖
20木	かゆ 豚肉の中華煮、もやしサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 豚もも肉、人参、キャベツ、ピーマン、もやし、きゅうり 玉ねぎ、木綿豆腐、かつおだし汁、みそ	鮭ぞうすい	米、鮭、大根、白菜、人参 かつおだし汁、しょうゆ
21金	かゆ 鶏肉のやわらか煮、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、ブロッコリー 木綿豆腐、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	パンブキンケーキ	小麦粉、ベーキングパウダー かぼちゃ、砂糖
22土	お弁当の日			
24月	かゆ 鶏肉のあつさり煮、マカロニサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏むね肉、マカロニ、人参、ブロッコリー 大根、里芋、豆腐、かつおだし汁、みそ	豆腐のきなこがけ	木綿豆腐、きなこ、砂糖
25火	かゆ 肉豆腐、いんげんの和え物 スープ	米、しょうゆ、砂糖 豚もも肉、焼き豆腐、玉ねぎ、いんげん、人参 白菜、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 油、砂糖、人参
26水	かゆ 鶏の五目煮、いんげんの和え物 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、ごぼう、人参、玉ねぎ、豆腐、いんげん 大根、かつおだし汁、みそ	鶏ぞうすい	米、鶏もも肉、大根、人参 かつおだし汁、しょうゆ
27木	かゆ たらの蒸し煮、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 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、キャベツ、玉ねぎ かつおだし汁、しょうゆ、片栗粉
28金	かゆ、コールスローサラダ 豚肉のほくほく煮 スープ	米、しょうゆ、砂糖 豚もも肉、玉ねぎ、人参、キャベツ ブロッコリー、かつおだし汁	きなこケーキ	小麦粉、ベーキングパウダー きなこ、油
29土	昭和の日			



# 令和5年4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
3月	軟飯 ポークチャップ、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、ソース 豚もも肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、ブロッコリー キャベツ、かつおだし汁、みそ	野菜ケーキ	小麦粉、ベーキングパウダー 砂糖、ブロッコリー、人参
4火	軟飯 たらのみそ煮、白菜の和え物 にゅうめん汁	米、しょうゆ、砂糖、みそ たら、白菜、人参、もやし そうめん、ほうれん草、人参、かつおだし汁	炊き込みご飯風軟飯	米、鶏もも肉、しめじ、人参 油揚げ、しょうゆ、砂糖
5水	軟飯 春雨の炒め煮、高野豆腐の煮物 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、春雨 豚もも肉、白菜、人参、しめじ、絹さや、高野豆腐、油揚げ もやし、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	おにぎり	米、人参、白菜 しょうゆ
6木	軟飯 鶏肉のマリネ、三色野菜サラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、酢 鶏むね肉、ピーマン、玉ねぎ、大根、きゅうり、人参 木綿豆腐、わかめ、かつおだし汁、みそ	お好み焼き	小麦粉、かつおだし汁、青のり ちくわ、キャベツ、お好みソース
7金	鶏丼風軟飯 ごぼうの炒め煮 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、ごま キャベツ、もやし、かつおだし汁、みそ	ドーナツ	小麦粉、ベーキングパウダー 砂糖、油
8土	お弁当の日 			
10月	軟飯 ハンバーグ、はるさめサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏ミンチ、ケチャップ、ソース、人参、きゅうり、もやし、春雨 大根、玉ねぎ、人参、油揚げ、かつおだし汁、みそ	豆腐ケーキ	小麦粉、ベーキングパウダー 油、豆腐、砂糖
11火	軟飯 コロッケ風、スパゲティサラダ 豚汁	米、しょうゆ、砂糖、小麦粉、パン粉 じゃが芋、鶏ひき肉、スパゲティ、人参、コーン、ブロッコリー 豚肉、玉ねぎ、ごぼう、大根、かつおだし汁、みそ	五平餅	米、みそ、砂糖
12水	軟飯 たらのごま焼き、卵の花 けんちん汁	米、しょうゆ、砂糖 たら、白ごま、おから、人参、油揚げ、ちくわ、絹さや 大根、里芋、木綿豆腐、かつおだし汁	野菜うどん	うどん、キャベツ、玉ねぎ、人参、豚肉 かつおだし汁、しょうゆ、青のり
13木	軟飯 マーボー豆腐、五目和え すまし汁	米、しょうゆ、砂糖、みそ、木綿豆腐、ごま、コーン 鶏ひき肉、玉ねぎ、ほうれん草、キャベツ、もやし 白菜、えのき、絹さや、人参、春雨、かつおだし汁	いちご蒸しパン	いちごジャム、砂糖 小麦粉、ベーキングパウダー
14金	軟飯 鶏じゃが、大根とコーンのサラダ バナナ	米、しょうゆ、砂糖、鶏もも、玉ねぎ、じゃが芋、グリーンピース 大根、きゅうり、コーン、ごま、人参 バナナ	ごまクッキー	小麦粉、油、砂糖 白ごま
15土	お弁当の日 			
17月	軟飯 肉団子のあまから煮、白菜のごま和え みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、パン粉、ごま 鶏ミンチ、玉ねぎ、人参、グリーンピース、白菜、ツナ缶 ごぼう、えのき、かつおだし汁、みそ	オレンジゼリー	オレンジジュース、粉末寒天 みかん缶
18火	軟飯、ブロッコリーサラダ ピンクサーモンのオーロラソース みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、マヨドレ、ケチャップ ピンクサーモン、ブロッコリー、人参、コーン もやし、豆腐、絹さや、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	マカロニきなこ	マカロニ、きなこ、砂糖
19水	軟飯 鶏肉の揚げ浸し、ミネラルサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、ごま 鶏もも肉、片栗粉、キャベツ、人参、コーン、わかめ 大根、玉ねぎ、油揚げ、かつおだし汁、みそ	ポパイ蒸しパン	小麦粉、ベーキングパウダー 砂糖、油、ほうれん草
20木	軟飯 焼きそば、もやしサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、あおのり、ソース、焼きそば麺 豚もも肉、キャベツ、ピーマン、もやし、コーン、きゅうり 玉ねぎ、木綿豆腐、人参、油揚げ、かつおだし汁、みそ	鮭おにぎり	米、鮭フレーク、白ごま
21金	軟飯 トンカツ風、かぼちゃサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、小麦粉、パン粉 豚肉、かぼちゃ、人参、コーン、ブロッコリー 木綿豆腐、玉ねぎ、わかめ、かつおだし汁、みそ	パンプキンケーキ	小麦粉、ベーキングパウダー かぼちゃ、砂糖
22土	お弁当の日			
24月	軟飯 ハーベキューチキン、マカロニサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、ケチャップ、ソース 鶏むね肉、小麦粉、マカロニ、人参、コーン、ブロッコリー 大根、里芋、豆腐、かつおだし汁、みそ	水ようかん	こしあん、粉末寒天
25火	軟飯 肉豆腐、いんげんのおかか和え みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 焼き豆腐、玉ねぎ、しめじ、豚もも肉、いんげん、人参 白菜、わかめ、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、油、人参
26水	五目混ぜご飯風軟飯 がんもの含め煮、いんげんのごま和え みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、鶏もも肉、ごぼう、人参、油揚げ がんもどき、いんげん、ごま 大根、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	鶏ぞうすい	米、鶏もも肉、大根、人参 かつおだし汁、しょうゆ
27木	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、グリーンピース もやし、玉ねぎ、わかめ、かつおだし汁、みそ	和風スパゲティ	スパゲティ、玉ねぎ キャベツ、しょうゆ、のり
28金	あっさりハヤシライス コールスローサラダ オレンジ	米、しょうゆ、砂糖、豚肉、玉ねぎ、人参 キャベツ、ブロッコリー、コーン オレンジ、ハヤシルウ、ケチャップ、ウスターソース	ロッククッキー	小麦粉、油、砂糖
29土	昭和の日 			