



平成30年5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	軟飯 あっさり白身魚のフライ、小松菜のドレ和え みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 白身魚フライ、小松菜、人参 さつま芋、玉ねぎ、絹さや、かつおだし汁、みそ	スイートポテト	さつま芋、さとう	
2 水	あっさりチキンカレースープ キャベツのソテー りんご	白米、鶏もも肉、玉ねぎ、じゃが芋、人参 キャベツ、コーン りんご、カレールー	おはぎ風	白米、きなこ、さとう	
3 木		憲法記念日			
4 金		みどりの日			
5 土		こどもの日			
7 月	軟飯 あっさりコロケ、マカロニサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 じゃがいも、鶏肉、小麦粉、パン粉、マカロニ、人参、胡瓜、コーン 大根、小松菜、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ、みかん缶	ブルーベリーケーキ	小麦粉、ベーキングパウダー、さとう ブルーベリーソース	
8 火	軟飯 ピンクサーモンの塩焼き、卵の花 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 ピンクサーモン、おから、人参、干しいたけ 玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	みかんゼリー	水 さとう、粉末寒天、みかん缶	
9 水	軟飯 ちくわ磯辺揚げ、ポテトサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 ちくわ、あおのり、じゃが芋、人参、胡瓜、コーン 豚肉、玉ねぎ、ごぼう、糸コンニャク、油揚げ、かつおだし汁、みそ	ジャムサンド	食パン、いちごソース	
10 木	ピビンバ丼風 ほうれん草の和え物 みそ汁	白米、豚ひき肉、ほうれん草、もやし、人参 しょうゆ、砂糖 小松菜、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	手作りクッキー	小麦粉、さとう 油	
11 金	軟飯 やわらかナポリタン、大根とツナの和え物 スープ	米、しょうゆ、砂糖 スパゲティ、ウィンナー、ピーマン、人参、玉ねぎ、大根、胡瓜、シーチキン缶 コーン、ほうれん草、かつおだし汁	わかめおにぎり	白米、炊き込みわかめ	
12 土		お弁当の日			
14 月		軟飯 豚カツ風、白菜の煮物 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 豚肉、パン粉、かぼちゃ、人参、いんげん 白菜、玉ねぎ、わかめ、かつおだし汁、みそ	かぼちゃリゾット	白米、かぼちゃ、人参 かつおだし汁、淡口しょうゆ
15 火		軟飯 筑前煮風、菜の花のお浸し みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、大根、人参、ごぼう、れんこん、糸コンニャク、いんげん、里芋、菜の花 さつま芋、しめじ、かつおだし汁、みそ	焼きうどん	ゆでうどん、豚肉、キャベツ 玉ねぎ、人参
16 水	軟飯 ピンクサーモンの照り焼き、切干し大根の煮物 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 ピンクサーモン、切り干し大根、油揚げ、人参、いんげん ほうれん草、わかめ、玉ねぎ、かつおだし汁、みそ	ほうれん草粥	白米、ほうれん草、人参 かつおだし汁、淡口しょうゆ	
17 木	軟飯 八宝菜風、きゃべつの和え物 スープ、オレンジ	米、しょうゆ、砂糖 白菜、豚肉、玉ねぎ、ピーマン、しいたけ、人参 かつおだし汁、オレンジ	お好み焼き	豚肉、キャノーラ油、キャベツ 小麦粉、かつお節 あおのり	
18 金	たけのご散らし寿司 がんもどき、いんげんの煮物 すまし汁	白米、たけのご、人参、しいたけ、グリーンピース がんもどき、いんげん 花麩、えのき、そうめん、かつおだし汁	ほうれん草蒸しパン	ホットケーキミックス ほうれん草、キャノーラ油	
19 土		お弁当の日			
21 月		軟飯 唐揚げ、ブロッコリーの和え物 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、ブロッコリー、人参、コーン 麩、玉ねぎ、絹さや、かつおだし汁、みそ	人参リゾット	白米、ブロッコリー、人参 かつおだし汁、しょうゆ
22 火		軟飯 たらの塩焼き、きんぴらごぼう みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 たら、ごぼう、人参、絹さや 大根、油揚げ、かつおだし汁、みそ	とうふドーナツ	ホットケーキミックス もめん豆腐、油
23 水	鶏すき丼 ほうれん草の和え物 みそ汁	白米、鶏もも肉、玉ねぎ、人参、しょうゆ、さとう 白菜、ちりめんじゃこ、ほうれん草 大根、小松菜、麩、かつおだし汁、みそ	じゃこぞうすい	白米、ちりめんじゃこ、人参 かつおだし汁、淡口しょうゆ	
24 木	軟飯 ハンバーグ、さつま芋のサラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖 豚ミンチ、パン粉、さつま芋、胡瓜、人参 コーン、玉ねぎ、かつおだし汁	みかんケーキ	ホットケーキミックス さとう、みかん	
25 金	あっさりハヤシライス 和風サラダ バナナ	白米、豚肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、グリーンピース 大根、胡瓜、コーン バナナ、ハヤシルー	わらび餅	わらび餅粉、水 さとう、きな粉	
26 土		お弁当の日			
28 月		軟飯 マーボー豆腐、春雨サラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 もめん豆腐、豚ひき肉、玉ねぎ、人参、春雨、胡瓜 里芋、ほうれん草、かつおだし汁、みそ	アンパンマンのソフトせんべい	アンパンマンのソフトせんべい
29 火		軟飯 肉じゃが、きゅうりのあえ物 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 豚肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、糸コンニャク、グリーンピース、キャベツ、胡瓜、ちりめんじゃこ 油揚げ、絹さや、かつおだし汁、みそ	手作りりんごゼリー	粉末寒天、水 アップルジュース、さとう
30 水	軟飯 ホキのみそ煮、小松菜のお浸し けんちん汁	米、しょうゆ、砂糖 ホキ、小松菜、人参 もめん豆腐、大根、ごぼう、里芋、かつおだし汁	カップケーキ	ホットケーキミックス 水	
31 木	軟飯 中華五目煮風、もやしのナムル みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 豚肉、たけのご、人参、玉ねぎ、いんげん、しいたけ、大根、もやし、コーン さつま芋、かつおだし汁、みそ	フライドポテト	フライドポテト キャノーラ油	

