

11月 離乳食献立表(1・2段階)

2019年

チャイルドアカデミー上社保育園

第2段階(7～8ヶ月)			第1段階(5～6ヶ月)
日付	献立名	材料名	材料名
1金	御飯 豆腐の炒め物 ナムル	・米 ・木綿豆腐/にんじん/たまねぎ/かつおだし汁 ・にんじん/きゅうり/かつおだし汁	たまねぎ カリフラワー
2土	ハロウィン予備日		
4月	振替休日		
5火	野菜うどん 根菜の煮物	・うどん/鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/はくさい/かつおだし汁 ・だいこん/にんじん/さといも/かつおだし汁	だいこん こまつな
6水	御飯 じゃがいもと鶏肉の煮物 きゅうりの和え物	・米 ・鶏ひき肉/じゃがいも/たまねぎ/にんじん/かつおだし汁 ・きゅうり/はくさい/かつおだし汁	じゃがいも はくさい
7木	御飯 豆腐ハンバーグ ブロッコリーのソテー	・御飯 ・鶏ひき肉/木綿豆腐/たまねぎ/かつおだし汁 ・ブロッコリー/にんじん/コーン/かつおだし汁	かぼちゃ ほうれんそう
8金	御飯 さけ 白和え	・米 ・さけ/かつおだし汁 ・木綿豆腐/にんじん/さやえんどう/さといも/かつおだし汁	たまねぎ キャベツ
9土	肉うどん	・うどん/鶏ひき肉/にんじん/キャベツ/たまねぎ/かつおだし汁	さつまいも にんじん
11月	御飯 かじき キャベツのお浸し	・米 ・かじき/かつおだし汁 ・キャベツ/にんじん/こまつな/かつおだし汁	かぶ こまつな
12火	しらす御飯 にんじんサラダ	・米/しらす干し/ほうれんそう/にんじん/たまねぎ/かつおだし汁 ・きゅうり/カリフラワー/コーン/かつおだし汁	かぼちゃ カリフラワー
13水	御飯 たら 大根と豆腐の旨煮	・米 ・たら/かつおだし汁 ・だいこん/にんじん/キャベツ/木綿豆腐/かつおだし汁	だいこん じゃがいも
14木	御飯 ミートスパゲティ カラフルサラダ	・米 ・スパゲティ/鶏ひき肉/たまねぎ/かつおだし汁 ・じゃがいも/にんじん/コーン/きゅうり/かつおだし汁	たまねぎ キャベツ
15金	御飯 麩と鶏肉の炒め煮 さつまいも煮	・米 ・焼ふ/鶏ひき肉/キャベツ/にんじん/かつおだし汁 ・さつまいも/かつおだし汁	さつまいも ブロッコリー
16土	そばろごはん	・米/鶏ひき肉/にんじん/ほうれんそう/たまねぎ/かつおだし汁	ほうれんそう はくさい

第2段階(7～8ヶ月)			第1段階(5～6ヶ月)
日付	献立名	材 料 名	材料名
18月	御飯 さけの煮物 かぶのソテー	・米 ・さけ/かつおだし汁 ・じゃがいも/にんじん/かぶ/かつおだし汁	かぶ にんじん
19火	リゾット ほうれん草の和え物	・米/鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/トマト/かつおだし汁 ・ほうれんそう/コーン/かつおだし汁	ほうれんそう たまねぎ
20水	御飯 かじきの炒め物 かぼちゃ煮	・米 ・かじき/にんじん/たまねぎ/こまつな/かつおだし汁 ・かぼちゃ/かつおだし汁	かぼちゃ こまつな
21木	御飯 豆腐の煮物 ポテトサラダ	・米 ・木綿豆腐/たまねぎ/かつおだし汁 ・じゃがいも/にんじん/きゅうり/かつおだし汁	はくさい じゃがいも
22金	御飯 たらのソテー キャベツの煮浸し	・米 ・たら/かつおだし汁 ・キャベツ/だいこん/にんじん/かつおだし汁	だいこん キャベツ
23土	勤労感謝の日		
25月	御飯 さけとかぼちゃの煮物 マカロニサラダ	・米 ・さけ/かぼちゃ/たまねぎ/かつおだし汁 ・マカロニ/きゅうり/にんじん/かつおだし汁	かぼちゃ たまねぎ
26火	混ぜがゆ じゃがいもの炒め物	・米/鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/かつおだし汁 ・じゃがいも/コーン/かつおだし汁	カリフラワー はくさい
27水	御飯 さけと青菜のソテー なすの煮物	・米 ・さけ/ほうれんそう/たまねぎ/かつおだし汁 ・なす/にんじん/かつおだし汁	ほうれんそう かぶ
28木	御飯 肉じゃが 白菜のサラダ	・米 ・鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/じゃがいも/かつおだし汁 ・はくさい/きゅうり/にんじん/かつおだし汁	じゃがいも こまつな
29金	御飯 鶏肉と根菜の煮物 納豆和え	・米 ・鶏ひき肉/だいこん/にんじん/さといも/かつおだし汁 ・ほうれんそう/コーン/挽きわり納豆/かつおだし汁	ブロッコリー だいこん
30土	さつまいものリゾット	・米/鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/さつまいも/キャベツ/かつおだし汁	キャベツ さつまいも

＊ 第二段階は、「7倍がゆ」です。
 ＊ 段階に合わせて食べやすい状態に調理しています。
 ＊ 給食献立は、都合により変更する場合がありますが、ご了承ください。



11月 離乳食献立表(3～4段階)

2019年

チャイルドアカデミー上社保育園

第4段階(12～18ヶ月)第3段階(9～11ヶ月)		
日付	献立名	材 料 名(○はおやつ)
1金	御飯 豆腐の中華風炒め もやしとわかめのナムル えのきスープ 〈おやつ〉フルーツポンチ	・米 ・木綿豆腐/豚肉/チンゲンサイ/たまねぎ/赤ピーマン/しょうゆ/砂糖 ・もやし/にんじん/カットわかめ/中華だしの素/しょうゆ ・えのきたけ/にんじん/中華だしの素/食塩 ○もも缶/パイン缶/りんご/砂糖
2土	ハロウィン予備日	
4月	振替休日	
5火	あんかけうどん 根菜の煮物 キャベツのスープ 〈おやつ〉クッキー	・うどん/豚肉/白菜/にんじん/ピーマン/たまねぎ/中華だしの素/しょうゆ/片栗粉 ・だいこん/にんじん/さといも/しょうゆ/砂糖 ・キャベツ/ねぎ/中華だしの素/食塩 ○小麦粉/片栗粉/豆乳マーガリン/砂糖/ベーキングパウダー
6水	御飯 じゃがいもとツナの煮物 きゅうりの酢の物 もやしのみそ汁 〈おやつ〉焼きドーナツ	・米 ・ツナ缶/じゃがいも/にんじん/たまねぎ/かつおだし汁/しょうゆ/砂糖 ・きゅうり/カットわかめ/しらす干し/しょうゆ/砂糖/酢 ・チンゲンサイ/にんじん/油揚げ/米みそ(淡色辛みそ)/かつおだし汁 ○ホットケーキ粉/木綿豆腐
7木	御飯 豆腐ハンバーグ ブロッコリーのソテー きのこのスープ 〈おやつ〉オレンジコンポート	・米 ・鶏ひき肉/木綿豆腐/たまねぎ/しょうゆ/砂糖 ・ブロッコリー/にんじん/たまねぎ/コンソメ ・しいたけ/えのきたけ/しめじ/コンソメ/食塩 ○りんご/オレンジ
8金	御飯 さけの塩焼き 白和え 具だくさん汁 〈おやつ〉さつまいもの茶巾	・米 ・さけ/食塩 ・にんじん/ひじき/さやえんどう/木綿豆腐/しょうゆ/砂糖 ・鶏もも肉/にんじん/さといも/ねぎ/米みそ(淡色辛みそ)/かつおだし汁 ○さつまいも/砂糖
9土	煮込みうどん 〈おやつ〉赤ちゃんスナック	・うどん/豚肉/にんじん/キャベツ/たまねぎ/しょうゆ/中華だしの素 ○赤ちゃんスナック
11月	御飯 かじきのみそ煮 キャベツのお浸し 麴のすまし汁 〈おやつ〉豆乳プリン	・米 ・かじき/米みそ(淡色辛みそ)/砂糖 ・キャベツ/にんじん/油揚げ/しょうゆ/砂糖 ・焼ふ/えのきたけ/ねぎ/しょうゆ/食塩/かつおだし汁 ○豆乳/砂糖/粉かんでん
12火	しらす御飯 はるさめサラダ 中華スープ 〈おやつ〉ミルクサンド	・米/ほうれんそう/にんじん/たまねぎ/しらす干し/しょうゆ/食塩 ・はるさめ/きゅうり/コーン/しょうゆ/砂糖/酢 ・カットわかめ/にんじん/ねぎ/中華だしの素/食塩 ○豆乳パン/豆乳/砂糖/片栗粉
13水	御飯 たらの煮付け 切り干し大根の旨煮 豆腐のみそ汁 〈おやつ〉おから蒸しパン	・米 ・たら/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁 ・切り干しだいこん/にんじん/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁 ・木綿豆腐/にんじん/ねぎ/米みそ(淡色辛みそ)/かつおだし汁 ○おから/ホットケーキ粉/豆乳/油
14木	御飯 ナポリタン カラフルサラダ 豆乳スープ 〈おやつ〉お好み焼き	・米 ・スパゲティ/鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/ピーマン/ケチャップ ・アスパラガス/コーン/にんじん/きゅうり/酢/砂糖/食塩 ・じゃがいも/たまねぎ/ブロッコリー/コンソメ/食塩/豆乳 ○豚肉/小麦粉/キャベツ/ねぎ/食塩/ケチャップ/かつおだし汁
15金	御飯 厚揚げのみそ炒め さつまいもの甘煮 野菜スープ 〈おやつ〉りんごのコンポート	・米 ・豚肉/厚揚げ/キャベツ/にんじん/もやし/米みそ(淡色辛みそ)/砂糖 ・さつまいも/砂糖 ・たまねぎ/にんじん/はくさい/中華だしの素/食塩 ○りんご
16土	そぼろ丼 すまし汁 〈おやつ〉赤ちゃんスナック	・米/鶏ひき肉/にんじん/ほうれんそう/しょうゆ/砂糖 ・にんじん/えのきたけ/油揚げ/しょうゆ/食塩/かつおだし汁 ○赤ちゃんスナック

第4段階(12～18ヶ月)第3段階(9～11ヶ月)		
日付	献立名	材 料 名(○はおやつ)
18月	御飯 さけのパン粉焼き 炒り豆腐 かぶのスープ 〈おやつ〉かるかん	・米 ・さけ/食塩/パン粉 ・木綿豆腐/ひじき/たまねぎ/しいたけ/さやえんどう/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁 ・かぶ/にんじん/たまねぎ/コンソメ/食塩 ○米粉/ベーキングパウダー/砂糖
19火	トマトリゾット ほうれん草のソテー カラフルスープ 〈おやつ〉さつまいもプリン	・米/鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/しめじ/トマト/ケチャップ ・ほうれんそう/たまねぎ/コーン/コンソメ ・コーン/キャベツ/にんじん/コンソメ/食塩 ○さつまいも/豆乳/砂糖/粉かんでん
20水	御飯 かじきの甘酢いため かぼちゃ煮 すまし汁 〈おやつ〉マカロニきな粉	・米 ・かじき/たまねぎ/ピーマン/にんじん/しょうゆ/砂糖/酢 ・かぼちゃ/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁 ・木綿豆腐/こまつな/たまねぎ/しょうゆ/食塩/かつおだし汁 ○マカロニ/きな粉/砂糖/食塩
21木	御飯 照り焼きチキン おからサラダ 田舎スープ 〈おやつ〉パンがゆ	・米 ・鶏肉/しょうゆ/砂糖 ・おから/にんじんきゅうり/マヨネーズ/しょうゆ ・じゃがいも/たまねぎ/コンソメ/食塩 ○豆乳パン/豆乳
22金	御飯 たらふくニエル じゃがいものきんぴら キャベツのみそ汁 〈おやつ〉ピーチケーキ	・米 ・たら/食塩 ・じゃがいも/にんじん/さやえんどう/しょうゆ/砂糖 ・キャベツ/だいこん/にんじん/米みそ(淡色辛みそ)/かつおだし汁 ・ホットケーキ粉/もも缶/豆乳/砂糖
23土	勤労感謝の日	
25月	御飯 さけの煮付け マカロニサラダ かぼちゃのみそ汁 〈おやつ〉スコーン	・米 ・たら/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁 ・マカロニ/きゅうり/にんじん/マヨネーズ ・かぼちゃ/たまねぎ/にんじん/米みそ(淡色辛みそ)/かつおだし汁 ○小麦粉/ベーキングパウダー/豆乳マーガリン/砂糖/豆乳/いちごジャム
26火	きのこのケチャップライス 切り干し大根のソテー コンソメスープ 〈おやつ〉オレンジゼリー	・米/豚肉/じゃがいも/にんじん/たまねぎ/しいたけ/しめじ/コンソメ/ケチャップ ・切り干しだいこん/もやし/ピーマン/しょうゆ ・たまねぎ/にんじん/トマト/コンソメ/食塩 ○粉かんでん/オレンジ濃縮果汁/砂糖
27水	御飯 かじきの甘辛焼き なすのさっぱり炒め 青菜のすまし汁 〈おやつ〉蒸しパン	・米 ・かじき/しょうゆ/砂糖 ・なす/豚ひき肉/ピーマン/にんじん/砂糖/しょうゆ/酢 ・ほうれんそう/にんじん/たまねぎ/しょうゆ/食塩/かつおだし汁 ○ホットケーキ粉/豆乳/油
28木	御飯 ポークビーンズ ひじきサラダ 白菜スープ 〈おやつ〉さつまいも団子	・米 ・豚肉/ゆで大豆/じゃがいも/にんじん/たまねぎ/トマト缶/コンソメ ・きゅうり/にんじん/ひじき/マヨネーズ/しょうゆ ・はくさい/いんげん/コンソメ/食塩 ○さつまいも/砂糖/きな粉
29金	御飯 根菜と鶏肉の煮物 納豆和え わかめのみそ汁 〈おやつ〉フルーツカクテル	・米 ・鶏もも肉/さといも/だいこん/にんじん/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁 ・ほうれんそう/コーン/挽きわり納豆/にんじん/しょうゆ ・カットわかめ/ねぎ/たまねぎ/米みそ(淡色辛みそ)/かつおだし汁 ○みかん缶/洋なし缶/砂糖
30土	ツナピラフ さつまいものスープ 〈おやつ〉赤ちゃんスナック	・米/ツナ缶/たまねぎ/にんじん/コーン/コンソメ/食塩 ・さつまいも/キャベツ/たまねぎ/にんじん/コンソメ/食塩 ○赤ちゃんスナック
* 第三段階(6倍がゆ) 第四段階(5倍がゆ) です。 * 段階に合わせて食べやすい状態に調理しています。 * 給食献立は、都合により変更する場合がありますが、ご了承ください。 * 材料名のマヨネーズは、卵を使わない大豆でできたマヨネーズです。		

