

1月 離乳食献立表(1・2段階)

2020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水	元旦		
2木	冬休み		
3金	冬休み		
4土	野菜うどん	・うどん/鶏ひき肉/だいこん/にんじん/たまねぎ/かつおだし汁	にんじん かぶ
6月	御飯 たら 高野豆腐の煮物	・米 ・たら/かつおだし汁 ・高野豆腐/にんじん/たまねぎ/かつおだし汁	だいこん さつまいも
7火	混ぜ御飯 ほうれん草の和え物	・米/鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/コーン/かつおだし汁 ・ほうれんそう/にんじん/かつおだし汁	ほうれんそう カリフラワー
8水	御飯 鮭 キャベツのお浸し	・米 ・さけ/かつおだし汁 ・キャベツ/ほうれんそう/かつおだし汁	ブロッコリー たまねぎ
9木	御飯 シチュー きゅうりサラダ	・米 ・鶏ひき肉/かぼちゃ/いんげん/たまねぎ/かつおだし汁 ・きゅうり/にんじん/コーン/かつおだし汁	かぼちゃ かぶ
10金	御飯 おでん マカロニサラダ	・米 ・木綿豆腐/だいこん/じゃがいも/にんじん/かつおだし汁 ・マカロニ/キャベツ/にんじん/かつおだし汁	キャベツ じゃがいも
12土	五目がゆ	・米/鶏ひき肉/だいこん/にんじん/さといも/はくさい/かつおだし汁	はくさい にんじん
13月	成人の日		
14火	チャーハン ブロッコリーサラダ	・米/キャベツ/にんじん/たまねぎ/コーン/かつおだし汁 ・ブロッコリー/トマト/じゃがいも/かつおだし汁	ブロッコリー さつまいも
15水	御飯 野菜炒め 小松菜のお浸し	・米 ・鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/かつおだし汁 ・こまつな/にんじん/かつおだし汁	こまつな だいこん
16木	御飯 かじき さつまいものソテー	・米 ・かじき/かつおだし汁 ・さつまいも/にんじん/いんげん/かつおだし汁	かぼちゃ キャベツ
17金	御飯 青菜炒め 白菜の煮浸し	・米 ・木綿豆腐/こまつな/たまねぎ/もやし/かつおだし汁 ・はくさい/にんじん/コーン/かつおだし汁	じゃがいも にんじん
18土	そばろ御飯	・米/鶏ひき肉/にんじん/ほうれんそう/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
20月	御飯 たらとかぶの炊き合わせ キャベツのトマト煮	・米 ・たら/かぶ/かつおだし汁 ・キャベツ/トマト/たまねぎ/かつおだし汁	かぶ こまつな
21火	リゾット ほうれん草のサラダ	・米/じゃがいも/たまねぎ/にんじん/かつおだし汁 ・ほうれんそう/にんじん/コーン/かつおだし汁	カリフラワー さつまいも
22水	御飯 鮭のソテー 大根の煮物	・米 ・さけ/たまねぎ/かつおだし汁 ・だいこん/にんじん/いんげん/かつおだし汁	だいこん かぼちゃ
23木	御飯 鶏だんご カリフラワーサラダ	・米 ・鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/かつおだし汁 ・カリフラワー/ブロッコリー/かつおだし汁	ブロッコリー ほうれんそう
24金	御飯 豆腐の煮物 かぼちゃ煮	・米 ・木綿豆腐/たまねぎ/にんじん/ほうれんそう/かつおだし汁 ・かぼちゃ/かつおだし汁	はくさい にんじん
25土	煮込みうどん	・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	たまねぎ キャベツ
27月	御飯 かじきのソテー だいこんの煮物	・米 ・かじき/じゃがいも/かつおだし汁 ・だいこん/にんじん/コーン/かつおだし汁	こまつな じゃがいも
28火	中華丼 トマトの和え物	・米/鶏ひき肉/にんじん/たまねぎ/はくさい/かつおだし汁 ・トマト/カリフラワー/かつおだし汁	かぼちゃ だいこん
29水	御飯 たら ポテトサラダ	・米 ・たら/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	さつまいも かぶ
30木	御飯 ハンバーグ なすのソテー	・米 ・鶏ひき肉/木綿豆腐/たまねぎ/にんじん/かつおだし汁 ・なす/かぶ/かつおだし汁	たまねぎ はくさい
31金	御飯 鮭のコーン焼き 鶏肉と豆腐の煮物	・米 ・さけ/コーン/かつおだし汁 ・鶏ひき肉/木綿豆腐/にんじん/かつおだし汁	キャベツ ほうれんそう
* 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。			



1月 離乳食献立表(3～4段階)

2020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水	元旦	
2木	冬休み	
3金	冬休み	
4土	スパゲティー 野菜スープ 〈おやつ〉赤ちゃんスナック	・スパゲティ/ベーコン/たまねぎ/にんじん/ケチャップ/コンソメ ・コーン/にんじん/たまねぎ/コンソメ/食塩 ○赤ちゃんスナック
6月	御飯 たら 酢の物 高野豆腐のみそ汁 〈おやつ〉かるかん	・米 ・たら/食塩 ・にんじん/きゅうり/みかん缶/酢/しょうゆ/砂糖 ・高野豆腐/にんじん/かつおだし汁/米みそ(淡色辛みそ) ○米粉/ベーキングパウダー/砂糖
7火	ツナ丼 ほうれん草の和え物 春雨スープ 〈おやつ〉しらすトースト	・米/ツナ缶/ねぎ/たまねぎ/にんじん/かつおだし汁/砂糖/しょうゆ ・ほうれんそう/もやし/しょうゆ/砂糖 ・はるさめ/カットわかめ/コーン/たまねぎ/中華だしの素/食塩 ○豆乳パン/しらす干し/マヨネーズ
8水	御飯 鮭の甘辛焼き キャベツのお浸し 具だくさん汁 〈おやつ〉麴ラスク	・米 ・さけ/しょうゆ/砂糖 ・キャベツ/にんじん/しょうゆ ・さといも/にんじん/ほうれんそう/しいたけ/ねぎ/かつおだし汁/しょうゆ/食塩 ○焼ふ/豆乳マーガリン/砂糖
9木	御飯 豆乳シチュー きゅうりとコーンのサラダ 〈おやつ〉アップルポテト	・米 ・かぼちゃ/にんじん/たまねぎ/いんげん/鶏肉/豆乳/コンソメ/食塩 ・きゅうり/コーン/にんじん/酢/砂糖/食塩 ○りんご/さつまいも
10金	御飯 田舎煮 マカロニサラダ きのこのすまし汁 〈おやつ〉フルーツポンチ	・米 ・だいこん/じゃがいも/厚揚げ/米みそ(淡色辛みそ)/砂糖 ・マカロニ/キャベツ/にんじん/マヨネーズ ・えのきたけ/しいたけ/ねぎ/かつおだし汁/しょうゆ/食塩 ○もも缶/みかん缶/パイン缶
11土	五目うどん 白菜と油揚げのお浸し 〈おやつ〉赤ちゃんスナック	・うどん/鶏もも肉/だいこん/さといも/にんじん/ねぎ/かつおだし汁/しょうゆ/砂糖 ・はくさい/にんじん/油揚げ/しょうゆ/砂糖 ○赤ちゃんスナック
13月	成人の日	
14火	チャーハン ブロッコリーサラダ コンソメスープ 〈おやつ〉かぼちゃの茶巾	・米/豚ひき肉/キャベツ/たまねぎ/にんじん/中華だしの素/しょうゆ ・ブロッコリー/コーン/にんじん/マヨネーズ ・たまねぎ/じゃがいも/トマト/コンソメ/食塩 ○かぼちゃ/砂糖
15水	御飯 高野豆腐の煮物 ひじきサラダ すまし汁 〈おやつ〉ツナパン	・米 ・鶏肉/高野豆腐/じゃがいも/にんじん/砂糖/しょうゆ/かつおだし汁 ・ひじき/きゅうり/マヨネーズ ・焼ふ/こまつな/ねぎ/しょうゆ/食塩/かつおだし汁 ○豆乳パン/ツナ缶/たまねぎ/ケチャップ
16木	御飯 かじき さつまいも炒め煮 キャロットスープ 〈おやつ〉オレンジコンポート	・米 ・かじき/しょうゆ ・さつまいも/にんじん/いんげん/コンソメ ・にんじん/たまねぎ/豆乳/コンソメ/食塩 ○オレンジ/りんご
17金	御飯 青菜のチャンプル 切り干し大根のソテー しいたけスープ 〈おやつ〉ぶどうゼリー	・米 ・豚肉/たまねぎ/もやし/こまつな/厚揚げ/中華だしの素 ・切り干しだいこん/にんじん/しょうゆ/砂糖 ・しいたけ/たまねぎ/中華だしの素/食塩 ○ぶどう濃縮果汁/粉かんでん/砂糖
18土	そばろ丼 すまし汁 〈おやつ〉赤ちゃんスナック	・米/鶏ひき肉/木綿豆腐/にんじん/ほうれんそう/かつおだし汁/しょうゆ/砂糖 ・はくさい/えのきたけ/ねぎ/かつおだし汁/しょうゆ/食塩 ○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)
20月	御飯 たらと豆腐の煮物 キャベツのソテー トマトスープ 〈おやつ〉さつまいもの茶巾	・米 ・たら/木綿豆腐/しょうゆ/砂糖 ・キャベツにんじん/しらす干し/コーン/コンソメ ・トマト/にんじん/たまねぎ/コンソメ/食塩 ○さつまいも/砂糖
21火	ケチャップライス 大根サラダ ポパイスープ 〈おやつ〉ジャムサンド	・米/豚肉/じゃがいも/たまねぎ/にんじん/コンソメ/ケチャップ ・だいこん/にんじん/鶏肉/マヨネーズ ・ほうれんそう/えのきたけ/たまねぎ/コンソメ/食塩 ○豆乳パン/いちごジャム
22水	御飯 鮭の照り焼き 油揚げと野菜の煮物 そうめん汁 〈おやつ〉蒸しパン	・米 ・さけ/しょうゆ/砂糖 ・油揚げ/いんげん/にんじん/かつおだし汁/しょうゆ/砂糖 ・そうめん/にんじん/たまねぎ/かつおだし汁/しょうゆ/食塩 ○ホットケーキ粉/豆乳/油
23木	御飯 マカロニのミートソース煮 カリフラワーのサラダ 白菜スープ 〈おやつ〉チヂミ	・米 ・マカロニ/豚ひき肉/たまねぎ/にんじん/コンソメ/ケチャップ ・カリフラワー/ブロッコリー/コーン/酢/砂糖/食塩 ・たまねぎ/にんじん/はくさい/コンソメ/食塩 ○米粉/豚ひき肉/コーン/しらす干し/しょうゆ/砂糖
24金	御飯 肉豆腐 かぼちゃ煮 もやしのみそ汁 〈おやつ〉コーンフレークの豆乳煮	・米 ・豚肉/木綿豆腐/ねぎ/たまねぎ/にんじん/えのきたけ/かつおだし汁/しょうゆ/砂糖 ・かぼちゃ/しょうゆ/砂糖 ・もやし/カットわかめ/ねぎ/かつおだし汁/米みそ(淡色辛みそ) ○コーンフレーク/豆乳
25土	肉みそめん 中華スープ 〈おやつ〉赤ちゃんスナック	・うどん/豚ひき肉/たまねぎ/にんじん/ピーマン/しいたけ/米みそ(淡色辛みそ)/砂糖 ・にんじん/たまねぎ/コーン/中華だしの素/食塩 ○赤ちゃんスナック
27月	御飯 かじきの塩焼き 切り干し大根の煮物 チンゲン菜のみそ汁 〈おやつ〉いもかんてん	・米 ・かじき/食塩 ・切り干しだいこん/にんじん/油揚げ/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁 ・チンゲンサイ/にんじん/ねぎ/かつおだし汁/しょうゆ/食塩 ○さつまいも/パイン缶/粉かんてん/砂糖
28火	春雨丼 ツナ和え 豆腐のスープ 〈おやつ〉クッキー	・米/はるさめ/豚ひき肉/もやし/ピーマン/にんじん/はくさい/中華だしの素/しょうゆ ・ツナ缶/ピーマン/ひじき/コーン/しょうゆ/砂糖 ・木綿豆腐/しいたけ/にんじん/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
29水	御飯 たらのムニエル さっぱりポテトサラダ みそ汁 〈おやつ〉キャロットゼリー	・米 ・たら/食塩 ・じゃがいも/きゅうり/にんじん/酢/砂糖/食塩 ・だいこん/にんじん/油揚げ/ねぎ/かつおだし汁/米みそ(淡色辛みそ) ○オレンジ果汁/にんじん/粉かんてん/砂糖
30木	御飯 ハンバーグ なすのさっぱり煮 かぶのスープ 〈おやつ〉マカロニきな粉	・米 ・豚ひき肉/たまねぎ/ケチャップ ・なす/にんじん/鶏ひき肉/酢/しょうゆ/砂糖 ・かぶ/カットわかめ/たまねぎ/コンソメ/食塩 ○マカロニ/きな粉/砂糖
31金	御飯 鮭のコーンマヨ焼き 鶏肉と野菜の煮物 豆腐のすまし汁 〈おやつ〉アップルケーキ	・米 ・さけ/コーン/マヨネーズ ・鶏肉/だいこん/にんじん/しょうゆ/砂糖 ・木綿豆腐/しめじ/ねぎ/しょうゆ/食塩/かつおだし汁 ○ホットケーキ粉/豆乳/油/りんごジャム

* 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。

