

9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火	ケチャップライス アスパラサラダ 田舎スープ 〈おやつ〉きな粉サンド	・米/豚ひき肉/たまねぎ/じゃがいも/にんじん/しめじ/ケチャップ/コンソメ ・アスパラガス/コーン/酢/砂糖/食塩 ・たまねぎ/トマト/コンソメ/食塩 ○豆乳パン/きな粉/砂糖
2水	御飯 たらのマヨネーズ焼き 春雨の和え物 たまねぎのすまし汁 〈おやつ〉鬼まんじゅう	・米 ・たら/マヨネーズ ・はるさめ/きゅうり/にんじん/しょうゆ/砂糖 ・たまねぎ/にんじん/しょうゆ/食塩/かつおだし汁 ○さつまいも/小麦粉/砂糖
3木	御飯 鮭の煮付け パスタソテー キャロットスープ 〈おやつ〉オレンジコンポート	・米 ・さけ/かつおだし汁/しょうゆ/砂糖 ・スパゲティ/キャベツ/食塩/コンソメ ・にんじん/たまねぎ/コンソメ/食塩/豆乳 ○オレンジ/りんご
4金	御飯 焼きビーフン 小松菜のお浸し 厚揚げのみそ汁 〈おやつ〉フルーツカクテル	・米 ・ビーフン/豚肉/にんじん/たまねぎ/しょうゆ/砂糖/中華だしの素 ・こまつな/もやし/しょうゆ/砂糖 ・厚揚げ/たまねぎ/ねぎ/米みそ(淡色辛みそ)/かつおだし汁 ○洋なし缶/もも缶/砂糖
5土	ビビンバ 中華スープ 〈おやつ〉赤ちゃんスナック	米/豚ひき肉/たまねぎ/にんじん/しょうゆ/砂糖 ・しいたけ/チンゲンサイ/中華だしの素/食塩 ○赤ちゃんスナック
7月	御飯 かじきの甘辛焼き かぼちゃサラダ きのこスープ 〈おやつ〉じゃがいものおやき	・米 ・かじき/しょうゆ/砂糖 ・かぼちゃ/きゅうり/マヨネーズ/食塩 ・しめじ/しいたけ/にんじん/かつおだし汁/しょうゆ/食塩 ○じゃがいも/片栗粉/食塩
8火	豚丼 ほうれん草のお浸し 白菜のスープ 〈おやつ〉にんじんケーキ	・米/豚肉/ねぎ/にんじん/しょうゆ/砂糖 ・ほうれんそう/もやし/しょうゆ ・はくさい/たまねぎ/中華だしの素/食塩 ○ホットケーキ粉/にんじん/豆乳/油
9水	御飯 青菜のチャンプルー さつまいもの甘煮 わかめのみそ汁 〈おやつ〉クッキー	・米 ・厚揚げ/ツナ缶/にんじん/たまねぎ/チンゲンサイ/食塩 ・さつまいも/砂糖/しょうゆ ・カットわかめ/にんじん/ねぎ/米みそ(淡色辛みそ)/かつおだし汁 ○小麦粉/豆乳マーガリン/砂糖
10木	御飯 シチュー ブロッコリーのソテー 〈おやつ〉焼きりんご	・米 ・鶏肉/いんげん/たまねぎ/じゃがいも/豆乳/コンソメ/食塩 ・ブロッコリー/にんじん/コンソメ ○りんご/砂糖
11金	御飯 ホキのムニエル さっぱりポテトサラダ 具だくさん汁 〈おやつ〉さつまいもの茶巾	・米 ・ホキ/食塩 ・じゃがいも/にんじん/コーン/酢/砂糖/食塩 ・しめじ/たまねぎ/はくさい/しょうゆ/食塩/かつおだし汁 ○さつまいも/砂糖
12土	炊き込み御飯 そうめん汁 〈おやつ〉赤ちゃんスナック	・米/鶏ひき肉/にんじん/油揚げ/しいたけ/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁 ・そうめん/ほうれんそう/ねぎ/しょうゆ/食塩/かつおだし汁 ○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。



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)
14月	御飯 たらのしょうゆ焼き ひじきの煮物 かぼちゃのみそ汁 〈おやつ〉マカロニきな粉	・米 ・たら/しょうゆ ・ひじき/にんじん/さやえんどう/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁 ・かぼちゃ/油揚げ/ねぎ/米みそ(淡色辛みそ)/かつおだし汁 ・マカロニ/きな粉/砂糖
15火	マーボーうどん 切り干し大根サラダ 麩のスープ 〈おやつ〉かるかん	・うどん/木綿豆腐/豚ひき肉/にんじん/たまねぎ/米みそ(淡色辛みそ)/砂糖 ・切り干しだいこん/にんじん/こまつな/酢/しょうゆ/砂糖 ・焼ふ/えのきたけ/ねぎ/中華だしの素/食塩 ○米粉/砂糖/小麦粉
16水	御飯 豚肉と大根の煮物 わかめの酢の物 小松菜のすまし汁 〈おやつ〉ぶどうゼリー	・米 ・豚肉/ねぎ/だいこん/米みそ(淡色辛みそ)/砂糖/しょうゆ ・カットわかめ/きゅうり/みかん缶/酢/しょうゆ/砂糖 ・こまつな/にんじん/しょうゆ/食塩/かつおだし汁 ○ぶどう果汁/砂糖/粉かんでん
17木	御飯 かじきのソテー グラッセ かぶのスープ 〈おやつ〉ホットケーキ	・米 ・かじき/たまねぎ/食塩 ・じゃがいも/にんじん/ブロッコリー/コンソメ/砂糖 ・かぶ/たまねぎ/コンソメ/食塩 ○ホットケーキ粉/豆乳/油
18金	御飯 高野豆腐の煮物 キャベツのマヨネーズ和え 豆腐のすまし汁 〈おやつ〉ジャムサンド	・米 ・高野豆腐/鶏肉/いんげん/じゃがいも/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁 ・キャベツ/にんじん/マヨネーズ/しょうゆ ・木綿豆腐/はくさい/たまねぎ/しいたけ/しょうゆ/食塩/かつおだし汁 ○豆乳パン/いちごジャム
19土	すき煮丼 ほうれん草の和え物 〈おやつ〉赤ちゃんスナック	・米/豚肉/たまねぎ/にんじん/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁 ・ほうれんそう/にんじん/しょうゆ/砂糖 ○赤ちゃんおやつ
21月	敬老の日	
22火	秋分の日	
23水	リゾット もやしの和え物 チンゲン菜のスープ 〈おやつ〉洋なしケーキ	・米/たまねぎ/じゃがいも/コンソメ ・にんじん/もやし/キャベツ/しょうゆ/砂糖 ・チンゲンサイ/にんじん/コーン/コンソメ/食塩 ○ホットケーキ粉/洋なし缶/豆乳/油
24木	御飯 マカロニ煮込み きゅうりのサラダ ブロッコリーのスープ 〈おやつ〉お好み焼き	・米 ・マカロニ/鶏もも肉/たまねぎ/マッシュルーム/コンソメ/食塩 ・きゅうり/トマト/さつまいも/食塩 ・ブロッコリー/たまねぎ/にんじん/コンソメ/食塩 ○キャベツ/豚肉/ねぎ/小麦粉/ベーキングパウダー/かつおだし汁/ケチャップ
25金	御飯 鮭の塩焼き 白菜の煮浸し えのきのみそ汁 〈おやつ〉かぼちゃ団子	・米 ・さけ/食塩 ・はくさい/コーン/しょうゆ/かつおだし汁 ・たまねぎ/えのきたけ/かつおだし汁/米みそ(淡色辛みそ) ○かぼちゃ/きな粉/砂糖
26土	運動会	
28月	御飯 たらの南蛮漬け じゃがいものきんぴら 麩のすまし汁 〈おやつ〉蒸しパン	・御飯 ・たら/たまねぎ/ピーマン/酢/しょうゆ/砂糖 ・じゃがいも/にんじん/しょうゆ/砂糖 ・焼ふ/こまつな/ねぎ/しょうゆ/食塩/かつおだし汁 ○ホットケーキ粉/豆乳
29火	ツナの炊き込みご飯 炒り豆腐 春雨のみそ汁 〈おやつ〉アップルポテト	・米/ツナ缶/油揚げ/にんじん/しょうゆ/砂糖 ・木綿豆腐/しいたけ/たまねぎ/しょうゆ/砂糖 ・はるさめ/にんじん/キャベツ/米みそ(淡色辛みそ)/かつおだし汁 ○さつまいも/りんご
30水	御飯 肉団子 青菜炒め 高野豆腐のスープ 〈おやつ〉ラスク	・米 ・豚ひき肉/たまねぎ/しょうゆ/砂糖 ・ほうれんそう/にんじん/ねぎ/食塩 ・高野豆腐/カットわかめ/たまねぎ/中華だしの素/食塩 ○豆乳パン/豆乳マーガリン/砂糖

9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火	リゾット アスパラのお浸し	・米/鶏ひき肉/じゃがいも/たまねぎ/にんじん/かつおだし汁 ・アスパラガス/コーン/かつおだし汁	御飯 ブロッコリー はくさい
2水	御飯 たら きゅうりの和え物	・米 ・たら/かつおだし汁 ・きゅうり/にんじん/だいこん/かつおだし汁	御飯 カリフラワー ほうれんそう
3木	御飯 鮭のソテー キャベツサラダ	・米 ・さけ/かつおだし汁 ・キャベツ/にんじん/コーン/かつおだし汁	御飯 にんじん キャベツ
4金	御飯 鶏肉とさつまいもの煮物 小松菜のおひたし	・米 ・鶏ひき肉/さつまいも/たまねぎ/かつおだし汁 ・こまつな/だいこん/かつおだし汁	御飯 さつまいも たまねぎ
5土	五目がゆ	・米/木綿豆腐/鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/キャベツ/かつおだし汁	御飯 かぶ こまつな
7月	御飯 かじきの煮物 かぼちゃサラダ	・米 ・かじき/かつおだし汁 ・かぼちゃ/にんじん/きゅうり/かつおだし汁	御飯 かぼちゃ だいこん
8火	混ぜがゆ 白菜の煮物	・米/鶏ひき肉/ほうれんそう/にんじん/かつおだし汁 ・はくさい/いんげん/かつおだし汁	御飯 はくさい ほうれんそう
9水	御飯 麩のチャンプルー さつまいもの煮物	・米 ・焼ふ/にんじん/たまねぎ/コーン/かつおだし汁 ・さつまいも/かつおだし汁	御飯 さつまいも たまねぎ
10木	御飯 鶏つくね ブロッコリーソテー	・米 ・鶏ひき肉たまねぎいんげん/かつおだし汁 ・ブロッコリー/にんじん/たまねぎ/かつおだし汁	御飯 ブロッコリー にんじん
11金	御飯 ホキの煮付け ポテトサラダ	・米 ・ホキ/かつおだし汁 ・じゃがいも/にんじん/かつおだし汁	御飯 キャベツ じゃがいも
12土	混ぜ御飯	・米/鶏ひき肉/にんじん/ほうれんそう/かつおだし汁	御飯 こまつな カリフラワー

* 第1段階(10倍がゆ)、第2段階(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。



第2段階(7～8ヶ月)			第1段階(5～6ヶ月)
日付	献立名	材 料 名	献立名
14月	御飯 たら 白菜サラダ	・米 ・たら/かつおだし汁 ・はくさい/さやえんどう/にんじん/かつおだし汁	御飯 ほうれんそう だいこん
15火	煮込みうどん かぼちゃ煮	・うどん/木綿豆腐/にんじん/たまねぎ/かつおだし汁 ・かぼちゃ/かつおだし汁	御飯 たまねぎ かぼちゃ
16水	御飯 野菜の炊き合わせ きゅうりのサラダ	・米 ・鶏ひき肉/だいこん/にんじん/かつおだし汁 ・きゅうり/こまつな/かつおだし汁	御飯 ブロッコリー かぶ
17木	御飯 かじきのソテー 温野菜	・米 ・かじき/たまねぎ/かつおだし汁 ・じゃがいも/ブロッコリー/かぶ/かつおだし汁	御飯 じゃがいも こまつな
18金	御飯 高野豆腐の煮物 ふかし芋	・米 ・高野豆腐/たまねぎ/はくさい/かつおだし汁 ・さつまいも/かつおだし汁	御飯 さつまいも キャベツ
19土	そぼろ丼	・米/鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/ほうれんそう/かつおだし汁	御飯 カリフラワー はくさい
21月	敬老の日		
22火	秋分の日		
23水	リゾット キャベツの和え物	・米/たまねぎ/じゃがいも/かつおだし汁 ・キャベツ/にんじん/コーン/かつおだし汁	御飯 かぼちゃ キャベツ
24木	御飯 マカロニ煮込み さつまいものサラダ	・米 ・鶏ひき肉/マカロニ/ブロッコリー/かつおだし汁 ・きゅうり/にんじん/さつまいも/かつおだし汁	御飯 ブロッコリー さつまいも
25金	御飯 鮭 白菜の煮浸し	・米 ・さけ/かつおだし汁 ・はくさい/にんじん/かつおだし汁	御飯 じゃがいも はくさい
26土	運動会		
28月	御飯 たら じゃがいものきんぴら	・米 ・たら/かつおだし汁 ・じゃがいも/にんじん/こまつな/かつおだし汁	御飯 こまつな さつまいも
29火	炊き込み御飯 豆腐の煮物	・米/だいこん/にんじん/かつおだし汁 ・木綿豆腐/たまねぎ/キャベツ/かつおだし汁	御飯 キャベツ たまねぎ
30水	御飯 肉団子 青菜炒め	・米 ・鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/かつおだし汁 ・ほうれんそう/高野豆腐/かつおだし汁	御飯 ほうれんそう はくさい