

5月 離乳食献立表(1・2段階)

2021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土	煮込みうどん	・うどん/木綿豆腐/キャベツ/にんじん/たまねぎ/かつおだし汁	御飯 じゃがいも ほうれんそう
3月	憲法記念日		
4火	みどりの日		
5水	こどもの日		
6木	御飯 たら 大根サラダ	・米 ・たら/かつおだし汁 ・だいこん/にんじん/ブロッコリー/かつおだし汁	御飯 かぼちゃ ブロッコリー
7金	野菜うどん じゃがいもソテー	・うどん/鶏ひき肉/キャベツ/たまねぎ/かつおだし汁 ・じゃがいも/にんじん/かつおだし汁	御飯 たまねぎ はくさい
8土	混ぜがゆ	・米/しらす干し/かぶ/たまねぎ/にんじん/かつおだし汁	御飯 かぶ ほうれんそう
10月	御飯 シルバーと野菜の炊き合わせ 里芋の煮物	・米 ・シルバー/にんじん/カリフラワー/かつおだし汁 ・さといも/さやえんどう/かつおだし汁	御飯 カリフラワー にんじん
11火	リゾット きゅうりのサラダ	・米/木綿豆腐/たまねぎ/コーン/かつおだし汁 ・きゅうり/キャベツ/にんじん/かつおだし汁	御飯 きゅうり じゃがいも
12水	御飯 ハンバーグ ほうれん草としらすのソテー	・米 ・鶏ひき肉/木綿豆腐/たまねぎ/かつおだし汁 ・ほうれんそう/だいこん/しらす干し/かつおだし汁	御飯 ほうれんそう だいこん
13木	御飯 シチュー コーンサラダ	・米 ・鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/じゃがいも/いんげん/かつおだし汁 ・コーン/こまつな/かつおだし汁	御飯 こまつな たまねぎ
14金	御飯 かじきと白菜の煮物 炒り豆腐	・米 ・かじき/はくさい/にんじん/かつおだし汁 ・木綿豆腐/たまねぎ/ほうれんそう/かつおだし汁	御飯 はくさい ブロッコリー
15土	煮込みうどん	・うどん/鶏ひき肉/だいこん/にんじん/たまねぎ/かぼちゃ/かつおだし汁	御飯 かぼちゃ さつまいも

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
17月	御飯 鮭 ブロッコリーの和え物	・米 ・鮭/かつおだし汁 ・ブロッコリー/にんじん/かつおだし汁	御飯 ブロッコリー さつまいも
18火	混ぜ御飯 大根の煮物	・米/鶏ひき肉/ほうれん草/コーン/かつおだし汁 ・だいこん/にんじん/さといも/かつおだし汁	御飯 ほうれんそう にんじん
19水	御飯 たらとさつまいものソテー 豆腐とキャベツの煮物	・米 ・たら/さつまいも/かつおだし汁 ・キャベツ/にんじん/かつおだし汁	御飯 かぼちゃ キャベツ
20木	御飯 麩と鶏ひき肉の煮物 スイートポテトサラダ	・米 ・鶏ひき肉/にんじん/はくさい/たまねぎ/かつおだし汁 ・さつまいも/ブロッコリー/にんじん/かつおだし汁	御飯 にんじん はくさい
21金	御飯 豆腐の煮物 きゅうりの和え物	・米 ・木綿豆腐/鶏ひき肉/たまねぎ/じゃがいも/かつおだし汁 ・きゅうり/にんじん/こまつな/かつおだし汁	御飯 じゃがいも こまつな
22土	野菜がゆ	・米/鶏ひき肉/木綿豆腐/はくさい/かぶ/かつおだし汁	御飯 きゅうり カリフラワー
24月	御飯 かじき 高野豆腐の旨煮	・米 ・かじき/かつおだし汁 ・高野豆腐/にんじん/いんげん/かつおだし汁	御飯 だいこん にんじん
25火	肉豆腐丼 白菜のしらす和え	・米/鶏ひき肉/木綿豆腐/にんじん/たまねぎ/かつおだし汁 ・はくさい/しらす干し/かつおだし汁	御飯 はくさい じゃがいも
26水	御飯 鶏ひき肉と野菜の大和煮 マカロニサラダ	・米 ・鶏ひき肉/にんじん/だいこん/さつまいも/かつおだし汁 ・マカロニ/アスパラガス/かつおだし汁	御飯 さつまいも かぶ
27木	御飯 シルバーのオニオンソテー キャベツのお浸し	・米 ・シルバー/チンゲンサイ/かつおだし汁 ・キャベツ/きゅうり/にんじん/コーン/かつおだし汁	御飯 キャベツ きゅうり
28金	御飯 麩と野菜の炊き合わせ ブロッコリーサラダ	・米 ・鶏ひき肉/焼ふ/こまつな/にんじん/たまねぎ/かつおだし汁 ・ブロッコリー/コーン/かつおだし汁	御飯 こまつな ブロッコリー
29土	そばろスパゲティー	・スパゲティ/鶏ひき肉/にんじん/たまねぎ/オクラ/かつおだし汁	御飯 ほうれんそう カリフラワー
31月	御飯 たらのムニエル かぼちゃ煮	・米 ・たら/にんじん/かつおだし汁 ・かぼちゃ/鶏ひき肉/かつおだし汁	御飯 かぼちゃ たまねぎ

* 第1段階は10倍がゆ、第2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。



5月 離乳食献立表(3～4段階)

2021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土	ちゃんぽん風うどん にんじんサラダ 〈おやつ〉赤ちゃんスナック	・うどん/豚肉/にんじん/たまねぎ/キャベツ/しょうゆ/コンソメ ・にんじん/じゃがいも/コーン/コンソメ ○赤ちゃんスナック
3月	憲法記念日	
4火	みどりの日	
5水	こどもの日	
6木	御飯 たらけちやっ煮 切り干し大根サラダ オニオンスープ 〈おやつ〉かぼちゃケーキ	・米 ・たらけちやっ煮 ・切り干しだいこん/にんじん/砂糖/しょうゆ ・たまねぎ/コーン/あさつき/中華だしの素/食塩 ○ホットケーキ粉/豆乳/油/かぼちゃ
7金	焼うどん じゃがいもソテー 野菜スープ 〈おやつ〉パンがゆ	・うどん/豚肉/キャベツ/にんじん/たまねぎ/ピーマン/しょうゆ ・じゃがいも/コーン/コンソメ ・かぶ/たまねぎ/コンソメ/食塩 ○米粉パン/豆乳
8土	豚丼 わかめのみそ汁 〈おやつ〉赤ちゃんスナック	・米/豚肉/ねぎ/キャベツ/たまねぎ/にんじん/しょうゆ/砂糖 ・カットわかめ/にんじん/木綿豆腐/米みそ(淡色辛みそ)/かつおだし汁 ○赤ちゃんスナック
10月	御飯 シルバーのねぎみそ煮 にんじんきんぴら 里いものすまし汁 〈おやつ〉焼きりんご	・米 ・シルバー/ねぎ/米みそ/砂糖/かつおだし汁 ・にんじん/さやえんどう/しょうゆ/砂糖 ・さといも/にんじん/しいたけ/しょうゆ/食塩/かつおだし汁 ○りんご/砂糖
11火	ツナピラフ ひじきサラダ にんじんスープ 〈おやつ〉ぶどうゼリー	・米/ツナ缶/たまねぎ/コーン/赤ピーマン/コンソメ ・ひじき/にんじん/きゅうり/マヨネーズ ・にんじん/たまねぎ/じゃがいも/コンソメ/食塩 ○ぶどう果汁/粉かんでん/砂糖
12水	御飯 ハンバーグ ほうれん草としらすのソテー きのこのみそ汁 〈おやつ〉さつま芋クッキー	・米 ・豚ひき肉/たまねぎ/木綿豆腐/しょうゆ/砂糖 ・ほうれん草/キャベツ/しらす干し/中華だしの素 ・えのきたけ/しめじ/だいこん/中華だしの素/食塩 ○さつまいも/小麦粉/砂糖/油
13木	御飯 豆乳シチュー 小松菜のサラダ 〈おやつ〉オレンジコンポート	・米 ・鶏肉/じゃがいも/たまねぎ/にんじん/いんげん/豆乳/コンソメ ・コーン/こまつな/にんじん/酢/砂糖/食塩 ○オレンジ/砂糖
14金	御飯 かじきの煮付け きゅうりの和え物 豆腐のみそ汁 〈おやつ〉おふラスク	・米 ・かじき/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁 ・きゅうり/カットわかめ/トマト/中華だしの素/しょうゆ ・木綿豆腐/にんじん/ねぎ/米みそ/かつおだし汁 ○焼ふ/豆乳マーガリン/砂糖
15土	煮込みうどん ナムル 〈おやつ〉赤ちゃんスナック	・うどん/豚肉/にんじん/ねぎ/コーン/もやし/米みそ/しょうゆ/中華だしの素 ・キャベツ/だいこん/中華だしの素/しょうゆ ○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)
17月	御飯 鮭のパン粉焼き ブロッコリーのお浸し トマトスープ 〈おやつ〉さつまいもようかん	・米 ・鮭/パン粉/食塩/油 ・ブロッコリー/にんじん/しょうゆ ・トマト/たまねぎ/コンソメ/食塩 ○さつまいも/粉かんでん/砂糖
18火	肉みそ御飯 大根の中華煮 中華スープ 〈おやつ〉コーンフレークの豆乳煮	・米/豚ひき肉/にんじん/ほうれんそう/コーン/米みそ/しょうゆ/砂糖 ・だいこん/にんじん/中華だしの素/しょうゆ/さとう ・焼ふ/チンゲンサイ/たまねぎ/中華だしの素/食塩 ○コーンフレーク/豆乳
19水	御飯 たらの甘辛焼き キャベツの酢の物 もやしのみそ汁 〈おやつ〉マカロニきな粉	・米 ・たら/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁 ・キャベツ/カットわかめ/酢/砂糖 ・もやし/ねぎ/油揚げ/米みそ/かつおだし汁 ○マカロニ/きな粉/砂糖
20木	御飯 鶏肉のケチャップソテー スイートポテトサラダ 豆乳スープ 〈おやつ〉りんご蒸しパン	・米 ・鶏肉/ケチャップ ・さつまいも/にんじん/ブロッコリー/マヨネーズ ・はくさい/しめじ/たまねぎ/豆乳/コンソメ/食塩 ○ホットケーキ粉/豆乳/油/りんご
21金	御飯 厚揚げのみそ炒め もやしの和え物 小松菜のすまし汁 〈おやつ〉パンケーキ	・米 ・豚肉/厚揚げ/ねぎ/たまねぎ/にんじん/じゃがいも/ピーマン/米みそ/砂糖 ・もやし/きゅうり/しょうゆ ・こまつな/にんじん/しょうゆ/食塩/かつおだし汁 ○ホットケーキ粉/豆乳
22土	野菜がゆ そうめん汁 〈おやつ〉赤ちゃんスナック	・米/鶏肉/木綿豆腐/はくさい/えのきたけ/ねぎ/しょうゆ/かつおだし汁 ・そうめん/ほうれんそう/にんじん/かつおだし汁/しょうゆ/食塩 ○赤ちゃんスナック
24月	御飯 かじきの塩焼き 高野豆腐の旨煮 大根のすまし汁 〈おやつ〉いももち	・米 ・かじき/食塩 ・高野豆腐/しいたけ/にんじん/いんげん/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁 ・だいこん/にんじん/ねぎ/しょうゆ/食塩/かつおだし汁 ○じゃがいも/片栗粉/しょうゆ/砂糖
25火	春雨丼 しらす和え ワンタンスープ 〈おやつ〉きな粉パン	・米/鶏ひき肉/はるさめ/はくさい/にんじん/中華だしの素/しょうゆ/砂糖 ・にんじん/しらす干し/しょうゆ/砂糖 ・ワンタンの皮/もやし/ねぎ/コーン/中華だしの素/食塩 ○豆乳パン/きな粉/豆乳/砂糖
26水	御飯 豚肉と野菜の大和煮 マカロニサラダ 厚揚げのみそ汁 〈おやつ〉豆乳ゼリー	・米 ・豚肉/にんじん/だいこん/さつまいも/さやえんどう/かつおだし汁/しょうゆ/砂糖 ・マカロニ/アスパラガス/ツナ缶/酢/砂糖/食塩 ・厚揚げ/にんじん/ねぎ/米みそ/かつおだし汁 ○豆乳/粉かんでん/砂糖/パイン缶
27木	御飯 シルバーのパン粉焼き キャベツのマヨネーズ和え コンソメスープ 〈おやつ〉かぼちゃ団子	・米 ・シルバー/パン粉/食塩/油 ・キャベツ/にんじん/きゅうり/マヨネーズ/しょうゆ ・チンゲンサイ/にんじん/コンソメ/食塩 ○かぼちゃ/砂糖
28金	御飯 ツナと麩の煮物 ブロッコリーのソテー 豆腐スープ 〈おやつ〉オレンジ蒸しパン	・米 ・ツナ油漬け缶/焼ふ/たまねぎ/にんじん/しめじ/こまつな/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁 ・ブロッコリー/コーン/コンソメ ・木綿豆腐/たまねぎ/しょうゆ/食塩/かつおだし汁 ○ホットケーキ粉/オレンジ果汁/砂糖/油
29土	ナポリタン おくらスープ 〈おやつ〉赤ちゃんスナック	・スパゲティ/鶏ひき肉/にんじん/たまねぎ/ピーマン/ケチャップ ・オクラ/コーン/カットわかめ/コンソメ/食塩 ○赤ちゃんスナック
31月	御飯 たらのムニエル かぼちゃのそぼろ煮 高野豆腐のみそ汁 〈おやつ〉にんじんクッキー	・米 ・たら/小麦粉/油/食塩 ・かぼちゃ/鶏ひき肉/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁 ・高野豆腐/たまねぎ/米みそ(淡色辛みそ)/かつおだし汁 ○にんじん/小麦粉/豆乳マーガリン/砂糖

* 第3段階は6倍がゆ、第4段階は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。

