

10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金	御飯 ホキの香り焼き アスパラサラダ	・米 ・ホキ/かつおだし汁 ・きゅうり/にんじん/アスパラガス/かつおだし汁	御飯 はくさい ほうれんそう
2土	ピラフ	・米/鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/いんげん/かつおだし汁	御飯 たまねぎ にんじん
4月	御飯 鶏肉の野菜煮 かぼちゃの煮物	・米 ・鶏ひき肉/にんじん/たまねぎ/カリフラワー/かつおだし汁 ・かぼちゃ/かつおだし汁	御飯 さつまいも カリフラワー
5火	混ぜがゆ キャベツの和え物	・米/鶏ひき肉/だいこん/にんじん/かぶ/かつおだし汁 ・きゅうり/キャベツ/かつおだし汁	御飯 かぶ キャベツ
6水	御飯 シルバー 野菜の煮物	・米 ・シルバー/かつおだし汁 ・木綿豆腐/にんじん/はくさい/かつおだし汁	御飯 こまつな はくさい
7木	御飯 鶏の旨煮 にんじんサラダ	・米 ・ブロッコリー/鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/かつおだし汁 ・かぼちゃ/きゅうり/にんじん/かつおだし汁	御飯 ブロッコリー かぼちゃ
8金	御飯 かじきの煮物 小松菜のソテー	・米 ・かじき/さやえんどう/かつおだし汁 ・こまつな/にんじん/かつおだし汁	御飯 にんじん じゃがいも
9土	そぼろどんぶり	・米/鶏ひき肉/ほうれんそう/コーン/にんじん/かつおだし汁	御飯 ほうれんそう たまねぎ
11月	御飯 鮭のちゃんちゃん焼き 芋の煮ころがし	・米 ・さけ/キャベツ/にんじん/だいこん/かつおだし汁 ・木綿豆腐/さつまいも/かつおだし汁	御飯 キャベツ だいこん
12火	混ぜ御飯 きゅうりサラダ	・米/鶏ひき肉/にんじん/たまねぎ/はくさい/かつおだし汁 ・きゅうり/にんじん/トマト/かつおだし汁	御飯 さつまいも はくさい
13水	御飯 肉じゃが ほうれん草のお浸し	・米 ・鶏ひき肉/にんじん/じゃがいも/たまねぎ/かつおだし汁 ・ほうれんそう/にんじん/木綿豆腐/かつおだし汁	御飯 じゃがいも ほうれんそう
14木	御飯 たらの蒸し物 里いもの煮物	・米 ・たら/はくさい/かつおだし汁 ・さといも/たまねぎ/にんじん/かつおだし汁	御飯 にんじん かぶ
15金	御飯 豆腐の煮物 にんじんサラダ	・米 ・鶏ひき肉/木綿豆腐/ブロッコリー/かつおだし汁 ・きゅうり/コーン/さつまいも/にんじん/かつおだし汁	御飯 たまねぎ ブロッコリー
16土	焼きうどん	・うどん/鶏ひき肉/にんじん/キャベツ/いんげん/かつおだし汁	御飯 カリフラワー かぼちゃ

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 シルバーの煮物 白和え	・米 ・シルバー/かつおだし汁 ・木綿豆腐/にんじん/ほうれんそう/かつおだし汁	御飯 にんじん ほうれんそう
19火	鶏がゆ コールスローサラダ	・米/鶏ひき肉/にんじん/たまねぎ/なす/いんげん/かつおだし汁 ・キャベツ/きゅうり/かつおだし汁	御飯 キャベツ さつまいも
20水	御飯 たら 大根の煮物	・米 ・たら/かつおだし汁 ・じゃがいも/にんじん/こまつな/だいこん/かつおだし汁	御飯 じゃがいも だいこん
21木	御飯 豆腐ハンバーグ ポテトサラダ	・米 ・鶏ひき肉/にんじん/たまねぎ/木綿豆腐/かつおだし汁 ・じゃがいも/にんじん/ブロッコリー/かつおだし汁	御飯 ブロッコリー かぶ
22金	御飯 野菜炒め きゅうりの和え物	・米 ・鶏ひき肉/にんじん/こまつな/たまねぎ/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 こまつな たまねぎ
23土	チャーハン	・米/木綿豆腐/鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/コーン/かつおだし汁	御飯 かぼちゃ はくさい
25月	御飯 鮭の塩焼き じゃがいもの煮物	・米 ・さけ/だいこん/かつおだし汁 ・じゃがいも/にんじん/かつおだし汁	御飯 だいこん ほうれんそう
26火	鶏とキャベツのどんぶり 小松菜のナムル	・米/鶏ひき肉/キャベツ/にんじん/かつおだし汁 ・こまつな/コーン/かぶ/かつおだし汁	御飯 カリフラワー にんじん
27水	御飯 かじき 高野豆腐の煮物	・米 ・かじき/かつおだし汁 ・高野豆腐/鶏ひき肉/にんじん/じゃがいも/かつおだし汁	御飯 じゃがいも ブロッコリー
28木	御飯 ハンバーグ マカロニサラダ	・米 ・鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/かつおだし汁 ・マカロニ/にんじん/きゅうり/コーン/かつおだし汁	御飯 こまつな たまねぎ
29金	御飯 豆腐の炒め物 白菜の煮浸し	・米 ・鶏ひき肉/木綿豆腐/たまねぎ/さやえんどう/かつおだし汁 ・はくさい/にんじん/かつおだし汁	御飯 はくさい さつまいも
30土	ハロウィン		

* 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。



10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金	御飯 ホキの香り焼き ひじきサラダ かぶのスープ 〈おやつ〉フレークがゆ	・米 ・ホキ/しょうゆ ・ひじき/きゅうり/にんじん/砂糖/しょうゆ/酢 ・かぶ/かぶ葉/にんじん/コンソメ/食塩 ○コーンフレーク/豆乳/砂糖
2土	ピラフ 水菜のすまし汁 〈おやつ〉赤ちゃんスナック	・米/鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/いんげん/コンソメ/食塩 ・みずな/にんじん/たまねぎ/コンソメ/食塩 ○赤ちゃんスナック
4月	御飯 ビーフン かぼちゃの煮物 みそ汁 〈おやつ〉コンポート	・米 ・ビーフン/鶏ひき肉/にんじん/たまねぎ/中華だしの素/しょうゆ かぼちゃ/かつおだし汁/砂糖/しょうゆ キャベツ/たまねぎ/にんじん/かつおだし汁/米みそ ○りんご/オレンジ/砂糖
5火	みそ煮丼 キャベツの和え物 もやしのスープ 〈おやつ〉ジャムサンド	・米/豚肉/だいこん/にんじん/ねぎ/米みそ/かつおだし汁 ・キャベツ/にんじん/かつおだし汁/砂糖/しょうゆ ・もやし/カットわかめ/中華だしの素/食塩 ○豆乳パン/いちごジャム
6水	御飯 シルバーのコーンマヨ焼き 筑前煮 豆腐のすまし汁 〈おやつ〉パインゼリー	・米 ・シルバー/コーン/食塩/マヨネーズ ・にんじん/しいたけ/いんげん/かつおだし汁/砂糖/しょうゆ ・木綿豆腐/えのきたけ/あさつき/かつおだし汁/食塩 ○パイナップル濃縮果汁/粉かんてん/砂糖
7木	御飯 ポークチャップ にんじんサラダ 田舎スープ 〈おやつ〉シュガートースト	・米 ・豚肉/たまねぎ/にんじん/ブロッコリー/コンソメ/ケチャップ ・にんじん/きゅうり/ツナ缶/酢/砂糖/食塩 ・かぼちゃ/たまねぎ/コンソメ/食塩 ○豆乳パン/豆乳/砂糖
8金	御飯 かじきのねぎ煮 小松菜の炒め物 そうめんのみそ汁 〈おやつ〉いももち	・米 ・かじき/ねぎ/かつおだし汁/砂糖/しょうゆ ・こまつな/にんじん/もやし/中華だしの素/食塩 ・そうめん/さやえんどう/にんじん/かつおだし汁/米みそ ○じゃがいも/片栗粉/砂糖/しょうゆ
9土	三色どんぶり コーンの中華スープ 〈おやつ〉赤ちゃんスナック	・米/鶏ひき肉/にんじん/ほうれん草/砂糖/しょうゆ ・コーン/カットわかめ/にんじん/中華だしの素/食塩 ○赤ちゃんスナック
11月	御飯 鮭のちゃんちゃん焼き 芋の煮ころがし けんちん汁 〈おやつ〉きな粉ケーキ	・米 ・鮭/キャベツ/にんじん/しめじ/米みそ/砂糖/かつおだし汁 ・さつまいも/かつおだし汁/食塩 ・だいこん/にんじん/ねぎ/木綿豆腐/かつおだし汁/しょうゆ/食塩 ○きなこ/木綿豆腐/ホットケーキ粉/油/砂糖
12火	中華風混ぜ御飯 わかめサラダ えのきスープ 〈おやつ〉しらすトースト	・米/豚ひき肉/にんじん/しいたけ/たまねぎ/しょうゆ/砂糖/中華だしの素 ・カットわかめ/もやし/きゅうり/酢/砂糖/食塩 ・えのきたけ/にんじん/ねぎ/中華だしの素/食塩 ○豆乳パン/しらす干し/マヨネーズ
13水	御飯 塩肉じゃが ほうれん草のお浸し みそ汁 〈おやつ〉クッキー	・米 ・鶏肉/じゃがいも/たまねぎ/にんじん/あさつき/コンソメ/しょうゆ/砂糖 ・ほうれん草/にんじん/砂糖/しょうゆ ・たまねぎ/油揚げ/はくさい/かつおだし汁/米みそ ○小麦粉/豆乳マーガリン/砂糖/油/豆乳
14木	御飯 たらのオーロラソース 里いもの中華煮 人参スープ 〈おやつ〉かぼちゃのおやき	・米 ・たら/マヨネーズ/ケチャップ ・さといも/にんじん/たまねぎ/中華だしの素/食塩 ・にんじん/はくさい/たまねぎ/コンソメ/食塩 ○かぼちゃ/片栗粉/砂糖/しょうゆ
15金	御飯 厚揚げのみそ煮 ツナサラダ すまし汁 〈おやつ〉フルーツゼリー	・米 ・豚肉/厚揚げ/たまねぎ/にんじん/ピーマン/かつおだし汁/米みそ/砂糖/しょうゆ ・ツナ缶/きゅうり/コーン/マヨネーズ ・たまねぎ/にんじん/しめじ/かつおだし汁/しょうゆ/食塩 ○粉かんてん/もも缶/洋なし缶/砂糖
16土	焼きうどん いんげんの和え物 〈おやつ〉赤ちゃんスナック	・うどん/豚肉/キャベツ/にんじん/たまねぎ/しょうゆ ・いんげん/にんじん/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)
18月	御飯 シルバーの煮物 白和え チンゲン菜のみそ汁 〈おやつ〉豆乳ゼリー	・米 ・シルバー/しょうゆ ・木綿豆腐/ほうれん草/にんじん/かつおだし汁/米みそ/砂糖 ・チンゲンサイ/ねぎ/油揚げ/かつおだし汁/米みそ ○粉かんでん/砂糖/豆乳
19火	ケチャップライス コールスローサラダ コンソメスープ 〈おやつ〉フルーツパンケーキ	・米/豚ひき肉/にんじん/たまねぎ/なす/いんげん/コンソメ/ケチャップ ・キャベツ/きゅうり/コーン/食塩/砂糖/酢/マヨネーズ ・カットわかめ/たまねぎ/にんじん/コンソメ/食塩 ○ホットケーキ粉/豆乳/油/みかん缶/パイン缶
20水	御飯 たらのみそ煮 ひじきの煮物 五目汁 〈おやつ〉パンがゆ	・米 ・たら/かつおだし汁/米みそ/しょうゆ/砂糖 ・ひじき/にんじん/じゃがいも/かつおだし汁/砂糖/しょうゆ ・こまつな/だいこん/にんじん/ねぎ/油揚げ/かつおだし汁/しょうゆ/食塩 ○豆乳パン/豆乳/砂糖
21木	御飯 おからハンバーグ ポテトサラダ えのきスープ 〈おやつ〉チヂミ	・米 ・豚ひき肉/鶏ひき肉/たまねぎ/おから/片栗粉/ケチャップ ・じゃがいも/にんじん/ブロッコリー/食塩/砂糖/酢 ・えのきたけ/しめじ/たまねぎ/コンソメ/食塩 ○米粉/豚ひき肉/コーン/しらす干し/食塩
22金	御飯 野菜炒め きゅうりの和え物 すまし汁 〈おやつ〉ほうれん草ケーキ	・米 ・豚肉/にんじん/こまつな/たまねぎ/コンソメ ・きゅうり/にんじん/もやし/しょうゆ ・たまねぎ/切り干し大根/油揚げ/かつおだし汁/しょうゆ/食塩 ○ホットケーキ粉/豆乳/油/ほうれん草
23土	ツナチャーハン 白菜スープ 〈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/ねぎ/中華だしの素/しょうゆ ・はくさい/木綿豆腐/中華だしの素/食塩 ○赤ちゃんスナック
25月	御飯 鮭の塩焼き ポテトの豆乳煮 大根のすまし汁 〈おやつ〉マカロニきな粉	・米 ・さけ/食塩 ・じゃがいも/豆乳/食塩/コンソメ ・だいこん/にんじん/あさつき/かつおだし汁//しょうゆ/食塩 ○マカロニ/きな粉/砂糖
26火	回鍋肉丼 もやしのナムル わかめスープ 〈おやつ〉りんごケーキ	・米/豚肉/にんじん/キャベツ/ピーマン/中華だしの素/しょうゆ/砂糖/米みそ ・もやし/にんじん/コーン/しょうゆ ・カットわかめ/たまねぎ/こまつな/中華だしの素/食塩 ○りんご/ホットケーキ粉/豆乳/油
27水	御飯 かじきのパン粉焼き きんぴら 高野豆腐のみそ汁 〈おやつ〉マヨトースト	・米 ・かじき/パン粉/油/食塩 ・鶏ひき肉/にんじん/ピーマン/かつおだし汁/砂糖/食塩 ・高野豆腐/にんじん/じゃがいも/かつおだし汁/米みそ ○たまねぎ/豆乳パン/マヨネーズ
28木	御飯 ハンバーグ マカロニサラダ かぼちゃスープ 〈おやつ〉フルーツポンチ	・米 ・豚ひき肉/たまねぎ/にんじん/小麦粉/ケチャップ ・マカロニ/にんじん/きゅうり/コーン/マヨネーズ ・かぼちゃ/たまねぎ/豆乳/コンソメ/食塩 ○もも缶/パイン缶/りんご
29金	御飯 豆腐の炒め物 切り干し大根の旨煮 中華スープ 〈おやつ〉さつまいもの茶巾	・米 ・木綿豆腐/豚肉/はくさい/たまねぎ/パプリカ/中華だしの素/食塩 ・切り干し大根/にんじん/油揚げ/かつおだし汁/砂糖/しょうゆ ・にんじん/えのきたけ/ブロッコリー/中華だしの素/食塩 ○さつまいも/砂糖
30土	ハロウィン	

* 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。

