

1月 離乳食献立表(1・2段階)

2022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	元旦		
3月	休園日		
4火	混ぜがゆ マカロニサラダ	・米/鶏ひき肉/にんじん/じゃがいも/かつおだし汁 ・マカロニ/キャベツ/かつおだし汁	御飯 さつまいも キャベツ
5水	御飯 鮭 里芋の煮物	・米 ・さけ/かつおだし汁 ・さといも/にんじん/いんげん/かつおだし汁	御飯 ブロッコリー にんじん
6木	御飯 鶏ひき肉と野菜のソテー キャベツのサラダ	・米 ・鶏ひき肉/たまねぎ/コーン/かつおだし汁 ・キャベツ/じゃがいも/かつおだし汁	御飯 じゃがいも はくさい
7金	御飯 豆腐の煮物 ほうれん草のお浸し	・米 ・木綿豆腐/だいこん/じゃがいも/かつおだし汁 ・ほうれん草/にんじん/かつおだし汁	御飯 ほうれんそう だいこん
8土	肉うどん	・うどん/鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/こまつな/かつおだし汁	御飯 こまつな かぼちゃ
10月	成人の日		
11火	かじきのおかゆ かぶの煮物	・米/かじき/にんじん/かつおだし汁 ・かぶ/かぼちゃ/かつおだし汁	御飯 かぶ にんじん
12水	御飯 鶏肉と野菜の大和煮 きゅうりサラダ	・米 ・鶏ひき肉/じゃがいも/にんじん/いんげん/かつおだし汁 ・きゅうり/木綿豆腐/かつおだし汁	御飯 カリフラワー さつまいも
13木	御飯 シルバー ジャーマンポテト	・米 ・シルバー/かつおだし汁 ・じゃがいも/たまねぎ/こまつな/かつおだし汁	御飯 じゃがいも こまつな
14金	御飯 たらのソテー 麩とさつまいもの煮物	・米 ・たら/ブロッコリー/かつおだし汁 ・焼ふ/さつまいも/かつおだし汁	御飯 キャベツ ブロッコリー
15土	そばろ井	・米/鶏ひき肉/さといも/はくさい/かつおだし汁	御飯 はくさい 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
17月	御飯 かじきと豆腐の煮物 じゃがいも煮	・米 ・かじき/木綿豆腐/こまつな/かつおだし汁 ・じゃがいも/たまねぎ/かつおだし汁	御飯 だいこん こまつな
18火	野菜がゆ なすのソテー	・米/鶏ひき肉/にんじん/だいこん/ほうれんそう/かつおだし汁 ・なす/コーン/かつおだし汁	御飯 ほうれんそう さつまいも
19水	御飯 野菜炒め ナムル	・米 ・しらす干し/キャベツ/にんじん/かつおだし汁 ・きゅうり/ブロッコリー/かつおだし汁	御飯 じゃがいも ブロッコリー
20木	御飯 ミートスパゲティ かぶの和え物	・米 ・スパゲティ/鶏ひき肉/たまねぎ/カリフラワー/かつおだし汁 ・かぶ/にんじん/かつおだし汁	御飯 キャベツ かぶ
21金	御飯 肉豆腐 かぼちゃサラダ	・米 ・鶏ひき肉/木綿豆腐/たまねぎ/かつおだし汁 ・かぼちゃ/いんげん/かつおだし汁	御飯 カリフラワー かぼちゃ
22土	野菜うどん	・うどん/たら/にんじん/ほうれんそう/はくさい/かつおだし汁	御飯 たまねぎ はくさい
24月	御飯 鮭のコーン焼き ポテトソテー	・米 ・さけ/コーン/かつおだし汁 ・じゃがいも/にんじん/いんげん/かつおだし汁	御飯 じゃがいも にんじん
25火	野菜丼 トマトサラダ	・米/木綿豆腐/にんじん/はくさい/かつおだし汁 ・トマト/こまつな/かつおだし汁	御飯 さつまいも こまつな
26水	御飯 豆腐のソテー 大根の煮物	・米 ・木綿豆腐/しらす干し/ほうれんそう/かつおだし汁 ・だいこん/にんじん/かつおだし汁	御飯 だいこん キャベツ
27木	御飯 トマトシチュー ブロッコリーのソテー	・米 ・鶏ひき肉/トマト/じゃがいも/たまねぎ/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 はくさい
28金	御飯 かじきの煮付け 炒り豆腐	・米 ・かじき/にんじん/かつおだし汁 ・木綿豆腐/たまねぎ/コーン/かつおだし汁	御飯 かぼちゃ たまねぎ
29土	鶏丼	・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 ほうれんそう カリフラワー
31月	御飯 たらと野菜の煮物 いんげんの和え物	・米 ・たら/さつまいも/だいこん/かつおだし汁 ・いんげん/かぶ/かつおだし汁	御飯 さつまいも かぶ

* 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。



1月 離乳食献立表(3~4段階)

2022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	元旦	
3月	休園日	
4火	ツナがゆ マカロニサラダ 春雨スープ 〈おやつ〉ジャムサンド	・米/ツナ缶/にんじん/じゃがいも/たまねぎ/かつおだし汁/しょうゆ ・マカロニ/キャベツ/マヨネーズ ・はるさめ/にんじん/たまねぎ/コンソメ/食塩 ○米粉パン/いちごジャム
5水	御飯 鮭の塩焼き 里芋の煮物 わかめのみそ汁 〈おやつ〉さつまいも団子	・米 ・さけ/食塩 ・さといも/いんげん/にんじん/かつおだし汁/しょうゆ/砂糖 ・わかめ/にんじん/かつおだし汁/米みそ(淡色辛みそ) ○さつまいも/砂糖/きな粉
6木	御飯 豆乳グラタン キャベツの甘酢和え 田舎スープ 〈おやつ〉オレンジコンポート	・米 ・マカロニ/鶏肉/たまねぎ/コーン/小麦粉/豆乳/コンソメ ・キャベツ/にんじん/りんご/酢/砂糖/食塩 ・たまねぎ/かぶ/コンソメ/食塩 ○オレンジ/砂糖
7金	御飯 みそおでん ほうれん草のお浸し えのきのすまし汁 〈おやつ〉きな粉焼きドーナツ	・米 ・厚揚げ/だいこん/じゃがいも/鶏ひき肉/かつおだし汁/米みそ(淡色辛みそ)/砂糖 ・ほうれん草/もやし/しょうゆ ・えのきたけ/にんじん/かつおだし汁/しょうゆ/食塩 ○ホットケーキ粉/木綿豆腐/きな粉/砂糖/油
8土	肉みそうどん コーンスープ 〈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/エリンギ/米みそ(淡色辛みそ)/かつおだし汁 ・コーン/たまねぎ/中華だしの素/食塩 ○赤ちゃんスナック
10月	成人の日	
11火	野菜がゆ なすのさっぱり煮 ほうれん草のみそ汁 〈おやつ〉豆乳プリン	・米/にんじん/だいこん/しめじ/かつおだし汁/しょうゆ/食塩 ・なす/コーン/豚肉/酢/しょうゆ/砂糖 ・ほうれん草/ねぎ/かつおだし汁/米みそ(淡色辛みそ) ○豆乳/粉かんでん/砂糖
12水	御飯 鶏肉と野菜の大和煮 ひじきサラダ 具だくさん汁 〈おやつ〉クッキー	・米 ・鶏肉/じゃがいも/にんじん/だいこん/いんげん/かつおだし汁/砂糖/しょうゆ ・ひじき/きゅうり/マヨネーズ ・木綿豆腐/にんじん/ねぎ/たまねぎ/かつおだし汁/しょうゆ/食塩 ○小麦粉/豆乳マーガリン/砂糖
13木	御飯 シルバーのソテー ジャーマンポテト 白菜スープ 〈おやつ〉大根もち	・米 ・シルバー/食塩 ・じゃがいも/たまねぎ/にんじん/ベーコン/コンソメ ・はくさい/にんじん/中華だしの素/食塩 ○米粉/切り干しだいこん/ねぎ/豚ひき肉/しょうゆ/砂糖/油
14金	御飯 たらのしょうゆ焼き 切り干し大根の炒め煮 麩のすまし汁 〈おやつ〉かぼちゃの茶巾	・米 ・たら/しょうゆ ・切り干しだいこん/もやし/しょうゆ/砂糖 ・焼ふ/たまねぎ/ねぎ/かつおだし汁/しょうゆ/食塩 ○かぼちゃ/砂糖
15土	豆腐そぼろ丼 えのきのみそ汁 〈おやつ〉赤ちゃんスナック	・米/鶏ひき肉/木綿豆腐/にんじん/ほうれん草/かつおだし汁/しょうゆ/砂糖 ・えのきたけ/はくさい/かつおだし汁/米みそ(淡色辛みそ) ○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 かじきの煮つけ チャンプルー じゃがいものすまし汁 〈おやつ〉あずき蒸しパン	・米 ・かじき/かつおだし汁/しょうゆ/砂糖 ・木綿豆腐/チンゲンサイ/にんじん/中華だしの素 ・じゃがいも/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/あずき缶/油
18火	ピビンバ にんじんしりしり しいたけスープ 〈おやつ〉豆乳フレンチトースト	・米/鶏ひき肉/もやし/ほうれんそう/ねぎ/しょうゆ/砂糖 ・にんじん/コーン/コンソメ ・しいたけ/たまねぎ/中華だしの素/食塩 ○米粉パン/豆乳/砂糖/油
19水	御飯 回鍋肉 ナムル たまねぎのスープ 〈おやつ〉いもかんでん	・米 ・豚肉/キャベツ/ピーマン/たまねぎ/米みそ(淡色辛みそ)/砂糖 ・きゅうり/カットわかめ/しょうゆ ・たまねぎ/にんじん/中華だしの素/食塩 ○さつまいも/パイン缶/粉かんでん/砂糖
20木	御飯 ミートスパゲティ キャベツのサラダ かぶのスープ 〈おやつ〉お麩ラスク	・米 ・スパゲティ/豚ひき肉/たまねぎ/にんじん/ケチャップ/コンソメ ・キャベツ/ツナ缶/酢/砂糖/食塩 ・ベーコン/かぶ/たまねぎ/コンソメ/食塩 ○焼ふ/豆乳マーガリン/砂糖
21金	御飯 すき焼き風煮物 かぼちゃサラダ もやしのみそ汁 〈おやつ〉洋なしケーキ	・米 ・豚肉/木綿豆腐/たまねぎ/えのきたけ/しょうゆ/砂糖 ・かぼちゃ/ブロッコリー/マヨネーズ ・もやし/カットわかめ/あさつき/かつおだし汁/米みそ(淡色辛みそ) ○洋なし缶/ホットケーキ粉/豆乳/油
22土	五目うどん 白菜の和え物 〈おやつ〉赤ちゃんスナック	・うどん/鶏肉/たまねぎ/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/油揚げ/しょうゆ ○赤ちゃんスナック
24月	御飯 鮭のマヨネーズ焼き ポテトソテー 油揚げのすまし汁 〈おやつ〉パインゼリー	・米 ・さけ/マヨネーズ ・じゃがいも/ブロッコリー/にんじん/コンソメ ・油揚げ/にんじん/ねぎ/かつおだし汁/しょうゆ/食塩 ○パイナップル果汁/砂糖/粉かんでん
25火	春雨丼 ツナ和え 中華スープ 〈おやつ〉コーンフレークの豆乳煮	・米/はるさめ/豚ひき肉/にんじん/はくさい/中華だしの素/しょうゆ/砂糖 ・ひじき/赤ピーマン/ツナ缶/しょうゆ ・トマト/チンゲンサイ/エリンギ/中華だしの素/食塩 ○コーンフレーク/豆乳
26水	御飯 シルバーのムニエル じゃがいものきんぴら 豆腐のスープ 〈おやつ〉りんごコンポート	・米 ・シルバー/小麦粉/油/ケチャップ ・じゃがいも/にんじん/かつおだし汁/しょうゆ/砂糖 ・木綿豆腐/しめじ/コンソメ/食塩 ・りんご/砂糖
27木	御飯 トマトシチュー グラッセ 〈おやつ〉お好み焼き	・米 ・豚肉/たまねぎ/にんじん/じゃがいも/コンソメ/ケチャップ ・ブロッコリー/にんじん/砂糖/コンソメ ○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
28金	御飯 ホキの塩焼き 筑前煮 そうめん汁 〈おやつ〉フルーツカクテル	・米 ・ホキ/食塩 ・だいこん/にんじん/さやえんどう/かつおだし汁/しょうゆ/砂糖 ・そうめん/たまねぎ/かつおだし汁/しょうゆ/食塩 ○洋なし缶/パイン缶
29土	豚丼 ほうれん草スープ 〈おやつ〉赤ちゃんスナック	・米/豚肉/たまねぎ/にんじん/いんげん/しょうゆ/砂糖 ・ほうれんそう/にんじん/コンソメ/食塩 ○赤ちゃんスナック
31月	御飯 豚ひき肉とさつまいもの煮物 酢の物 いんげんのみそ汁 〈おやつ〉かるかん	・米 ・豚ひき肉/さつまいも/にんじん/かつおだし汁/しょうゆ/砂糖 ・きゅうり/カットわかめ/みかん缶/酢/砂糖/しょうゆ ・いんげん/にんじん/しいたけ/かつおだし汁/米みそ(淡色辛みそ) ○米粉/砂糖/ベーキングパウダー

* 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。

