

# 1月 離乳食献立表(1・2段階)

2023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
2月	休園日		
3火	休園日		
4水	御飯 鮭 里いもの煮物	・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 さつまいも キャベツ
5木	御飯 豆腐グラタン キャベツの和え物	・米 ・木綿豆腐/マカロニ/鶏ひき肉/たまねぎ/コーン/かつおだし汁 ・キャベツ/にんじん/かぶ/かつおだし汁	御飯 ブロッコリー にんじん
6金	御飯 麩のチャンプルー ほうれん草のお浸し	・米 ・焼ふ/鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/かつおだし汁 ・ほうれんそう/にんじん/かつおだし汁	御飯 じゃがいも はくさい
7土	三色丼	・米/にんじん/いんげん/鶏ひき肉/かつおだし汁	御飯 ほうれんそう だいこん
9月	成人の日		
10火	青のり御飯 つみれ 大根の旨煮	・米/あおのり ・鶏ひき肉/木綿豆腐/にんじん/たまねぎ/かつおだし汁 ・だいこん/にんじん/かつおだし汁	御飯 こまつな かぼちゃ
11水	御飯 鶏とさつまいもの煮物 豆腐サラダ	・米 ・鶏ひき肉/さつまいも/にんじん/たまねぎ/かつおだし汁 ・木綿豆腐/にんじん/きゅうり/かつおだし汁	御飯 かぶ にんじん
12木	御飯 シルバー グラッセ	・米 ・シルバー/かつおだし汁 ・ブロッコリー/にんじん/はくさい/かつおだし汁	御飯 カリフラワー さつまいも
13金	御飯 たらの煮付け なすのさっぱり煮	・米 ・たら/かつおだし汁 ・なす/にんじん/たまねぎ/焼ふ/かつおだし汁	御飯 じゃがいも ほうれんそう
14土	あんかけうどん	・うどん/鶏ひき肉/にんじん/はくさい/いんげん/かつおだし汁	御飯 キャベツ ブロッコリー

\* 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。



日付	献立名	材料名	材料名
16月	御飯 すき焼き風煮物 かぼちゃサラダ	・米 ・鶏ひき肉/にんじん/たまねぎ/木綿豆腐/かつおだし汁 ・かぼちゃ/きゅうり/コーン/かつおだし汁	御飯 だいこん こまつな
17火	混ぜ御飯 キャベツサラダ	・米/鶏ひき肉/にんじん/じゃがいも/たまねぎ/かつおだし汁 ・キャベツ/にんじん/ブロッコリー/かつおだし汁	御飯 ほうれんそう さつまいも
18水	御飯 八宝菜 ナムル	・米 ・鶏ひき肉/はくさい/にんじん/たまねぎ/かつおだし汁 ・ほうれんそう/にんじん/かつおだし汁	御飯 じゃがいも ブロッコリー
19木	御飯 ナポリタン さつまいもサラダ	・米 ・スパゲティ/鶏ひき肉/たまねぎ/コーン/かつおだし汁 ・さつまいも/にんじん/たまねぎ/かつおだし汁	御飯 キャベツ かぶ
20金	御飯 ホキ 根菜サラダ	・米 ・ホキ/かつおだし汁 ・かぼちゃ/いんげん/にんじん/かつおだし汁	御飯 カリフラワー かぼちゃ
21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 たまねぎ はくさい
23月	御飯 かじきの煮付け ポテトソテー	・米 ・かじき/にんじん/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	御飯 じゃがいも にんじん
24火	ビビンバ カリフラワーの煮浸し	・米/鶏ひき肉/にんじん/ほうれんそう/かつおだし汁 ・カリフラワー/にんじん/たまねぎ/かつおだし汁	御飯 さつまいも だいこん
25水	御飯 シルバーの煮物 根菜の煮物	・米 ・シルバー/さやえんどう/かつおだし汁 ・だいこん/にんじん/かつおだし汁	御飯 こまつな キャベツ
26木	御飯 ささみソテー ジャーマンポテト	・米 ・鶏ささみ/トマト/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 ブロッコリー はくさい
27金	御飯 鮭の煮物 青菜炒め	・米 ・さけ/たまねぎ/かつおだし汁 ・ほうれんそう/にんじん/アスパラガス/かつおだし汁	御飯 かぼちゃ たまねぎ
28土	五目うどん	・うどん/鶏ひき肉/にんじん/はくさい/たまねぎ/しらす干し/かつおだし汁	御飯 ほうれんそう カリフラワー
30月	御飯 鶏と野菜の煮物 いんげんの和え物	・米 ・鶏ひき肉/じゃがいも/にんじん/だいこん/かつおだし汁 ・いんげん/きゅうり/かつおだし汁	御飯 さつまいも かぶ
31火	野菜丼 しらす干しの和え物	・米/鶏ひき肉/にんじん/はくさい/かつおだし汁 ・しらす干し/ほうれんそう/たまねぎ/コーン/かつおだし汁	御飯 ほうれんそう はくさい

# 1月 離乳食献立表(3~4段階)

2023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)	
2月	休園日		
3火	休園日		
4水	御飯 鮭の塩焼き 里芋の煮物 玉ねぎのみそ汁 〈おやつ〉いももち	<ul style="list-style-type: none"> <li>・米</li> <li>・さけ/食塩</li> <li>・さといも/いんげん/にんじん/かつおだし汁/しょうゆ/砂糖</li> <li>・わかめ/たまねぎ/かつおだし汁/米みそ</li> <li>○じゃがいも/片栗粉/食塩</li> </ul>	
5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	<ul style="list-style-type: none"> <li>・米</li> <li>・マカロニ/鶏肉/たまねぎ/コーン/小麦粉/豆乳マーガリン/豆乳/コンソメ</li> <li>・キャベツ/にんじん/りんご/酢/砂糖/食塩</li> <li>・たまねぎ/かぶ/コンソメ/食塩</li> <li>○オレンジ/砂糖</li> </ul>	
6金	御飯 麩のチャンプルー ほうれん草のお浸し えのきのすまし汁 〈おやつ〉おさつパンケーキ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・米</li> <li>・焼ふ/豚肉/しめじ/たまねぎ/にんじん/コンソメ/食塩</li> <li>・ほうれんそう/もやし/しょうゆ</li> <li>・えのきたけ/にんじん/かつおだし汁/しょうゆ/食塩</li> <li>○米粉ホットケーキ粉/さつまいも/砂糖/油</li> </ul>	
7土	三色丼 白菜スープ 〈おやつ〉赤ちゃんスナック	<ul style="list-style-type: none"> <li>・米/鶏ひき肉/いんげん/にんじん/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁</li> <li>・はくさい/ねぎ/中華だしの素/食塩</li> <li>○赤ちゃんスナック</li> </ul>	
9月	成人の日		
10火	わかめがゆ 切り干し大根の旨煮 つみれ汁 〈おやつ〉ジャムサンド	<ul style="list-style-type: none"> <li>・米/わかめ/かつおだし汁</li> <li>・切り干しだいこん/にんじん/かつおだし汁/砂糖/しょうゆ</li> <li>・鶏ひき肉/木綿豆腐/にんじん/だいこん/たまねぎ/しめじ/かつおだし汁/米みそ</li> <li>○米粉パン/いちごジャム</li> </ul>	
11水	御飯 鶏とさつまいもの煮物 ひじきサラダ 豆腐のスープ 〈おやつ〉にんじんケーキ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・米</li> <li>・鶏肉/さつまいも/たまねぎ/にんじん/かつおだし汁/砂糖/しょうゆ</li> <li>・ひじき/きゅうり/コーン/マヨネーズ/しょうゆ</li> <li>・木綿豆腐/にんじん/中華だしの素/食塩</li> <li>○にんじん/小麦粉/豆乳マーガリン/砂糖</li> </ul>	
12木	御飯 シルバーのムニエル グラッセ コンソメスープ 〈おやつ〉豆乳プリン	<ul style="list-style-type: none"> <li>・米</li> <li>・シルバー/食塩/ケチャップ</li> <li>・ブロッコリー/にんじん/いんげん/豆乳マーガリン/コンソメ/砂糖</li> <li>・はくさい/にんじん/コンソメ/食塩</li> <li>○豆乳/粉かんでん/砂糖</li> </ul>	
13金	御飯 たらの煮付け なすのさっぱり炒め 麩のすまし汁 〈おやつ〉オレンジ蒸しパン	<ul style="list-style-type: none"> <li>・米</li> <li>・たら/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁</li> <li>・なす/にんじん/豚肉/しょうゆ/砂糖</li> <li>・焼ふ/たまねぎ/ねぎ/かつおだし汁/しょうゆ/食塩</li> <li>○米粉ホットケーキ粉/オレンジ濃縮果汁/砂糖</li> </ul>	
14土	あんかけうどん コーンスープ 〈おやつ〉赤ちゃんスナック	<ul style="list-style-type: none"> <li>・うどん/豚ひき肉/キャベツ/にんじん/たまねぎ/ピーマン/中華だしの素/食塩</li> <li>・コーン/にんじん/中華だしの素/食塩</li> <li>○赤ちゃんスナック</li> </ul>	

\* 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)
16月	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〉パンがゆ	・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/きゅうり/コーン/マヨネーズ/食塩 ・もやし/カットわかめ/かつおだし汁/米みそ ○米粉パン/豆乳/砂糖
17火	混ぜ御飯 キャベツの酢の物 にんじんスープ 〈おやつ〉かるかん	・米/鶏肉/にんじん/じゃがいも/たまねぎ/コンソメ/食塩 ・キャベツ/アスパラガス/マカロニ/酢/砂糖/食塩 ・にんじん/ねぎ/ブロッコリー/コンソメ/食塩 ○米粉/砂糖/ベーキングパウダー
18水	御飯 八宝菜 ナムル 春雨スープ 〈おやつ〉お豆腐パンケーキ	・米 ・豚肉/はくさい/にんじん/たまねぎ/さやえんどう/中華だしの素/しょうゆ/砂糖 ・ほうれんそう/もやし/カットわかめ/中華だしの素/しょうゆ ・はるさめ/にんじん/たまねぎ/中華だしの素/食塩 ○木綿豆腐/米粉ホットケーキ粉/豆乳
19木	御飯 ナポリタン さつまいもサラダ オニオンスープ 〈おやつ〉切り干し大根チヂミ	・米 ・スパゲティ/豚ひき肉/たまねぎ/ピーマン/ケチャップ/コンソメ ・さつまいも/にんじん/ツナ水煮缶/酢/砂糖/食塩 ・たまねぎ/コーン/コンソメ/食塩 ○米粉/切り干しだいこん/豚ひき肉/ねぎ/しょうゆ/砂糖
20金	御飯 ホキの甘辛煮 根菜のマヨ和え そうめん汁 〈おやつ〉パインゼリー	・米 ・ホキ/砂糖/しょうゆ ・かぼちゃ/にんじん/いんげん/マヨネーズ/しょうゆ ・そうめん/たまねぎ/あさつき/かつおだし汁/しょうゆ/食塩 ○パイン濃縮果汁/粉かんてん/砂糖
21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/かつおだし汁/砂糖/しょうゆ ・ほうれんそう/にんじん/えのきたけ/コンソメ/食塩 ○赤ちゃんスナック
23月	御飯 かじきのみそ煮 ポテトソテー 豆腐のすまし汁 〈おやつ〉りんごコンポート	・米 ・かじき/かつおだし汁/米みそ/砂糖/しょうゆ ・さつまいも/いんげん/にんじん/コンソメ ・木綿豆腐/にんじん/たまねぎ/ねぎ/かつおだし汁/しょうゆ/食塩 ○りんご/砂糖
24火	ビビンバ カリフラワーの煮浸し 中華スープ 〈おやつ〉フルーツパンケーキ	・米/豚ひき肉/にんじん/もやし/ほうれんそう/コーン/中華だしの素/しょうゆ/砂糖 ・カリフラワー/にんじん/かつおだし汁/しょうゆ ・たまねぎ/しいたけ/中華だしの素/食塩 ○米粉ホットケーキ粉/豆乳/パイン缶/みかん缶
25水	御飯 シルバーのねぎ焼き 筑前煮 大根のみそ汁 〈おやつ〉コーンフレークがゆ	・米 ・シルバー/ねぎ/たまねぎ/中華だしの素 ・鶏肉/にんじん/さやえんどう/さといも/かつおだし汁/砂糖/しょうゆ ・だいこん/えのきたけ/あさつき/かつおだし汁/米みそ ○コーンフレーク/豆乳/砂糖
26木	御飯 ささみソテー ジャーマンポテト トマトスープ 〈おやつ〉塩焼きうどん	・米 ・ささみ/ケチャップ/油 ・じゃがいも/たまねぎ/ベーコン/コンソメ/食塩 ・たまねぎ/いんげん/トマト/コンソメ/食塩 ○うどん/豚肉/こまつな/キャベツ/にんじん/もやし/中華だしの素
27金	御飯 鮭のマヨネーズ焼き 青菜炒め 玉ねぎのすまし汁 〈おやつ〉ヨーグルト和え	・米 ・さけ/たまねぎ/マヨネーズ ・チンゲンサイ/もやし/にんじん/中華だしの素/しょうゆ ・たまねぎ/にんじん/かつおだし汁/しょうゆ/食塩 ○洋なし缶/パイン缶/豆乳ヨーグルト/砂糖
28土	五目うどん 白菜のお浸し 〈おやつ〉赤ちゃんスナック	・うどん/鶏肉/たまねぎ/にんじん/さといも/ねぎ/かつおだし汁/しょうゆ/砂糖 ・はくさい/にんじん/しらす干し/しょうゆ ○赤ちゃんスナック
30月	御飯 鶏肉と野菜の煮物 酢の物 いんげんのみそ汁 〈おやつ〉いろいろ	・米 ・鶏肉/じゃがいも/にんじん/だいこん/さやえんどう/かつおだし汁/しょうゆ/砂糖 ・きゅうり/カットわかめ/酢/砂糖/しょうゆ ・いんげん/にんじん/かつおだし汁/米みそ ○米粉/砂糖
31火	春雨丼 ツナ和え チンゲン菜の中華スープ 〈おやつ〉しらすトースト	・米/豚ひき肉/もやし/にんじん/はくさい/はるさめ/ねぎ/中華だしの素/しょうゆ/砂糖 ・ひじき/たまねぎ/コーン/ツナ水煮缶/酢/砂糖/しょうゆ ・チンゲンサイ/しめじ/中華だしの素/食塩 ○しらす干し/米粉パン/マヨネーズ