6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（〇はおやつ）
1木	御飯 和風スパゲティー しらすサラダ コーンスープ 〈おやつ〉オレンジコンポー	・米 ・スパゲティー/ベーコン/しめじ/にんじん/しょうゆ/食塩 ・キャベツ/にんじん/しらす干し/しょうゆ/砂糖 ・コーン/豆乳/たまねぎ/コンソメ/食塩 〇オレンジ/りんご/砂糖
2金	御飯 鮭の甘辛焼き 炒り豆腐 里いものすまし汁 〈おやつ〉パインケーキ	・米 ・さけ/砂糖/しょうゆ ・木綿豆腐/ひじき/にんじん/たまねぎ/いんげん/しょうゆ/砂糖 ・さといも/にんじん/ねぎ/油揚げ/しょうゆ/かつおだし汁 〇ホットケーキ粉/粉ミルク/油/パイン缶
3土	チャーハン 青菜スープ 〈おやつ〉赤ちゃんスナック	・米/鶏ひき肉/ねぎ/にんじん/コーン/中華だしの素/しょうゆ ・チンゲン菜/だいこん/中華だしの素/食塩 〇赤ちゃんスナック
5月	リゾット ポテトソテー トマトスープ 〈おやつ〉スコーン	・米/鶏肉/コーン/にんじん/ピーマン/コンソメ ・じゃがいも/たまねぎ/ほうれんそう/ケチャップ ・トマト/きゅうり/たまねぎ/コーン/コンソメ 〇小麦粉/ベーキングパウダー/豆乳/豆乳ヨーグルト/砂糖
6火	中華丼 わかめの和え物 中華スープ 〈おやつ〉ホットケーキ	・米/豚肉/にんじん/はくさい/ピーマン/しいたけ/中華だしの素/しょうゆ ・もやし/にんじん/カットわかめ/中華だしの素/砂糖/しょうゆ ・たまねぎ/カリフラワー/中華だしの素 〇ホットケーキ粉/豆乳/油
7水	御飯 厚揚げのとろみ炒め 春雨の酢の物 えのきたけのみそ汁 〈おやつ〉ぶどうゼリー	・米 ・豚肉/厚揚げ/はくさい/にんじん/中華だしの素/食塩 ・はるさめ/ハム/きゅうり/酢/しょうゆ/砂糖 ・こまつな/えのきたけ/たまねぎ/かつおだし汁/米みそ 〇ぶどう濃縮果汁/粉かんてん/砂糖
8木	御飯 かじきのケチャップ煮 マカロニサラダ さつまいもスープ 〈おやつ〉チヂミ	・米 ・かじき/ケチャップ/コンソメ ・マカロニ/トマト/にんじん/マヨネーズ ・さつまいも/たまねぎ/コンソメ 〇米粉/豚ひき肉/コーン/しらす干し/油/しょうゆ/砂糖
9金	御飯 シルバーのわかめ蒸し 三色炒め もやしのすまし汁 〈おやつ〉肉まんパン	・米 ・シルバー/カットわかめ/かつおだし汁/しょうゆ/砂糖 ・じゃがいも/にんじん/いんげん/食塩 ・もやし/油揚げ/にんじん/かつおだし汁/しょうゆ/食塩 〇米粉パン/豚ひき肉/たまねぎ/にんじん/中華だしの素/しょうゆ/砂糖
10土	焼きうどん みそ汁 〈おやつ〉赤ちゃんスナック	・うどん/豚肉/こまつな/キャベツ/にんじん/かつおだし汁/食塩 ・だいこん/木綿豆腐/かつおだし汁/米みそ 〇赤ちゃんスナック
12月	御飯 鮭のみそ焼き ほうれん草の煮浸し 具だくさん汁 〈おやつ〉マカロニきな粉	・米 ・さけ/たまねぎ/米みそ/砂糖 ・ほうれんそう/油揚げ/にんじん/かつおだし汁/しょうゆ ・にんじん/たまねぎ/さといも/かつおだし汁/しょうゆ/食塩 〇マカロニ/きな粉/砂糖
13火	豚丼 トマトサラダ 田舎スープ 〈おやつ〉みかん蒸しパン	・米/豚肉/たまねぎ/にんじん/しめじ/なす/コンソメ ・ブロッコリー/トマト/コーン/マヨネーズ/酢/砂糖 ・にんじん/たまねぎ/コンソメ/食塩 〇ホットケーキ粉/豆乳/ベーキングパウダー/みかん缶
14水	御飯 ビーフン さつまいもの煮物 あさつきのスープ 〈おやつ〉ちんすこう	・米 ・ビーフン/豚肉/にんじん/しいたけ/中華だしの素/しょうゆ ・さつまいも/砂糖/しょうゆ/かつおだし汁 ・あさつき/たまねぎ/カットわかめ/中華だしの素/食塩 〇小麦粉/砂糖/ベーキングパウダー/油
15木	御飯 ホキの豆乳チャウダー アスパラサラダ 〈おやつ〉かぼちゃの茶巾	・米 ・ホキ/キャベツ/たまねぎ/にんじん/じゃがいも/コンソメ/豆乳/食塩 ・アスパラサラダ/にんじん/コーン/酢/砂糖/食塩 〇かぼちゃ
16金	御飯 鶏の煮物 きゅうりの和え物 きのこのみそ汁 〈おやつ〉カップケーキ	・米 ・鶏肉/砂糖/しょうゆ ・きゅうり/コーン/カリフラワー/砂糖/しょうゆ ・しいたけ/えのきたけ/にんじん/かつおだし汁/米みそ 〇ホットケーキ粉/豆乳/砂糖/油
17土	そぼろ丼 千切り野菜スープ 〈おやつ〉赤ちゃんスナック	・米/豚ひき肉/たまねぎ/にんじん/ほうれんそう/かつおだし汁/しょうゆ ・にんじん/さやえんどう/もやし/コンソメ/食塩 〇赤ちゃんスナック

第4段階（12～18ヶ月）第3段階（9～11ヶ月）		
日付	献立名	材　料　名（〇はおやつ）
19月	御飯 鮭のパン粉焼き わかめの酢の物 だいこんのすまし汁 〈おやつ〉いももち	・米 ・さけ/パン粉/食塩 ・カットわかめ/にんじん/きゅうり/酢/砂糖/食塩 ・だいこん/にんじん/ねぎ/食塩/かつおだし汁 〇じゃがいも/片栗粉/砂糖/しょうゆ
20火	カラフル納豆丼 キャベツの和え物 トマトとかぶのみそ汁 〈おやつ〉ラスク	・米/鶏ひき肉/オクラ/コーン/にんじん/納豆/かつおだし汁/しょうゆ/砂糖 ・にんじん/キャベツ/しょうゆ/砂糖 ・トマト/かぶ/にんじん/かつおだし汁/米みそ 〇米粉パン/豆乳マーガリン/砂糖
21水	御飯 豚の甘辛焼き ひじきの煮物 わかめスープ 〈おやつ〉杏仁豆腐	・米 ・豚肉/たまねぎ/しょうゆ/砂糖 ・ひじき/にんじん/さやえんどう/かつおだし汁/砂糖/しょうゆ ・カットわかめ/にんじん/あさつき/中華だしの素 〇豆乳/もも缶/みかん缶/粉かんてん/砂糖
22木	御飯 かじきのエスカベーシュ コールスローサラダ オニオンスープ 〈おやつ〉みたらし芋	・米 ・かじき/たまねぎ/ピーマン/酢/砂糖/しょうゆ ・はくさい/にんじん/コーン/砂糖/マヨネーズ ・たまねぎ/にんじん/コンソメ/食塩 〇じゃがいも/片栗粉/砂糖/しょうゆ
23金	御飯 厚揚げの旨煮 ブロッコリーサラダ チンゲン菜のすまし汁 〈おやつ〉パンケーキ	・米 ・厚揚げ/鶏肉/だいこん/にんじん/いんげん/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁 ・ブロッコリー/にんじん/砂糖/食塩/酢 ・チンゲンサイ/たまねぎ/にんじん/かつおだし汁/しょうゆ/食塩 〇ホットケーキ粉/豆乳/油
24土	煮込みうどん ピーマンの和え物 〈おやつ〉赤ちゃんスナック	・うどん/豚肉/油揚げ/たまねぎ/にんじん/ねぎ/かつおだし汁/しょうゆ/砂糖 ・ピーマン/にんじん/しょうゆ 〇赤ちゃんスナック
26月	御飯 シルバーのねぎ煮 小松菜の和え物 五目みそ汁 〈おやつ〉フルーツヨーグル	・米 ・シルバー/ねぎ/かつおだし汁/しょうゆ/砂糖 ・にんじん/こまつな/中華だしの素/しょうゆ ・だいこん/にんじん/木綿豆腐/ねぎ/えのきたけ/かつおだし汁/米みそ 〇豆乳ヨーグルト/パイン缶/みかん缶/砂糖
27火	炊き込み御飯 野菜の中華煮 白菜スープ 〈おやつ〉豆乳サンド	・米/鶏肉/しめじ/にんじん/かつおだし汁/しょうゆ/砂糖 ・かぼちゃ/チンゲンサイ/中華だしの素 ・さつまいも/はくさい/コーン/中華だしの素/食塩 〇米粉パン/豆乳/コーンスターチ/砂糖
28水	御飯 厚揚げのキャベツ炒め きゅうりとしらすのサラダ ほうれん草のすまし汁 〈おやつ〉フレークがゆ	・米 ・厚揚げ/キャベツ/豚ひき肉/マヨネーズ/しょうゆ ・しらす干し/きゅうり/にんじん/酢/砂糖/食塩 ・木綿豆腐/ほうれんそう/かつおだし汁/しょうゆ/食塩 〇コーンフレーク/豆乳/砂糖
29木	御飯 ハンバーグ 人参サラダ コンソメスープ 〈おやつ〉スティックポテト	・米 ・豚ひき肉/たまねぎ/木綿豆腐/ケチャップ ・にんじん/コーン/酢/砂糖/食塩 ・たまねぎ/しめじ/にんじん/コンソメ/食塩 〇じゃがいも/食塩
30金	御飯 ホキの塩焼き ポテトサラダ 沢煮椀 〈おやつ〉かるかん	・米 ・ホキ/食塩 ・じゃがいも/にんじん/きゅうり/りんご/マヨネーズ/食塩 ・だいこん/にんじん/かつおだし汁/しょうゆ 〇米粉/ベーキングパウダー/砂糖

＊第3段階（6倍がゆ）第4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。

6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
1木	御飯 和風スパゲティー しらすサラダ	・米 ・スパゲティー/鶏ひき肉/にんじん/コーン/かつおだし汁 ・キャベツ/にんじん/しらす干し/かつおだし汁	御飯 ほうれんそう じゃがいも
2金	御飯 鮭と里いもの煮物 炒り豆腐	・米 ・さけ/さといも/かつおだし汁 ・木綿豆腐/たまねぎ/いんげん/にんじん/かつおだし汁	御飯 にんじん だいこん
3土	チャーハン	・米/鶏ひき肉/にんじん/コーン/だいこん/かつおだし汁	御飯 こまつな かぶ
5月	リゾット ポテトソテー	・米/鶏ひき肉/にんじん/コーン/ほうれんそう/かつおだし汁 ・じゃがいも/トマト/たまねぎ/きゅうり/かつおだし汁	御飯 さつまいも カリフラワー
6火	あんかけ御飯 あおのりの和え物	・米/鶏ひき肉/にんじん/はくさい/かつおだし汁 ・あおのり/にんじん/カリフラワー/かつおだし汁	御飯 はくさい こまつな
7水	御飯 豆腐のとろみ煮 小松菜の煮物	・米 ・鶏ひき肉/木綿豆腐/はくさい/にんじん/かつおだし汁 ・こまつな/にんじん/きゅうり/かつおだし汁	御飯 たまねぎ にんじん
8木	御飯 かじきとさつま芋の煮付 マカロニサラダ	・米 ・かじき/さつまいも/かつおだし汁 ・マカロニ/たまねぎ/トマト/にんじん/かつおだし汁	御飯 じゃがいも ブロッコリー
9金	御飯 シルバー 三色炒め	・米 ・シルバー/たまねぎ/かつおだし汁 ・じゃがいも/いんげん/にんじん/かつおだし汁	御飯 だいこん かぼちゃ
10土	焼きうどん	・うどん/鶏ひき肉/にんじん/こまつな/だいこん/キャベツ/かつおだし汁	御飯 キャベツ かぶ
12月	御飯 鮭の炊き合わせ ほうれん草の煮浸し	・米 ・さけ/にんじん/かつおだし汁 ・ほうれんそう/にんじん/さといも/たまねぎ/かつおだし汁	御飯 さつまいも たまねぎ
13火	鶏丼 トマトサラダ	・米/鶏ひき肉/にんじん/たまねぎ/かつおだし汁 ・ブロッコリー/にんじん/トマト/ほうれんそう/かつおだし汁	御飯 じゃがいも だいこん
14水	御飯 鶏ひき肉の炒め物 さつまいもの煮物	・米 ・鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/かつおだし汁 ・さつまいも/かつおだし汁	御飯 カリフラワー にんじん
15木	御飯 ホキのきな粉煮 かぼちゃサラダ	・米 ・ホキ/キャベツ/たまねぎ/にんじん/きな粉/かつおだし汁 ・かぼちゃ/にんじん/かつおだし汁	御飯 ほうれんそう キャベツ
16金	御飯 鶏の煮物 きゅうりの和え物	・米 ・鶏ささみ/にんじん/かつおだし汁 ・きゅうり/コーン/カリフラワー/かつおだし汁	御飯 はくさい かぼちゃ
17土	そぼろ丼	・米/鶏ひき肉/にんじん/たまねぎ/ほうれんそう/かつおだし汁	御飯 こまつな ブロッコリー

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
19月	御飯 たらのムニエル ポテトサラダ	・米 ・たら/かつおだし汁 ・じゃがいも/にんじん/きゅうり/かつおだし汁	御飯 たまねぎ かぶ
20火	納豆丼 キャベツの煮浸し	・米/鶏ひき肉/コーン/納豆/たまねぎ/にんじん/かつおだし汁 ・キャベツ/にんじん/かつおだし汁	御飯 ブロッコリー カリフラワー
21水	御飯 ホキ かぶとトマトの煮物	・米 ・ホキ/かつおだし汁 ・かぶ/にんじん/トマト/さやえんどう/かつおだし汁	御飯 だいこん ほうれんそう
22木	御飯 かじき コールスローサラダ	・米 ・かじき/たまねぎ/かつおだし汁 ・はくさい/にんじん/きゅうり/かつおだし汁	御飯 かぼちゃ にんじん
23金	御飯 豆腐の旨煮 しらすサラダ	・米 ・木綿豆腐/鶏ひき肉/だいこん/にんじん/いんげん/かつおだし汁 ・しらす干し/にんじん/きゅうり/かつおだし汁	御飯 キャベツ こまつな
24土	煮込みうどん	・うどん/鶏ひき肉/はくさい/にんじん/たまねぎ/かつおだし汁	御飯 さつまいも じゃがいも
26月	御飯 シルバー 小松菜の和え物	・米 ・シルバー/かつおだし汁 ・にんじん/こまつな/だいこん/かつおだし汁	御飯 カリフラワー かぼちゃ
27火	混ぜ御飯 野菜の中華煮	・米/木綿豆腐/にんじん/はくさい/かつおだし汁 ・さつまいも/はくさい/コーン/かつおだし汁	御飯 ほうれんそう はくさい
28水	御飯 豆腐のキャベツ炒め ブロッコリーサラダ	・米 ・木綿豆腐/キャベツ/ほうれんそう/かつおだし汁 ・ブロッコリー/にんじん/かつおだし汁	御飯 かぶ ブロッコリー
29木	御飯 ハンバーグ 人参サラダ	・米 ・鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/かつおだし汁 ・にんじん/木綿豆腐/たまねぎ/かつおだし汁	御飯 こまつな たまねぎ
30金	御飯 ホキ ポテトサラダ	・米 ・ホキ/だいこん/かつおだし汁 ・じゃがいも/にんじん/きゅうり/かつおだし汁	御飯 さつまいも にんじん

＊第2段階は、「7倍がゆ」になっています。

＊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。