

1月 離乳食献立表(1・2段階)

2025年

チャイルドアカデミー上社保育園

日付	献立名	第2段階(7~8ヶ月)	第1段階(5~6ヶ月)
		材料名	材料名
1水	元旦		
2木	休園日		
3金	休園日		
4土	三色丼	・米/鶏ひき肉/にんじん/いんげん/さといも/かつおだし汁	御飯 にんじん だいこん
6月	御飯 かじきと大根の煮物 ポテトソテー	・米 ・かじき/だいこん/かつおだし汁 ・じゃがいも/たまねぎ/ブロッコリー/かつおだし汁	御飯 さつまいも かぶ
7火	キッズピビンパ 人参のナムル	・米/鶏ひき肉/ほうれんそう/にんじん/かつおだし汁 ・にんじん/カリフラワー/ブロッコリー/かつおだし汁	御飯 だいこん こまつな
8水	御飯 鶏肉と野菜の大和煮 キャベツの旨煮	・米 ・鶏ひき肉/だいこん/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 じゃがいも はくさい
9木	御飯 トマトシチュー グラッセ	・米 ・鶏ささみ/トマト/たまねぎ/にんじん/かぼちゃ/だいこん/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 かぼちゃ ほうれんそう
10金	御飯 シルバーの煮付け キャベツと豆腐の和え物	・米 ・シルバー/たまねぎ/かつおだし汁 ・木綿豆腐/キャベツ/はくさい/にんじん/かつおだし汁	御飯 たまねぎ キャベツ
11土	中華丼	・米/鶏ひき肉/キャベツ/にんじん/いんげん/コーン/かつおだし汁	御飯 ブロッコリー カリフラワー
13月	成人の日		
14火	五目丼 青菜炒め	・米/鶏ひき肉/たまねぎ/はくさい/かつおだし汁 ・ほうれんそう/にんじん/たまねぎ/かつおだし汁	御飯 かぼちゃ カリフラワー
15水	御飯 鶏ささみの煮付け いんげんとそうめんの和え	・米 ・鶏ささみ/たまねぎ/かつおだし汁 ・そうめん/いんげん/にんじん/かつおだし汁	御飯 だいこん キャベツ
16木	御飯 マカロニグラタン にんじんサラダ	・米 ・鶏ささみ/たまねぎ/ブロッコリー/マカロニ/かつおだし汁 ・にんじん/きゅうり/いんげん/かつおだし汁	御飯 たまねぎ じゃがいも
17金	御飯 ホキのちゃんちゃん焼き かぼちゃの甘煮	・米 ・ホキ/キャベツ/にんじん/かつおだし汁 ・かぼちゃ/だいこん/かつおだし汁	御飯 さつまいも ブロッコリー
18土	鶏丼	・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 こまつな カリフラワー

第2段階(7~8ヶ月)			第1段階(5~6ヶ月)
日付	献立名	材 料 名	材料名
20月	御飯 たらの旨煮 ほうれん草の納豆和え	・米 ・たら/たまねぎ/かつおだし汁 ・納豆/ほうれんそう/コーン/にんじん/かつおだし汁	御飯 じゃがいも にんじん
21火	リゾット きゅうりのサラダ	・米/鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/じゃがいも/トマト/かつおだし汁 ・アスパラガス/きゅうり/ブロッコリー/にんじん/かつおだし汁	御飯 たまねぎ こまつな
22水	御飯 八宝菜 大根サラダ	・米 ・鶏ひき肉/はくさい/にんじん/たまねぎ/かつおだし汁 ・だいこん/にんじん/きゅうり/かつおだし汁	御飯 キャベツ かぶ
23木	御飯 ナポリタン ポテソテー	・米 ・スパゲティ/たまねぎ/にんじん/かつおだし汁 ・じゃがいも/にんじん/コーン/かつおだし汁	御飯 さつまいも  かぼちゃ
24金	御飯 シルバー 大根の和え物	・米 ・シルバー/たまねぎ/かつおだし汁 ・だいこん/にんじん/木綿豆腐/かつおだし汁	御飯 はくさい ほうれんそう
25土	炊き込みがゆ	・米/鶏ひき肉/にんじん/たまねぎ/はくさい/かつおだし汁	御飯 カリフラワー だいこん
27月	御飯 肉じゃが 豆腐の旨煮	・米 ・鶏ささみ/たまねぎ/にんじん/じゃがいも/かつおだし汁 ・木綿豆腐/きゅうり/キャベツ/かつおだし汁	御飯 こまつな にんじん
28火	混ぜがゆ しらす干しサラダ	・米/鶏ひき肉/はくさい/コーン/にんじん/かつおだし汁 ・しらす干し/にんじん/ほうれんそう/かつおだし汁	御飯 たまねぎ さつまいも
29水	御飯 チャンプルー スパゲティサラダ	・米 ・鶏ささみ/木綿豆腐/にんじん/キャベツ/かつおだし汁 ・スパゲティ/コーン/いんげん/にんじん/かつおだし汁	御飯 ほうれんそう かぶ
30木	御飯 ホキの和風ムニエル 里芋のとろみ煮	・米 ・ホキ/ほうれんそう/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 キャベツ ブロッコリー
31金	御飯 鶏とさつまいもの旨煮 たまねぎサラダ	・米 ・鶏ひき肉/さつまいも/にんじん/たまねぎ/かつおだし汁 ブロッコリー/コーン/たまねぎ/かつおだし汁	御飯 はくさい かぼちゃ

\* 第二段階は、「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。



# 1月 離乳食献立表(3~4段階)

2025

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水		
2木		
3金		
4土	三色丼 里芋スープ (おやつ)赤ちゃんスナック	・米/鶏ひき肉/いんげん/にんじん/かつおだし汁/砂糖/しょうゆ ・さといも/コーン/中華だしの素 ○赤ちゃんスナック
6月	御飯 かじきのみそ焼き ポテトソテー 大根のすまし汁 (おやつ)マカロニきな粉	・米 ・かじき/米みそ/砂糖/しょうゆ ・じゃがいも/たまねぎ/ブロッコリー/コンソメ ・だいこん/カットわかめ/かつおだし汁/しょうゆ ○マカロニ/きな粉/砂糖
7火	キッズピビンバ 人参のナムル しいたけスープ (おやつ)マヨパン	・米/鶏ひき肉/ほうれんそう/にんじん/ねぎ/食塩/中華だしの素 ・にんじん/もやし/中華だしの素 ・しいたけ/たまねぎ/中華だしの素 ○豆乳パン/たまねぎ/マヨネーズ
8水	御飯 鶏肉のパン粉焼き 切り干し大根の旨煮 キャベツのみそ汁 (おやつ)豆腐パンケーキ	・米 ・鶏肉/パン粉/食塩 ・切り干しだいこん/にんじん/油揚げ/かつおだし汁/砂糖/しょうゆ ・キャベツ/えのきたけ/あさつき/かつおだし汁/米みそ ○木綿豆腐/ホットケーキ粉/豆乳
9木	御飯 トマトシチュー グラッセ (おやつ)さつまいもの茶巾	・米 ・鶏肉/たまねぎ/かぼちゃ/にんじん/だいこん/トマト/コンソメ ・じゃがいも/にんじん/いんげん/コンソメ/砂糖 ○さつまいも
10金	御飯 シルバーの煮付け キャベツの和え物 豆腐のすまし汁 (おやつ)きな粉芋	・米 ・シルバー/かつおだし汁/砂糖/しょうゆ ・キャベツ/もやし/しょうゆ ・木綿豆腐/はくさい/にんじん/かつおだし汁/しょうゆ ○じゃがいも/きな粉/砂糖/片栗粉
11土	中華丼 わかめスープ (おやつ)赤ちゃんスナック	・米/豚ひき肉/キャベツ/にんじん/たまねぎ/いんげん/干しいたけ/コンソメ ・コーン/あさつき/中華だしの素 ○赤ちゃんスナック
13月		
14火	五目丼 青菜炒め たまねぎスープ (おやつ)ジャムサンド	・米/豚ひき肉/はくさい/たまねぎ/かつおだし汁/砂糖/しょうゆ ・ほうれんそう/もやし/にんじん/中華だしの素 ・たまねぎ/カットわかめ/中華だしの素 ○豆乳パン/いちごジャム
15水	御飯 鶏肉のケチャップ焼き いんげんのマヨ和え そうめん汁 (おやつ)オレンジ蒸しパン	・米 ・鶏肉/たまねぎ/ケチャップ ・いんげん/にんじん/砂糖/しょうゆ/マヨネーズ ・そうめん/たまねぎ/あさつき/かつおだし汁/しょうゆ ○ホットケーキ粉/オレンジ濃縮ジュース/豆乳
16木	御飯 マカロニグラタン にんじんサラダ コンソメスープ (おやつ)お好み焼き	・米 ・マカロニ/鶏肉/たまねぎ/ブロッコリー/豆乳/コンソメ/片栗粉 ・にんじん/きゅうり/ひじき/かつおだし汁/砂糖/しょうゆ ・たまねぎ/いんげん/コンソメ ○豚肉/小麦粉/キャベツ/にんじん/ケチャップ/あおのり
17金	御飯 ホキのちゃんちゃん焼き かぼちゃの甘煮 田舎みそ汁 (おやつ)ホットケーキ	・米 ・ホキ/キャベツ/にんじん/えのきたけ/米みそ/砂糖 ・かぼちゃ/かつおだし汁/砂糖/しょうゆ ・たまねぎ/だいこん/あさつき/かつおだし汁/米みそ ○ホットケーキ粉/豆乳
18土	豚丼 三色スープ (おやつ)赤ちゃんスナック	・米/豚肉/たまねぎ/にんじん/ピーマン/砂糖/しょうゆ ・ほうれんそう/にんじん/干しいたけ/コンソメ ○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)
20月	御飯 たらのわかめ蒸し ほうれん草の納豆和え えのきのすまし汁 (おやつ)パインゼリー	・米 ・たら/カットわかめ/かつおだし汁/砂糖/しょうゆ ・ほうれん草/納豆/コーン/しょうゆ/マヨネーズ ・えのきたけ/にんじん/ねぎ/かつおだし汁/しょうゆ ○パイン濃縮ジュース/粉かんでん/砂糖
21火	リゾット キャベツの酢の物 ブロッコリースープ (おやつ)フルーツパンケーキ	・米/豚肉/たまねぎ/にんじん/じゃがいも/トマト/コンソメ ・キャベツ/アスパラガス/にんじん/酢/食塩/砂糖 ・ブロッコリー/たまねぎ/コンソメ ○ホットケーキ粉/豆乳/パイン缶
22水	御飯 八宝菜 春雨サラダ ほかほかスープ (おやつ)大学いも	・米 ・豚肉/はくさい/にんじん/たまねぎ/干しいたけ/中華だしの素/しょうゆ ・はるさめ/もやし/きゅうり/しょうゆ ・にんじん/だいこん/ねぎ/中華だしの素 ○さつまいも/砂糖/しょうゆ
23木	御飯 ナポリタン ポテトソテー オニオンスープ (おやつ)チヂミ	・米 ・スパゲティ/ベーコン/たまねぎ/ピーマン/ケチャップ ・じゃがいも/にんじん/コンソメ ・たまねぎ/コーン/コンソメ ○米粉/しらす干し/豚ひき肉/コーン/砂糖/しょうゆ
24金	御飯 シルバーの香り焼き 切り干し大根の和え物 具だくさんみそ汁 (おやつ)スナックピザ	・米 ・シルバー/砂糖/しょうゆ ・切り干しだいこん/にんじん/マヨネーズ/砂糖/しょうゆ ・木綿豆腐/にんじん/たまねぎ/ねぎ/かつおだし汁/米みそ ○ワンタンの皮/たまねぎ/コーン/ケチャップ
25土	炊き込みご飯 お浸し (おやつ)赤ちゃんスナック	・米/鶏肉/たまねぎ/にんじん/ねぎ/かつおだし汁/しょうゆ ・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
27月	御飯 肉じゃが わかめサラダ 麩のすまし汁 (おやつ)ういろう	・米 ・鶏肉/じゃがいも/たまねぎ/いんげん/かつおだし汁/砂糖/しょうゆ ・きゅうり/キャベツ/カットわかめ/酢/砂糖/食塩 ・焼ふ/たまねぎ/あさつき/かつおだし汁/しょうゆ ○小麦粉/ベーキングパウダー/砂糖
28火	春雨丼 ツナ和え 中華スープ (おやつ)ジャムサンド	・米/はるさめ/豚ひき肉/はくさい/にんじん/ねぎ/中華だしの素/しょうゆ ・にんじん/たまねぎ/コーン/ツナ水煮缶/しょうゆ ・ほうれん草/カットわかめ/中華だしの素 ○豆乳パン/イチゴジャム
29水	御飯 チャンプルー スパゲティサラダ いんげんのみそ汁 (おやつ)フレークがゆ	・米 ・鶏肉/木綿豆腐/キャベツ/にんじん/砂糖/しょうゆ ・スパゲティ/コーン/きゅうり/マヨネーズ ・いんげん/にんじん/かつおだし汁/米みそ ○コーンフレーク/豆乳
30木	御飯 ホキの和風ムニエル 里いものコンソメ煮 とろみスープ (おやつ)かぼちゃのおやき	・米 ・ホキ/小麦粉/豆乳マーガリン/しょうゆ ・さといも/にんじん/いんげん/コンソメ ・ほうれん草/にんじん/コンソメ/片栗粉 ○かぼちゃ/片栗粉
31金	御飯 鶏とさつまいもの煮物 ひじきサラダ たまねぎのすまし汁 (おやつ)プレーンケーキ	・米 ・鶏肉/さつまいも/にんじん/たまねぎ/かつおだし汁/砂糖/しょうゆ ・ひじき/ブロッコリー/コーン/もやし/マヨネーズ/しょうゆ ・たまねぎ/カットわかめ/かつおだし汁/しょうゆ ○ホットケーキ粉/豆乳マーガリン/豆乳/ベーキングパウダー

\* 第三段階(全がゆ)第四段階(軟飯)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。

