



離乳食献立



2021年6月

村雨こども園・村雨こども園愛分園・村雨こども園なぎさ分園

日曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄	赤	緑	
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	その他
1 火	昼食	おかゆ 鶏肉のみぞれあんかけ 白菜の和え物 かぼちゃのスープ フルーツ	米	鶏ささみ肉	だいこん はくさい、にんじん かぼちゃ オレンジ	だし汁、片栗粉 しょうゆ だし汁
2 水	昼食	おかゆ たいとお芋の煮物 蒸しかぼちゃ 白菜のスープ フルーツ	米 じゃがいも	たい	にんじん かぼちゃ はくさい バナナ	だし汁、しょうゆ だし汁
3 木	昼食	おかゆ 豆腐と野菜のだし煮 ポテトサラダ 玉ねぎのスープ フルーツ	米 じゃがいも	とうふ	キャベツ にんじん たまねぎ オレンジ	だし汁 だし汁
4 金	昼食	おかゆ 鶏肉と野菜の煮物 ほうれん草の和え物 かぼちゃの味噌汁 フルーツ	米	鶏ささみ肉 みそ	だいこん ほうれん草、にんじん かぼちゃ バナナ	だし汁 しょうゆ だし汁
5 土	昼食	おかゆ たいの野菜あんかけ 小松菜の和え物 玉ねぎのスープ フルーツ	米	たい	はくさい こまつな、にんじん たまねぎ	だし汁、片栗粉 しょうゆ だし汁
7 月	昼食	おかゆ たいと野菜のだし煮 かぼちゃの煮物 大根のスープ フルーツ	米	たい	こまつな、キャベツ かぼちゃ だいこん バナナ	だし汁 だし汁 だし汁
8 火	昼食	おかゆ 鶏肉と野菜の蒸し煮 マッシュポテト 大根のスープ フルーツ	米 じゃがいも	鶏ささみ肉	キャベツ にんじん だいこん バナナ	だし汁 だし汁



☆献立は変更になる場合があります。月齢により、食材、形状を個別に対応しています。

日曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄	赤	緑	
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	その他
9 水	昼食	おかゆ 豆腐と野菜のケチャップ煮 ブロッコリーサラダ オニオンスープ フルーツ	米	とうふ	にんじん ブロッコリー、キャベツ たまねぎ バナナ	だし汁、ケチャップ だし汁
10 木	昼食	おかゆ 鶏肉と野菜のあんかけ 人参の和え物 さつま芋の味噌汁 フルーツ	米 さつまいも	鶏ささみ肉 みそ	キャベツ にんじん、たまねぎ バナナ	だし汁、片栗粉 しょうゆ だし汁
11 金	昼食	おかゆ 豆腐と野菜の煮物 ほうれん草の和え物 じゃがいもの味噌汁 フルーツ	米 じゃがいも	とうふ みそ	たまねぎ ほうれん草、にんじん りんご	だし汁 しょうゆ だし汁
12 土	昼食	おかゆ たいと野菜の蒸し煮 ブロッコリーサラダ 玉ねぎのスープ フルーツ	米	たい	はくさい ブロッコリー、にんじん たまねぎ	だし汁 だし汁
14 月	昼食	おかゆ たいの塩焼き 大根の煮物 キャベツの味噌汁 フルーツ	米	たい みそ	だいこん、にんじん キャベツ、たまねぎ バナナ	塩 だし汁 だし汁
15 火	昼食	おかゆ 豆腐と野菜のだし煮 小松菜の和え物 玉ねぎのスープ フルーツ	米	とうふ	キャベツ こまつな、にんじん たまねぎ バナナ	だし汁 しょうゆ だし汁
16 水	昼食	おかゆ 鶏肉と野菜の煮物 大根サラダ かぼちゃの味噌汁 フルーツ	米	鶏ささみ肉 みそ	こまつな だいこん、にんじん かぼちゃ オレンジ	だし汁 だし汁





日 曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄	赤	緑	
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	その他
17 木	昼食	おかゆ 豆腐とキャベツの煮物 かぼちゃサラダ 人参のスープ フルーツ	米	とうふ	キャベツ かぼちゃ、たまねぎ にんじん バナナ	だし汁、しょうゆ だし汁
18 金	昼食	おかゆ 鶏肉の野菜あんかけ 蒸しブロッコリー じゃがいものスープ フルーツ	米 じゃがいも	鶏ささみ肉	たまねぎ、にんじん ブロッコリー バナナ	だし汁、片栗粉 だし汁
19 土	昼食	おかゆ たいと野菜の煮物 マッシュポテト 人参のスープ フルーツ	米 じゃがいも	たい	ほうれんそう たまねぎ にんじん	だし汁 だし汁
21 月	昼食	おかゆ たいの塩焼き グリーンサラダ かぼちゃのスープ フルーツ	米 じゃがいも	たい	ブロッコリー、にんじん かぼちゃ りんご	塩 だし汁
22 火	昼食	おかゆ 豆腐の野菜あんかけ ポテトサラダ キャベツのスープ フルーツ	米 じゃがいも	とうふ	ブロッコリー にんじん キャベツ バナナ	だし汁、片栗粉 だし汁 だし汁
23 水	昼食	おかゆ 鶏肉と野菜のだし煮 さつまいもの煮物 人参のスープ フルーツ	米 さつまいも	鶏ささみ肉	たまねぎ、キャベツ にんじん バナナ	だし汁、しょうゆ だし汁
24 木	昼食	おかゆ 豆腐と野菜の煮物 大根のだし煮 玉ねぎのスープ フルーツ	米	とうふ	ほうれんそう、にんじん だいこん たまねぎ バナナ	だし汁 だし汁 だし汁



日 曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄	赤	緑	
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	その他
25 金	昼食	おかゆ 鶏肉の旨煮 さつまいもの蒸し煮 小松菜の味噌汁 フルーツ	米 さつまいも	鶏ささみ肉	だいこん、にんじん みそ こまつな オレンジ	だし汁 だし汁
26 土	昼食	おかゆ たいとお芋の煮物 ほうれん草の和え物 白菜のスープ フルーツ	米 じゃがいも	たい	ほうれんそう、にんじん はくさい	だし汁 しょうゆ だし汁
28 月	昼食	おかゆ たいのみぞれあんかけ ブロッコリーサラダ さつまいものスープ フルーツ	米 じゃがいも さつまいも	とうふ	だいこん ブロッコリー、にんじん バナナ	だし汁、片栗粉 だし汁
29 火	昼食	おかゆ 鶏肉と野菜のケチャップ煮 マッシュポテト 白菜のスープ フルーツ	米 じゃがいも	鶏ささみ肉	キャベツ にんじん はくさい オレンジ	だし汁、ケチャップ だし汁
30 水	昼食	おかゆ 豆腐と野菜の煮物 蒸しかぼちゃ 大根のスープ フルーツ	米	とうふ	こまつな、にんじん かぼちゃ だいこん バナナ	だし汁、しょうゆ だし汁

