

離乳食献立

2021年7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 木	昼食	おかゆ 鶏肉と大豆の煮物 小松菜の和え物 玉ねぎの味噌汁 フルーツ	米	鶏ささみ肉、だいず みそ	にんじん こまつな、キャベツ たまねぎ バナナ	だし汁、しょうゆ だし汁
2 金	昼食	おかゆ 豆腐の野菜あんかけ ほうれん草のサラダ かぼちゃのスープ フルーツ	米	とうふ	にんじん ほうれん草、だいこん かぼちゃ バナナ	だし汁、しょうゆ、片栗粉 だし汁
3 土	昼食	おかゆ たいと野菜のだし煮 さつまいもの煮物 玉ねぎのスープ フルーツ	米 さつまいも	たい	にんじん、こまつな たまねぎ、キャベツ	だし汁 だし汁、しょうゆ だし汁、しょうゆ
5 月	昼食	おかゆ たいと野菜の煮物 大根の煮物 ほうれん草のスープ フルーツ	米	たい	キャベツ だいこん、にんじん ほうれん草、たまねぎ バナナ	だし汁 だし汁、しょうゆ だし汁
6 火	昼食	おかゆ 豆腐と野菜のケチャップ煮 小松菜のサラダ キャベツのスープ フルーツ	米	とうふ	にんじん、たまねぎ こまつな、はくさい キャベツ オレンジ	だし汁、ケチャップ しょうゆ だし汁
7 水	昼食	おかゆ 鶏肉と野菜のだし煮 蒸しかぼちゃ 玉ねぎのスープ フルーツ	米	鶏ささみ肉	キャベツ、にんじん かぼちゃ たまねぎ バナナ	だし汁 だし汁 だし汁、しょうゆ
8 木	昼食	おかゆ 豆腐と野菜の蒸し煮 人参と大豆の煮物 大根の味噌汁 フルーツ	米	とうふ だいず みそ	たまねぎ、キャベツ にんじん だいこん バナナ	だし汁 だし汁、しょうゆ 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 金	昼食	おかゆ たいと野菜の煮物 マッシュポテト 豆腐のスープ フルーツ	米 じゃがいも	たい とうふ	はくさい、かぼちゃ たまねぎ オレンジ	だし汁、しょうゆ だし汁
10 土	昼食	おかゆ 鶏肉と野菜のあんかけ ブロッコリーサラダ かぼちゃのスープ フルーツ	米	鶏ささみ肉	キャベツ、たまねぎ ブロッコリー、にんじん かぼちゃ	だし汁、片栗粉 だし汁
12 月	昼食	おかゆ 豆腐と野菜の煮物 ほうれん草の和え物 人参の味噌汁 フルーツ	米	とうふ みそ	だいこん ほうれん草、たまねぎ にんじん オレンジ	だし汁 しょうゆ だし汁
13 火	昼食	おかゆ 鶏肉と野菜の蒸し煮 蒸しかぼちゃ 白菜のスープ フルーツ	米	鶏ささみ肉	にんじん、キャベツ かぼちゃ はくさい、たまねぎ バナナ	だし汁、しょうゆ だし汁
14 水	昼食	おかゆ たいの塩焼き ほうれん草の白和え キャベツのスープ フルーツ	米 じゃがいも	たい とうふ	ほうれん草、にんじん キャベツ、たまねぎ バナナ	塩 しょうゆ だし汁
15 木	昼食	おかゆ 豆腐と野菜のだし煮 グリーンサラダ 玉ねぎの味噌汁 フルーツ	米	とうふ みそ	かぼちゃ にんじん、ブロッコリー たまねぎ オレンジ	だし汁、しょうゆ だし汁
16 金	昼食	おかゆ 鶏肉と野菜の煮物 ポテトサラダ キャベツのスープ フルーツ	米 じゃがいも	鶏ささみ肉 だいず	こまつな にんじん キャベツ バナナ	だし汁 だし汁、しょうゆ





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 土	昼食	おかゆ たいとキャベツの煮物 マッシュポテト オニオンスープ フルーツ	米 じゃがいも	たい	キャベツ、ほうれんそう にんじん たまねぎ	だし汁、しょうゆ だし汁
19 月	昼食	おかゆ たいの野菜あんかけ 人参の煮物 かぼちゃの味噌汁 フルーツ	米	たい みそ	ほうれんそう にんじん、たまねぎ かぼちゃ バナナ	だし汁、片栗粉 だし汁 だし汁
20 火	昼食	おかゆ 豆腐と野菜の煮物 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、ブロッコリー にんじん たまねぎ オレンジ	だし汁 だし汁、しょうゆ
21 水	昼食	おかゆ 鶏肉と野菜のケチャップ煮 蒸しかぼちゃ 人参のスープ フルーツ	米	鶏ささみ肉	たまねぎ、ほうれんそう かぼちゃ にんじん バナナ	だし汁、ケチャップ だし汁、しょうゆ
24 土	昼食	おかゆ たいの野菜あんかけ 小松菜の和え物 かぼちゃのスープ フルーツ	米	たい	キャベツ、たまねぎ こまつな、にんじん かぼちゃ	だし汁、片栗粉 しょうゆ だし汁
26 月	昼食	おかゆ たいとお芋の煮物 小松菜サラダ 大根のスープ フルーツ	米 じゃがいも	たい	こまつな、たまねぎ だいこん バナナ	だし汁、しょうゆ だし汁、しょうゆ
27 火	昼食	おかゆ 豆腐と野菜の煮物 白菜の和え物 ほうれん草のスープ フルーツ	米	とうふ	ブロッコリー はくさい、たまねぎ ほうれんそう バナナ	だし汁 だし汁、しょうゆ



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
28 水	昼食	おかゆ 鶏肉の旨煮 ポテトサラダ オニオンスープ フルーツ	米 じゃがいも	鶏ささみ肉	ブロッコリー にんじん たまねぎ オレンジ	だし汁、しょうゆ だし汁
29 木	昼食	おかゆ たいの塩焼き グリーンサラダ 豆腐の味噌汁 フルーツ	米 さつまいも	たい とうふ、みそ	キャベツ、にんじん たまねぎ	塩 だし汁
30 金	昼食	おかゆ 鶏肉と野菜のケチャップ煮 蒸しかぼちゃ じゃが芋のスープ フルーツ	米 じゃがいも	鶏ささみ肉	キャベツ、にんじん かぼちゃ たまねぎ オレンジ	だし汁、ケチャップ だし汁
31 土	昼食	おかゆ 豆腐の野菜あんかけ 大根のステーキ 玉ねぎのスープ フルーツ	米	とうふ	こまつな、にんじん だいこん たまねぎ	だし汁、片栗粉 しょうゆ だし汁、しょうゆ

