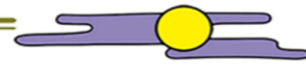




# 離乳食献立



2021年9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	水	おかゆ 豆腐と玉ねぎの煮物 ほうれん草の和え物 キャベツのスープ フルーツ	米	とうふ	たまねぎ ほうれん草、にんじん キャベツ バナナ	だし汁 しょうゆ だし汁
2	木	おかゆ 鶏肉と人参のだし煮 キャベツのサラダ 大根の味噌汁 フルーツ	米	鶏ささみ肉 みそ	にんじん キャベツ、たまねぎ だいこん バナナ	だし汁、しょうゆ だし汁
3	金	おかゆ たいの野菜あんかけ ポテトサラダ オニオンスープ フルーツ	米 じゃがいも	たい	ブロッコリー、かぼちゃ にんじん たまねぎ オレンジ	だし汁、片栗粉 だし汁
4	土	おかゆ 鶏肉と野菜のケチャップ煮 小松菜の和え物 かぼちゃのスープ フルーツ	米	鶏ささみ肉	たまねぎ こまつな、にんじん かぼちゃ	だし汁、ケチャップ しょうゆ だし汁
6	月	おかゆ たいと野菜の煮物 人参と大豆の煮物 玉ねぎのスープ フルーツ	米	たい だいず	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 だし汁
7	火	おかゆ 豆腐の野菜あんかけ マッシュポテト キャベツのスープ フルーツ	米 じゃがいも	とうふ	ほうれん草、たまねぎ にんじん キャベツ バナナ	だし汁、片栗粉 だし汁、しょうゆ
8	水	おかゆ 鶏肉と野菜のだし煮 かぼちゃの煮物 豆腐のスープ フルーツ	米	鶏ささみ肉 とうふ	ほうれん草、にんじん かぼちゃ たまねぎ オレンジ	だし汁 だし汁 だし汁、しょうゆ



☆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	木	おかゆ たいのおろし煮 小松菜の和え物 玉ねぎのスープ フルーツ	米	たい	だいこん こまつな、キャベツ たまねぎ オレンジ	だし汁、しょうゆ だし汁、しょうゆ
10	金	おかゆ 豆腐とキャベツのだし煮 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
11	土	おかゆ 鶏肉と野菜の煮物 グリーンサラダ じゃが芋のスープ 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、キャベツ	だし汁、しょうゆ だし汁
13	月	おかゆ たいとキャベツの蒸し焼き 人参の煮物 ほうれん草の味噌汁 フルーツ	米	たい みそ	キャベツ にんじん、たまねぎ ほうれん草 バナナ	だし汁、しょうゆ だし汁
14	火	おかゆ 豆腐とお芋のケチャップ煮 小松菜のサラダ かぼちゃのスープ フルーツ	米 じゃがいも	とうふ	こまつな、たまねぎ かぼちゃ オレンジ	だし汁、ケチャップ しょうゆ だし汁
15	水	おかゆ 鶏肉と野菜のだし煮 さつま芋の煮物 玉ねぎのスープ フルーツ	米 さつまいも	鶏ささみ肉	キャベツ、こまつな たまねぎ、かぼちゃ バナナ	だし汁、しょうゆ だし汁 だし汁、しょうゆ
16	木	おかゆ たいの塩焼き ブロッコリーのサラダ キャベツの味噌汁 フルーツ	米 じゃがいも	たい みそ	ブロッコリー、にんじん キャベツ、たまねぎ オレンジ	塩 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 金	昼食	おかゆ 豆腐の野菜あんかけ 蒸しかぼちゃ 白菜のスープ フルーツ	米	とうふ	ほうれんそう かぼちゃ はくさい、たまねぎ バナナ	だし汁、片栗粉 しょうゆ だし汁
18 土	昼食	おかゆ 鶏肉と野菜の煮物 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、かぼちゃ にんじん、ブロッコリー	だし汁、しょうゆ だし汁 だし汁
21 火	昼食	おかゆ たいと野菜のケチャップ煮 ほうれん草の白和え じゃが芋の味噌汁 フルーツ	米 じゃがいも	たい とうふ みそ	キャベツ、にんじん ほうれんそう バナナ	だし汁、ケチャップ だし汁、しょうゆ
22 水	昼食	おかゆ 鶏肉の旨煮 グリーンサラダ オニオンスープ フルーツ	米	鶏ささみ肉	かぼちゃ キャベツ、にんじん たまねぎ オレンジ	だし汁、しょうゆ だし汁
24 金	昼食	おかゆ 豆腐と野菜のだし煮 さつまいもの煮物 小松菜の味噌汁 フルーツ	米 さつまいも	とうふ みそ	ブロッコリー、たまねぎ こまつな オレンジ	だし汁、しょうゆ だし汁 だし汁
25 土	昼食	おかゆ 鶏肉の野菜あんかけ マッシュパンプキン 大根のスープ フルーツ	米	鶏ささみ肉	ほうれんそう、たまねぎ かぼちゃ だいこん	だし汁、片栗粉 だし汁、しょうゆ
27 月	昼食	おかゆ たいとキャベツの蒸し焼き ほうれん草の和え物 豆腐の味噌汁 フルーツ	米	たい とうふ、みそ	キャベツ ほうれんそう、にんじん たまねぎ オレンジ	しょうゆ 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
28 火	昼食	おかゆ 鶏肉の旨煮 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、こまつな にんじん だいこん バナナ	だし汁、しょうゆ だし汁
29 水	昼食	おかゆ 豆腐と人参の煮物 ブロッコリーの和え物 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 オレンジ	だし汁 しょうゆ だし汁
30 木	昼食	おかゆ たいと野菜のケチャップ煮 白菜のサラダ 大根の味噌汁 フルーツ	米	たい みそ	にんじん、たまねぎ はくさい、こまつな だいこん バナナ	だし汁、ケチャップ だし汁

