



離乳食献立



2021年11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 月	昼食	おかゆ 豆腐とブロッコリーの煮物 かぼちゃの煮物 玉ねぎの味噌汁 フルーツ	米	とうふ	ブロッコリー、にんじん かぼちゃ たまねぎ オレンジ	だし汁 だし汁、しょうゆ だし汁
2 火	昼食	おかゆ 鶏肉とお芋のだし煮 大根サラダ 小松菜のすまし汁 フルーツ	米 さつまいも	とりささみ肉	たまねぎ だいこん、にんじん こまつな バナナ	だし汁、しょうゆ だし汁、しょうゆ
4 木	昼食	おかゆ たいの野菜あんかけ 人参と大豆の煮物 さつまいもの味噌汁 フルーツ	米 さつまいも	たい だいず みそ	ブロッコリー、キャベツ にんじん たまねぎ バナナ	だし汁、片栗粉 だし汁 だし汁
5 金	昼食	おかゆ 鶏肉と野菜の煮物 さつまいもとブロッコリーのサラダ かぼちゃスープ フルーツ	米 さつまいも	とりささみ肉	にんじん、たまねぎ ブロッコリー かぼちゃ みかん	だし汁 だし汁
6 土	昼食	おかゆ たいとキャベツの蒸し焼き かぼちゃの煮物 人参のスープ フルーツ	米	たい	キャベツ かぼちゃ、たまねぎ にんじん	塩 だし汁 だし汁、しょうゆ
8 月	昼食	おかゆ 豆腐の野菜あんかけ ポテトサラダ 白菜の味噌汁 フルーツ	米 じゃがいも	とうふ	ブロッコリー、たまねぎ にんじん はくさい オレンジ	だし汁、片栗粉 だし汁
9 火	昼食	おかゆ たいとかぼちゃの煮物 白菜の和え物 大根のスープ フルーツ	米	たい	かぼちゃ、こまつな はくさい、にんじん だいこん バナナ	だし汁 しょうゆ 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
10 水	昼食	おかゆ 鶏肉と野菜のケチャップ煮 さつまいもの煮物 オニオンスープ フルーツ	米 さつまいも	とりささみ肉	ほうれんそう、はくさい たまねぎ、にんじん みかん	だし汁、ケチャップ だし汁、しょうゆ だし汁
11 木	昼食	おかゆ たいの野菜あんかけ 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	たい	こまつな にんじん キャベツ、たまねぎ バナナ	だし汁、片栗粉 だし汁
12 金	昼食	おかゆ 豆腐の野菜のだし煮 大根の煮物 かぼちゃの味噌汁 フルーツ	米	とうふ みそ	ほうれんそう、たまねぎ だいこん、にんじん かぼちゃ バナナ	だし汁、しょうゆ だし汁 だし汁
13 土	昼食	おかゆ 鶏肉とお芋の煮物 小松菜サラダ 玉ねぎのすまし汁 フルーツ	米 じゃがいも	とりささみ肉	にんじん こまつな、にんじん たまねぎ	だし汁 だし汁、しょうゆ
15 月	昼食	おかゆ たいのおろしがけ キャベツ和え物 豆腐のすまし汁 フルーツ	米	たい しらす干し とうふ	だいこん 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
16 火	昼食	おかゆ 鶏肉と野菜の旨煮 さつまいもの煮物 玉ねぎのすまし汁 フルーツ	米 さつまいも	とりささみ肉	こまつな、にんじん たまねぎ、にんじん バナナ	だし汁、しょうゆ だし汁 だし汁、しょうゆ
17 水	昼食	おかゆ 豆腐の野菜あんかけ グリーンサラダ かぼちゃスープ フルーツ	米	とうふ	キャベツ、たまねぎ ブロッコリー、にんじん かぼちゃ みかん	だし汁、片栗粉 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
18 木	昼食	おかゆ たいの塩焼き ほうれん草の和え物 豆腐の味噌汁 フルーツ	米 じゃがいも	たい とうふ、みそ	ほうれん草、にんじん たまねぎ バナナ	塩 だし汁
19 金	昼食	おかゆ 鶏肉と野菜のケチャップ煮 かぼちゃの煮物 大根の味噌汁 フルーツ	米	とりささみ肉 みそ	こまつな、キャベツ かぼちゃ だいこん、たまねぎ りんご	だし汁、ケチャップ だし汁 だし汁
20 土	昼食	おかゆ 豆腐の味噌煮 さつま芋のグリル 白菜のスープ フルーツ	米 さつまいも	とうふ、みそ	ブロッコリー、キャベツ はくさい、たまねぎ	だし汁 だし汁、しょうゆ
22 月	昼食	おかゆ 豆腐とかぼちゃの煮物 ほうれん草のお浸し さつま芋のスープ フルーツ	米 さつまいも	とうふ	かぼちゃ、たまねぎ ほうれん草、にんじん バナナ	だし汁 しょうゆ だし汁、しょうゆ
24 水	昼食	おかゆ たいと野菜のケチャップ煮 大根の煮物 キャベツのスープ フルーツ	米	たい	ブロッコリー、たまねぎ だいこん、にんじん キャベツ オレンジ	だし汁、ケチャップ だし汁、しょうゆ だし汁
25 木	昼食	おかゆ 鶏肉とキャベツの蒸し焼き マッシュポテト オニオンスープ フルーツ	米 じゃがいも	とりささみ肉	キャベツ にんじん たまねぎ、ブロッコリー みかん	だし汁、しょうゆ だし汁
26 金	昼食	おかゆ たいの塩焼き ほうれん草の白和え キャベツの味噌汁 フルーツ	米 じゃがいも	たい とうふ みそ	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



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	
27 土	昼食	おかゆ 鶏肉のだし煮 キャベツの和え物 じゃが芋のスープ フルーツ	米 じゃがいも		とりささみ肉	はくさい、たまねぎ キャベツ、にんじん	だし汁 しょうゆ だし汁、しょうゆ
29 月	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 白菜のすまし汁 フルーツ	米		とうふ	にんじん ブロッコリー、たまねぎ はくさい みかん	だし汁、ケチャップ だし汁、しょうゆ
30 火	昼食	おかゆ 鶏肉と大豆の煮物 ポテトサラダ オニオンスープ フルーツ	米 じゃがいも		とりささみ肉、だいす	こまつな キャベツ たまねぎ、にんじん バナナ	だし汁、しょうゆ だし汁

