



# 離乳食献立表



2022年8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	しらすがゆ 鶏肉と人参の煮物 キャベツの和え物 ほうれん草のすまし汁 フルーツ	米	しらす干し 鶏ささみ	にんじん キャベツ、だいこん ほうれんそう オレンジ	だし汁、しょうゆ だし汁、塩
2火	昼食	おかゆ たいの塩焼き 小松菜のお浸し 豆腐の味噌汁 フルーツ	米	たい とうふ、みそ	こまつな、にんじん たまねぎ バナナ	塩 しょうゆ だし汁
3水	昼食	鶏肉と野菜のあんかけ丼 大豆入りポテトサラダ オニオンスープ フルーツ	米 じゃがいも	鶏ささみ だいず	ほうれんそう、にんじん たまねぎ バナナ	だし汁、片栗粉 だし汁、塩
4木	昼食	青菜がゆ 豆腐のケチャップ煮 大根の煮物 人参の味噌汁 フルーツ	米	とうふ みそ	こまつな キャベツ だいこん、たまねぎ にんじん オレンジ	だし汁、ケチャップ だし汁 だし汁
5金	昼食	おかゆ 鶏肉と野菜の煮物 グリーンサラダ 大根のスープ フルーツ	米	鶏ささみ	かぼちゃ、たまねぎ ブロッコリー、にんじん だいこん バナナ	だし汁、片栗粉 だし汁、しょうゆ
6土	昼食	たいの野菜あんかけ丼 ほうれん草の和え物 玉ねぎのすまし汁 フルーツ	米	たい	にんじん ほうれんそう、たまねぎ たまねぎ	だし汁、片栗粉 だし汁 だし汁、塩
8月	昼食	おかゆ たいの蒸し煮 ブロッコリーのサラダ 大根のスープ フルーツ	米	たい	かぼちゃ、たまねぎ ブロッコリー、にんじん だいこん オレンジ	だし汁 しょうゆ だし汁、塩
9火	昼食	おかゆ 豆腐と野菜の煮物 大豆サラダ じゃがいものポタージュ フルーツ	米 じゃがいも	とうふ だいず	ほうれんそう、たまねぎ キャベツ、にんじん バナナ	だし汁、しょうゆ しょうゆ だし汁
10水	昼食	おかゆ 鶏団子入りポトフ マッシュポテト オニオンスープ フルーツ	米 じゃがいも	鶏ささみ	にんじん、たまねぎ、キャベツ たまねぎ バナナ	だし汁 だし汁、しょうゆ だし汁
12金	昼食	青菜がゆ 豆腐と白菜の蒸し煮 人参の煮物 玉ねぎの味噌汁 フルーツ	米	とうふ みそ	ほうれんそう はくさい にんじん たまねぎ オレンジ	だし汁、しょうゆ だし汁 だし汁
13土	昼食	煮込みうどん 小松菜のサラダ フルーツ	うどん	鶏ささみ	かぼちゃ、たまねぎ こまつな、にんじん	だし汁、しょうゆ
15月	昼食	おかゆ たいのおろしがけ さつまいの煮物 豆腐のすまし汁 フルーツ	米 さつまいも	たい とうふ	だいこん、にんじん たまねぎ オレンジ	だし汁、しょうゆ だし汁 だし汁、塩
16火	昼食	青菜がゆ 鶏肉の塩焼き 白菜の和え物 玉ねぎの味噌汁 フルーツ	米 じゃがいも（添え野菜）	鶏ささみ みそ	こまつな はくさい、にんじん たまねぎ オレンジ	塩 だし汁
17水	昼食	おかゆ 豆腐と野菜の煮物 蒸しかぼちゃ キャベツのスープ フルーツ	米	とうふ	こまつな、にんじん かぼちゃ キャベツ、たまねぎ バナナ	だし汁、しょうゆ だし汁、塩
18木	昼食	おかゆ たいと野菜のケチャップ煮 ポテトサラダ かぼちゃスープ フルーツ	米 じゃがいも	たい	キャベツ、たまねぎ にんじん かぼちゃ バナナ	だし汁、ケチャップ だし汁

19 金	昼食	おかゆ 豆腐とキャベツの蒸し煮 人参の煮物 小松菜のすまし汁 フルーツ	米	とうふ	キャベツ にんじん、たまねぎ こまつな バナナ	だし汁、塩 だし汁 だし汁、しょうゆ
20 土	昼食	鶏の中華丼 マッシュポテト 人参のすまし汁 フルーツ	米 じゃがいも	鶏ささみ	はくさい、たまねぎ  にんじん	だし汁、片栗粉、しょうゆ  だし汁、塩
22 月	昼食	おかゆ たいの野菜あんかけ 大豆の煮物 玉ねぎの味噌汁 フルーツ	米	たい だいず みそ	ほうれんそう、キャベツ にんじん たまねぎ オレンジ	だし汁、片栗粉 だし汁 だし汁
23 火	昼食	おかゆ 豆腐と野菜の蒸し煮 グリーンサラダ 白菜のスープ フルーツ	米	とうふ	にんじん、たまねぎ ブロッコリー、キャベツ はくさい バナナ	だし汁、しょうゆ  だし汁
24 水	昼食	おかゆ 鶏肉と野菜のスープ煮 かぼちゃサラダ フルーツ	米	鶏ささみ	ブロッコリー、キャベツ かぼちゃ、にんじん オレンジ	だし汁、しょうゆ
25 木	昼食	おかゆ 豆腐のケチャップ煮 人参の煮物 ほうれん草の味噌汁 フルーツ	米	とうふ だいず みそ	キャベツ、たまねぎ にんじん ほうれんそう バナナ	だし汁、ケチャップ  だし汁
26 金	昼食	青菜がゆ たいの塩焼き 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	チンゲンサイ  にんじん たまねぎ、キャベツ バナナ	塩  だし汁、しょうゆ
27 土	昼食	ピビンバ風丼 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	ほうれんそう、にんじん たまねぎ はくさい	だし汁、しょうゆ
29 月	昼食	おかゆ たいの塩焼き さつまいの煮物 キャベツの味噌汁 フルーツ	米 さつまいも	たい	ブロッコリー  キャベツ、たまねぎ りんご	塩 だし汁 だし汁
30 火	昼食	おかゆ 鶏じゃが ほうれん草の白和え かぼちゃの味噌汁 フルーツ	米 じゃがいも	鶏ささみ とうふ みそ	たまねぎ ほうれんそう、にんじん かぼちゃ バナナ	だし汁、しょうゆ しょうゆ だし汁
31 水	昼食	おかゆ 鶏肉とさつまいの煮物 グリーンサラダ オニオンスープ フルーツ	米 さつまいも	鶏ささみ	ブロッコリー、にんじん たまねぎ、キャベツ バナナ	だし汁  だし汁、塩

☆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。

