



離乳食献立表



2024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 金	昼食	おかゆ 鯛の野菜あんかけ スイートポテトサラダ オニオンスープ フルーツ	米 さつまいも	たい 豆腐	ほうれん草、にんじん にんじん たまねぎ、だいこん オレンジ	だし汁、片栗粉 だし汁 だし汁、しょうゆ
2 土	昼食	鶏丼 さつまいものスープ フルーツ	米 さつまいも	鶏ささみ肉	たまねぎ、ほうれん草 にんじん	だし汁、しょうゆ だし汁
5 火	昼食	おかゆ 鯛と野菜の蒸し煮 小松菜のお浸し かぼちゃの味噌汁 フルーツ	米	たい みそ	だいこん、たまねぎ こまつな、にんじん かぼちゃ、キャベツ バナナ	だし汁 しょうゆ だし汁
6 水	昼食	おかゆ 鶏と野菜の煮物 大根のサラダ 白菜のすまし汁 フルーツ	米	鶏ささみ肉	たまねぎ、にんじん だいこん はくさい バナナ	だし汁 だし汁 だし汁
7 木	昼食	おかゆ 鯛と豆腐のだし煮 にんじんサラダ 小松菜の味噌汁 フルーツ	米	たい、豆腐 みそ	にんじん、キャベツ こまつな、だいこん オレンジ	だし汁 だし汁 だし汁
8 金	昼食	おかゆ 鯛と野菜の炒め煮 大豆の煮物 人参のスープ フルーツ	米	たい 大豆	にんじん、ブロッコリー 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、しょうゆ
9 土	昼食	おかゆ 鶏肉と野菜の味噌焼き ブロッコリーのスープ フルーツ	米	鶏ささみ肉、みそ	キャベツ、にんじん、たまねぎ ブロッコリー、だいこん	だし汁 だし汁、しょうゆ
11 月	昼食	おかゆ かぼちゃのそぼろ煮 白菜の和え物 豆腐のすまし汁 フルーツ	米	鶏ささみ肉 豆腐	かぼちゃ はくさい、にんじん たまねぎ バナナ	だし汁 しょうゆ だし汁
12 火	昼食	おかゆ 鯛のみそ煮 秋野菜のサラダ キャロットスープ フルーツ	米 さつまいも	たい、みそ	かぼちゃ、キャベツにんじん ブロッコリー、にんじん オレンジ	だし汁 だし汁

13 水	昼食	おかゆ 鶏とじゃがいもの煮物 ほうれん草の和え物 キャベツのすまし汁 フルーツ	米 じゃがいも	鶏ささみ肉	ほうれん草、たまねぎ にんじん、キャベツ バナナ	だし汁 しょうゆ だし汁
14 木	昼食	おかゆ 鯛と野菜の旨煮 かぼちゃのサラダ ほうれん草のスープ フルーツ	米	たい	はくさい、にんじん かぼちゃ、たまねぎ ほうれん草、だいこん バナナ	だし汁 しょうゆ だし汁
15 金	昼食	おかゆ 鯛の蒸し煮 さつまいものサラダ 豆腐のすまし汁 フルーツ	米 さつまいも	たい 豆腐	たまねぎ ブロッコリー、キャベツ にんじん、たまねぎ バナナ	だし汁 しょうゆ だし汁
16 土	昼食	豆腐あんかけ丼 秋のスープ フルーツ	米 さつまいも	豆腐、みそ	たまねぎ、ブロッコリー、はくさい かぼちゃ	だし汁 だし汁
18 月	昼食	おかゆ 鯛の煮付 大豆サラダ 豆腐のすまし汁 フルーツ	米 さつまいも	たい 大豆 豆腐	にんじん たまねぎ バナナ	だし汁 しょうゆ だし汁
19 火	昼食	おかゆ 鶏肉の野菜煮込み マッシュパンプキン 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 かぼちゃ たまねぎ バナナ	だし汁、しょうゆ だし汁
20 水	昼食	おかゆ 鶏肉のさつまいも煮 キャベツのサラダ 白菜のスープ フルーツ	米 さつまいも	鶏ささみ肉	キャベツ、こまつな、にんじん はくさい、たまねぎ バナナ	だし汁、しょうゆ だし汁 だし汁
21 木	昼食	おかゆ 鯛のだし煮 にんじんの和え物 ほうれん草の味噌汁 フルーツ	米 じゃがいも	たい みそ	たまねぎ、にんじん ほうれん草 オレンジ	だし汁 しょうゆ だし汁
22 金	昼食	おかゆ 鯛のスープ煮 さつま芋の煮物 かぼちゃの味噌汁 フルーツ	米 さつまいも	たい みそ、豆腐	だいこん、たまねぎ かぼちゃ バナナ	だし汁 だし汁

25 月	昼食	おかゆ 鯛とキャベツの蒸し焼き 大根のサラダ 小松菜の和え物 フルーツ	米	たい	キャベツ だいこん、にんじん こまつな、たまねぎ	だし汁、しょうゆ だし汁
26 火	昼食	おかゆ 鯛と人参の煮物 小松菜の和え物 キャベツのスープ フルーツ	米	たい	にんじん こまつな、たまねぎ キャベツ バナナ	だし汁 しょうゆ だし汁
27 水	昼食	おかゆ たいのオニオンソース グリーンサラダ ポタージュスープ フルーツ	米 じゃがいも	たい 大豆	たまねぎ ブロッコリー、にんじん キャベツ バナナ	だし汁、しょうゆ だし汁 だし汁
28 木	昼食	おかゆ 鶏肉の蒸し焼き ほうれん草の和え物 にんじんのすまし汁 フルーツ	米 じゃがいも	鶏ささみ肉	こまつな、にんじん たまねぎ、にんじん バナナ	しょうゆ だし汁
29 金	昼食	おかゆ 鶏肉と根菜のだし煮 ブロッコリーとしらすの和え物 玉ねぎのすまし汁 フルーツ	米 さつまいも	鶏ささみ肉 しらす	にんじん ブロッコリー たまねぎ、かぼちゃ バナナ	だし汁 しょうゆ だし汁
30 土	昼食	おかゆ ポトフ 青菜の和え物	米	鶏ささみ肉	かぼちゃ、たまねぎ、だいこん こまつな、にんじん	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。

