



離乳食献立表



2024年12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
2月	昼食	おかゆ 鯛の蒸し焼き 大根と人参の煮物 キャベツの味噌汁 フルーツ	米	たい みそ	こまつな だいこん、にんじん キャベツ、たまねぎ バナナ	塩 だし汁、しょうゆ だし汁
3火	昼食	おかゆ 蒸し鶏 小松菜の和え物 豆腐のすまし汁 フルーツ	米	鶏ささみ 豆腐	こまつな、にんじん だいこん、たまねぎ バナナ	だし汁 だし汁
4水	昼食	おかゆ 鶏じゃが 蒸しブロッコリー 大根の味噌汁 フルーツ	米 じゃがいも	鶏ささみ とうふ、みそ	たまねぎ、にんじん ブロッコリー だいこん、キャベツ バナナ	だし汁、しょうゆ 塩 だし汁
5木	昼食	おかゆ たいのムニエル ほうれん草のお浸し 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 かぼちゃ、たまねぎ オレンジ	塩 だし汁、しょうゆ だし汁
6金	昼食	おかゆ 鯛の塩焼き 小松菜の和え物 白菜のすまし汁 フルーツ	米	たい	こまつな、にんじん はくさい、たまねぎ バナナ	塩 しょうゆ だし汁
7土	昼食	おかゆ 鶏と野菜のポトフ マッシュポテト 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、こまつな	だし汁、しょうゆ だし汁
9月	昼食	おかゆ 鯛と玉ねぎの蒸し物 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	たまねぎ ほうれんそう にんじん、だいこん オレンジ	だし汁、塩 しょうゆ だし汁
10火	昼食	おかゆ 鶏と野菜のポトフ ブロッコリーのソテー フルーツ	米 じゃがいも	鶏ささみ	たまねぎ、にんじん ブロッコリー、キャベツ バナナ	しょうゆ
11水	昼食	おかゆ 鶏の蒸し焼き マッシュポテト 野菜のポトフ フルーツ	米 じゃがいも	鶏ささみ	たまねぎ、にんじん、ブロッコリー バナナ	だし汁 だし汁
12木	昼食	おかゆ 鯛の塩焼き 大根の煮物 小松菜のスープ フルーツ	米 じゃがいも	たい	だいこん、にんじん こまつな、たまねぎ オレンジ	塩 だし汁、しょうゆ だし汁
13金	昼食	おかゆ 鯛のじゃが芋あんかけ キャベツのソテー たまねぎのスープ フルーツ	米 じゃがいも	たい	キャベツ、こまつな たまねぎ、にんじん バナナ	だし汁、しょうゆ しょうゆ だし汁
14土	昼食	おかゆ 蒸し鶏 さつま芋のポトフ フルーツ	米 さつまいも	鶏ささみ	たまねぎ、にんじん、ほうれんそう	だし汁 だし汁
16月	昼食	おかゆ 鯛のオニオンソース マッシュパンプキン 豆腐のすまし汁 フルーツ	米	たい とうふ	たまねぎ かぼちゃ、にんじん たまねぎ バナナ	だし汁、しょうゆ だし汁 だし汁
17火	昼食	おかゆ 鶏の白菜の煮物 こぶき芋 キャベツのスープ フルーツ	米 じゃがいも	鶏ささみ	はくさい にんじん キャベツ、たまねぎ オレンジ	だし汁、しょうゆ 塩 だし汁

18	昼食	おかゆ				
----	----	-----	--	--	--	--

水		チキンハンバーグ マッシュパンプキン ブロッコリーのスープ フルーツ	じゃがいも	鶏ささみ	たまねぎ かぼちゃ、にんじん ブロッコリー、はくさい バナナ	だし汁、しょうゆ だし汁
19 木	昼食	おかゆ 鯛の煮物 ブロッコリーの和え物 玉ねぎの味噌汁 フルーツ	米 さつまいも	たい とうふ、みそ	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 だし汁
20 金	昼食	おかゆ 鯛とキャベツの煮物 ほうれん草のお浸し たまねぎのすまし汁 フルーツ	米	たい	キャベツ ほうれん草、にんじん たまねぎ バナナ	だし汁、しょうゆ だし汁
21 土	昼食	おかゆ 鶏肉と野菜のポトフ マッシュパンプキン フルーツ	米	鶏ささみ	たまねぎ、にんじん、ブロッコリー かぼちゃ	だし汁、塩 だし汁
23 月	昼食	おかゆ 鯛のつけ焼き ブロッコリーサラダ キャベツのすまし汁 フルーツ	米	たい	ブロッコリー、にんじん キャベツ、たまねぎ バナナ	しょうゆ だし汁、しょうゆ だし汁
24 火	昼食	おかゆ ローストチキン ツリーサラダ オニオンスープ フルーツ	米	鶏ささみ	ブロッコリー、カリフラワー、にんじん たまねぎ オレンジ	しょうゆ だし汁
25 水	昼食	おかゆ 鶏の塩焼き ほうれん草のお浸し キャベツのスープ フルーツ	米	鶏ささみ	ほうれん草、にんじん キャベツ、たまねぎ オレンジ	塩 だし汁、しょうゆ だし汁
26 木	昼食	おかゆ 鯛の照り焼き 小松菜の和え物 豆腐のすまし汁 フルーツ	米	たい とうふ	こまつな、にんじん だいこん、たまねぎ バナナ	しょうゆ しょうゆ だし汁
27 金	昼食	おかゆ 鯛と玉ねぎの煮物 ブロッコリーサラダ かぼちゃの味噌汁 フルーツ	米	たい みそ	たまねぎ 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、しょうゆ しょうゆ だし汁
28 土	昼食	おかゆ 鶏のスープ煮 小松菜の白和え フルーツ	米 じゃがいも	鶏ささみ とうふ	にんじん、たまねぎ こまつな	だし汁、塩 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。

