

# 10月 離乳食献立表(1・2段階)

2024年

星が丘にじ保育園

第2段階(7~8ヶ月)			第1段階(5~6ヶ月)
日付	献立名	材料名	材料名
1火	御飯 かじき コールスローサラダ	・米 ・かじき/かつおだし汁 ・キャベツ/にんじん/だいこん/かつおだし汁	御飯 だいこん じゃがいも
2水	御飯 鶏ささみのソテー 白菜の煮びたし	・米 ・鶏ささみ/たまねぎ/かつおだし汁 ・はくさい/にんじん/かつおだし汁	御飯 さつまいも はくさい
3木	御飯 豆腐の炒め物 さつまいもソテー	・米 ・鶏ひき肉/木綿豆腐/にんじん/たまねぎ/かつおだし汁 ・さつまいも/かつおだし汁	御飯 にんじん キャベツ
4金	しらすがゆ 大根スープ	・米/しらす干し/にんじん/かつおだし汁 ・だいこん/たまねぎ/いんげん/かつおだし汁	御飯 かぼちゃ たまねぎ
5土	鶏うどん	・うどん/鶏ひき肉/にんじん/こまつな/かつおだし汁	御飯 こまつな カリフラワー
7月	御飯 鮭 ほうれん草のお浸し	・米 ・さけ/かつおだし汁 ・ほうれん草/はくさい/にんじん/かつおだし汁	御飯 だいこん はくさい
8火	トマトライス ブロッコリーサラダ	・米/鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/トマト/かつおだし汁 ・ブロッコリー/さつまいも/かつおだし汁	御飯 ほうれん草 さつまいも
9水	御飯 たら 高野豆腐の煮物	・米 ・たら/かつおだし汁 ・高野豆腐/たまねぎ/にんじん/こまつな/かつおだし汁	御飯 かぼちゃ こまつな
10木	御飯 鶏ささみのコーン焼き 白菜スープ	・米 ・鶏ささみ/コーン/じゃがいも/かつおだし汁 ・はくさい/たまねぎ/かつおだし汁	御飯 じゃがいも ブロッコリー
11金	御飯 ホキとキャベツの炒め物 大根の煮物	・米 ・ホキ/キャベツ/にんじん/かつおだし汁 ・だいこん/こまつな/かつおだし汁	御飯 キャベツ かぶ
12土	混ぜがゆ	・米/鶏ひき肉/にんじん/かぼちゃ/かつおだし汁	御飯 カリフラワー にんじん

\* 第1段階(10倍がゆ)、第2段階(7倍がゆ)です。

\* 段階に合わせて食べやすい状態に調理しています。

\* 給食献立は、都合により変更する場合がありますが、ご了承ください。



第2段階(7～8ヶ月)			第1段階(5～6ヶ月)
日付	献立名	材 料 名	材料名
14月	スポーツの日		
15火	鶏井 野菜炒め	・米/鶏ささみ/だいこん/にんじん/かつおだし汁 ・にんじん/こまつな/たまねぎ/かつおだし汁	御飯 はくさい たまねぎ
16水	御飯 かじきのポパイソテー ブロッコリーのスープ	・米 ・かじき/にんじん/ほうれんそう/かつおだし汁 ・ブロッコリー/たまねぎ/かつおだし汁	御飯 だいこん ほうれんそう
17木	御飯 鶏ひき肉と野菜の大和煮 きゅうりサラダ	・米 ・鶏ひき肉/にんじん/かぼちゃ/だいこん/かつおだし汁 ・きゅうり/キャベツ/かつおだし汁	御飯 こまつな かぼちゃ
18金	遠足のため給食なし		
19土	煮込みうどん	・うどん/鶏ささみ/たまねぎ/にんじん/かぶ/かつおだし汁	御飯 にんじん かぶ
21月	御飯 かじきとさつまいもの煮物 ほうれん草のソテー	・米 ・かじき/さつまいも/かつおだし汁 ・ほうれんそう/だいこん/かつおだし汁	御飯 だいこん さつまいも
22火	すき煮井 大根サラダ	・米/鶏ささみ/たまねぎ/にんじん/キャベツ/かつおだし汁 ・だいこん/いんげん/かつおだし汁	御飯 キャベツ カリフラワー
23水	御飯 たらのオニオンソテー にんじんのきんぴら	・米 ・たら/たまねぎ/かつおだし汁 ・にんじん/カリフラワー/かつおだし汁	御飯 にんじん たまねぎ
24木	御飯 ハンバーグ かぼちゃサラダ	・米 ・鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/かつおだし汁 ・かぼちゃ/ブロッコリー/かつおだし汁	御飯 じゃがいも ブロッコリー
25金	御飯 ホキ 白和え	・米 ・ホキ/かつおだし汁 ・木綿豆腐/ほうれんそう/にんじん/かつおだし汁	御飯 かぼちゃ ほうれんそう
26土	鶏がゆ	・米/鶏ささみ/こまつな/にんじん/だいこん/かつおだし汁	御飯 かぶ こまつな
28月	鮭がゆ さつまいもスープ	・米/さけ/にんじん/こまつな/かつおだし汁 ・さつまいも/たまねぎ/かつおだし汁	御飯 たまねぎ さつまいも
29火	御飯 野菜炒め ほうれん草の和え物	・米 ・鶏ひき肉/キャベツ/たまねぎ/にんじん/かつおだし汁 ・ほうれんそう/ブロッコリー/かつおだし汁	御飯 じゃがいも にんじん
30水	御飯 たらとじゃがいもの煮物 キャベツのすまし汁	・米 ・米/たら/じゃがいも/にんじん/たまねぎ/かつおだし汁 ・キャベツ/たまねぎ/かつおだし汁	御飯 キャベツ カリフラワー
31木	御飯 チキンソテー ブロッコリーサラダ	・米 ・鶏ささみ/にんじん/かつおだし汁 ・ブロッコリー/はくさい/コーン/かつおだし汁	御飯 ブロッコリー はくさい

# 10月 離乳食献立表(3~4段階)

2024年

星ヶ丘にじ保育園

第4段階(12~18ヶ月)第3段階(9~11ヶ月)		
日付	献立名	材 料 名(○はおやつ)
1火	御飯 かじきのケチャップソテー コールスローサラダ コーンスープ 〈おやつ〉スイートポテト	・米 ・かじき/ケチャップ ・キャベツ/にんじん/油/酢/砂糖/食塩 ・コーン/たまねぎ/コンソメ/食塩 ○さつまいも/砂糖
2水	御飯 鶏肉のみそ焼き 白菜の煮びたし えのきのすまし汁 〈おやつ〉オレンジコンポート	・米 ・鶏肉/米みそ/砂糖 ・はくさい/にんじん/油揚げ/かつおだし汁/しょうゆ/砂糖 ・えのきたけ/ねぎ/たまねぎ/かつおだし汁/しょうゆ/食塩 ○オレンジ/砂糖
3木	御飯 豚肉の中華炒め ひじきの煮物 チンゲン菜のスープ 〈おやつ〉いももち	・米 ・豚肉/たまねぎ/にんじん/中華だしの素 ・ひじき/コーン/砂糖/しょうゆ ・チンゲンサイ/にんじん/中華だしの素/食塩 ○じゃがいも/片栗粉/食塩/しょうゆ/砂糖
4金	秋の里ごぼん 大根の煮物 高野豆腐のみそ汁 〈おやつ〉焼きドーナツ	・米/しらす干し/にんじん/さつまいも/かつおだし汁/しょうゆ ・だいこん/にんじん/コーン/しょうゆ/砂糖 ・高野豆腐/にんじん/たまねぎ/かつおだし汁/米みそ ○ホットケーキ粉/木綿豆腐/油
5土	肉うどん チンゲン菜のソテー 〈おやつ〉赤ちゃんスナック	・うどん/豚肉/にんじん/たまねぎ/はくさい/しょうゆ/砂糖/食塩/かつおだし汁 ・チンゲンサイ/にんじん/コーン/中華だしの素/しょうゆ ○赤ちゃんスナック
7月	御飯 鮭のちゃんちゃん焼き焼き ほうれん草のお浸し 白菜スープ 〈おやつ〉りんごゼリー	・米 ・さけ/キャベツ/にんじん/米みそ/砂糖 ・ほうれん草/にんじん/しょうゆ ・たまねぎ/はくさい/かつおだし汁/しょうゆ/食塩 ○りんごジュース/粉かんでん/砂糖
8火	トマトごぼん ブロッコリーサラダ コンソメスープ 〈おやつ〉ジャムパンケーキ	・米/豚ひき肉/にんじん/たまねぎ/じゃがいも/ケチャップ/コンソメ ・ブロッコリー/コーン/にんじん/中華だしの素 ・キャベツ/だいこん/コンソメ/食塩 ○ホットケーキ粉/油/いちごジャム
9水	御飯 たらの甘辛焼き 里いものコンソメ煮 わかめのみそ汁 〈おやつ〉コーンフレークの豆乳煮	・米 ・たら/砂糖/しょうゆ ・さといも/にんじん/たまねぎ/ベーコン/コンソメ ・わかめ/たまねぎ/かつおだし汁/米みそ ○コーンフレーク/豆乳
10木	御飯 ミートスパゲティ さつまいも煮 白菜スープ 〈おやつ〉かぼちゃ団子	・米 ・スパゲティ/鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/ケチャップ ・さつまいも/コンソメ ・はくさい/たまねぎ/コンソメ/食塩 ○かぼちゃ/砂糖
11金	御飯 銀ひらすのきのこソテー 五目ひじき 大根スープ 〈おやつ〉フルーツかんでん	・米 ・銀ひらす/しめじ/たまねぎ/しょうゆ ・ひじき/にんじん/いんげん/砂糖/しょうゆ/かつおだし汁 ・だいこん/にんじん/ねぎ/中華だしの素/食塩 ○もも缶/みかん缶/粉かんでん/砂糖
12土	ケチャップライス 水菜スープ 〈おやつ〉赤ちゃんスナック	・ごはん/豚ひき肉/たまねぎ/にんじん/いんげん/ケチャップ ・みずな/にんじん/コンソメ/食塩 ○赤ちゃんスナック

\* 第三段階(6倍がゆ) 第四段階(5倍がゆ)です。

\* 段階に合わせて食べやすい状態に調理しています。

\* 給食献立は、都合により変更する場合がありますが、ご了承ください。

\* 材料名のマヨネーズは、卵を使わない大豆でできたマヨネーズです。



第4段階(12~18ヶ月)第3段階(9~11ヶ月)

日付	献立名	材 料 名(○はおやつ)
14月	スポーツの日	
15火	豚みそ丼 もやしのしょうゆ和え キャベツのすまし汁 〈おやつ〉パンがゆ	・米/豚肉/だいこん/にんじん/ねぎ/かつおだし汁/砂糖/米みそ ・もやし/きゅうり/しょうゆ ・キャベツ/にんじん/かつおだし汁/しょうゆ/食塩 ○米粉パン/豆乳
16水	御飯 かじきのパン粉焼き ビーフンソテー きのこスープ 〈おやつ〉りんごコンポート	・米 ・かじき/パン粉/食塩/油 ・ビーフン/ツナ水煮缶/コーン/にんじん/コンソメ ・えのき/しいたけ/たまねぎ/コンソメ/食塩 ○りんご/砂糖
17木	御飯 鶏肉と野菜の大和煮 きゅうりの酢の物 きのこスープ 〈おやつ〉じゃがいものおやき	・米 ・鶏肉/にんじん/だいこん/かぼちゃ/かつおだし汁/砂糖/しょうゆ ・きゅうり/カットわかめ/みかん缶/砂糖/食塩/酢 ・えのきたけ/エリンギ/にんじん/コンソメ/食塩 ○じゃがも/あおのり/片栗粉/食塩/油
18金	遠足のため給食なし 〈おやつ〉ジャムサンド	○米粉パン/いちごジャム
19土	きつねうどん 小松菜のお浸し 〈おやつ〉赤ちゃんスナック	・うどん/油揚げ/鶏肉/たまねぎ/にんじん/かつおだし汁/しょうゆ/砂糖/食塩 ・こまつな/にんじん/しょうゆ ○赤ちゃんスナック
21月	御飯 銀ひらすのみそ煮 ほうれん草のソテー かぶのすまし汁 〈おやつ〉さつまいもようかん	・米 ・銀ひらす/米みそ/砂糖/かつおだし汁 ・ほうれん草/にんじん/食塩 ・かぶ/かぶ葉/たまねぎ/かつおだし汁/しょうゆ/食塩 ○さつまいも/粉かんでん/砂糖
22火	豚丼 大根の煮物 さつま汁 〈おやつ〉ももケーキ	・米/豚肉/たまねぎ/にんじん/かつおだし汁/砂糖/しょうゆ ・だいこん/にんじん/かつおだし汁/しょうゆ/砂糖 ・さつまいも/にんじん/ねぎ/かつおだし汁/米みそ ○もも缶/ホットケーキ粉/油
23水	御飯 たらの塩焼き きんぴら みつばのすまし汁 〈おやつ〉りんごパン	・米 ・たら/食塩 ・にんじん/いんげん/豚ひき肉/しょうゆ/砂糖 ・みつば/はくさい/かつおだし汁/しょうゆ/食塩 ○米粉パン/りんご/砂糖
24木	御飯 ハンバーグ にんじんサラダ 田舎スープ 〈おやつ〉チヂミ	・米 ・豚ひき肉/たまねぎ/片栗粉/食塩/ケチャップ ・にんじん/きゅうり/ツナ水煮缶/酢/砂糖/食塩/油 ・かぼちゃ/たまねぎ/コンソメ/食塩 ○米粉/豚ひき肉/しらす干し/食塩/しょうゆ/砂糖
25金	御飯 ホキのマヨネーズ焼き 白和え チンゲン菜のみそ汁 〈おやつ〉フルーツポンチ	・米 ・ホキ/マヨネーズ ・木綿豆腐/ほうれん草/にんじん/しょうゆ/砂糖 ・チンゲンサイ/ねぎ/かつおだし汁/米みそ ○洋なし缶/もも缶/砂糖
26土	切り干し大根ごはん そうめん汁 〈おやつ〉赤ちゃんスナック	・米/豚ひき肉/切り干しだいこん/にんじん/しょうゆ ・そうめん/にんじん/あさつき/かつおだし汁 ○赤ちゃんスナック
28月	すきに丼 なすのソテー もやしのみそ汁 〈おやつ〉焼きうどん	・米/鶏ひき肉/たまねぎ/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁 ・なす/にんじん/ベーコン/コンソメ ・もやし/にんじん/米みそ/かつおだし汁 ○うどん/鶏ひき肉/キャベツ/にんじん/ピーマン/中華だしの素/油
29火	御飯 野菜炒め ナムル わかめスープ 〈おやつ〉さつまいもきんとん	・米 ・豚肉/キャベツ/たまねぎ/にんじん/砂糖/しょうゆ ・ほうれん草/もやし/コーン/中華だしの素 ・わかめ/じゃがいも/中華だしの素/食塩 ○さつまいも/パイン缶/砂糖
30水	御飯 ツナとじゃがいもの煮物 マロニーのお浸し キャベツのすまし汁 〈おやつ〉ぶどうゼリー	・米 ・ツナ缶/じゃがいも/にんじん/たまねぎ/砂糖/しょうゆ ・マロニー/鶏ささみ/きゅうり/酢/砂糖/しょうゆ ・キャベツ/にんじん/ねぎ/かつおだし汁/しょうゆ/食塩 ○ぶどう果汁/粉かんでん/砂糖
31木	御飯 鶏肉のソテー ブロッコリーサラダ 豆乳スープ 〈おやつ〉かぼちゃパンケーキ	・米 ・鶏肉/しょうゆ ・ブロッコリー/にんじん/マヨネーズ ・豆乳/はくさい/コーン/コンソメ/食塩 ○かぼちゃ/ホットケーキ粉/油