



2022年9月 どんぐりこども園 離乳食 中期・後期予定献立表



日にち	曜日	初期5~6ヶ月頃	材料	中期7~8ヶ月頃	材料	後期9~11ヶ月頃	材料
1	木						
2	金			全がゆ 鶏肉と野菜のそぼろ煮 ほうれん草の和え物 麩の味噌汁	米 鶏肉・玉ねぎ・キャベツ ほうれん草・人参 麩	全がゆ~軟飯 鶏肉と野菜のそぼろ煮 ほうれん草の和え物 麩とわかめ味噌汁	米 鶏肉・玉ねぎ・キャベツ ほうれん草・人参 麩・わかめ
3	土			全がゆ 具沢山汁	米 豆腐・キャベツ 人参・ねぎ	全がゆ~軟飯 具沢山汁	米 豆腐・キャベツ 人参・ねぎ
5	月			全がゆ 鶏肉の照り煮 和え物 玉ねぎの味噌汁	米 鶏肉 小松菜・人参 玉ねぎ	全がゆ~軟飯 鶏肉の照り煮 ひじき煮 玉ねぎの味噌汁	米 鶏肉 ひじき・小松菜・人参 玉ねぎ
6	火			全がゆ カレイの味噌煮 納豆和え 大根のすまし汁	米 カレイ 納豆・人参・キャベツ 大根	全がゆ~軟飯 カレイの味噌煮 納豆和え 大根のすまし汁	米 カレイ 納豆・人参・キャベツ 大根
7	水			全がゆ 高野豆腐の煮物 茹で野菜 玉ねぎのスープ	米 高野豆腐・ピーマン もやし・人参 玉ねぎ	全がゆ~軟飯 そぼろ煮 茹で野菜 玉ねぎのスープ	米 高野豆腐・ピーマン もやし・人参 玉ねぎ
8	木			全がゆ 豆腐と野菜の煮物 野菜煮 じゃが芋といんげんの味噌汁	米 豆腐・人参・キャベツ 小松菜・もやし じゃが芋といんげんの味噌汁	全がゆ~軟飯 豆腐と豚肉の煮物 磯香和え じゃが芋といんげんの味噌汁	米 豆腐・豚肉・人参・キャベツ 小松菜・もやし・海苔 じゃが芋・いんげん
9	金			パン粥 鶏肉とかぼちゃの煮物 マカロニ煮 人参のスープ	食パン 鶏肉・かぼちゃ マカロニ・玉ねぎ 人参	パン粥~食パン 鶏肉とかぼちゃの煮物 マカロニ煮 人参のスープ	米 鶏肉・かぼちゃ マカロニ・玉ねぎ 人参
10	土			全がゆ カレイと野菜の煮物 ねぎのスープ	米 カレイ・人参・玉ねぎ・キャベツ ねぎ	全がゆ~軟飯 カレイと野菜の煮物 ねぎのスープ	米 カレイ・人参・玉ねぎ・キャベツ ねぎ
12	月			全がゆ 鶏肉の甘煮 マカロニの煮込み 人参のスープ	米 鶏肉 マカロニ・きゅうり 人参	全がゆ~軟飯 鶏肉の甘煮 マカロニの煮込み 人参とわかめのスープ	米 鶏肉 マカロニ・きゅうり 人参・わかめ
13	火			全がゆ 高野豆腐と玉ねぎの煮物 茹で野菜 大根のすまし汁	米 高野豆腐・玉ねぎ キャベツ・人参 大根	全がゆ~軟飯 肉団子煮 おなか煮 大根のすまし汁	米 豚肉・玉ねぎ キャベツ・人参・かつお節 大根
14	水			煮込みうどん ツナ煮 りんご煮	うどん・キャベツ・人参 ツナ・きゅうり・もやし りんご	煮込みうどん ツナ煮 りんご煮	うどん・キャベツ・人参 ツナ・きゅうり・もやし りんご

日にち	曜日	初期5~6ヶ月頃	材料	中期7~8ヶ月頃	材料	後期9~11ヶ月頃	材料
15	木			全がゆ カレイと野菜の味噌煮 お浸し 玉ねぎのスープ	米 カレイ・キャベツ・いんげん ほうれん草・人参 玉ねぎ	全がゆ~軟飯 豚肉と野菜の味噌煮 お浸し 玉ねぎのスープ	米 豚肉・キャベツ・いんげん ほうれん草・人参 玉ねぎ
16	金			パン粥 鶏肉と野菜の煮込み 小松菜の煮びたし 大根のスープ	食パン 鶏肉・玉ねぎ・人参 小松菜・もやし 大根	パン粥~食パン 鶏肉と野菜のケチャップ煮 小松菜の煮びたし 大根のスープ	食パン 鶏肉・玉ねぎ・人参 小松菜・もやし 大根
17	土			全がゆ 具沢山汁	米 豆腐・キャベツ 人参・ねぎ	全がゆ~軟飯 具沢山汁	米 豆腐・キャベツ 人参・ねぎ
20	火			全がゆ カレイの煮付け 切干大根煮 キャベツのすまし汁	米 カレイ 切干大根・人参 キャベツ	全がゆ~軟飯 カレイの煮付け 切干大根煮 キャベツのすまし汁	米 カレイ 切干大根・人参 キャベツ
21	水			全がゆ 鶏肉とさつま芋の煮物 ピーマン煮 人参のスープ	米 鶏肉・さつま芋・玉ねぎ ピーマン・きゅうり 人参	全がゆ~軟飯 鶏肉とさつま芋の煮物 ピーマン煮 人参のスープ	米 鶏肉・さつま芋・玉ねぎ ピーマン・きゅうり 人参
22	木			全がゆ 豆腐と野菜の煮物 野菜煮 じゃが芋といんげんの味噌汁	米 豆腐・人参・玉ねぎ 小松菜・もやし じゃが芋といんげんの味噌汁	全がゆ~軟飯 肉豆腐 磯香和え じゃが芋といんげんの味噌汁	米 肉豆腐・人参・玉ねぎ 小松菜・もやし・海苔 じゃが芋・いんげん
24	土			全がゆ カレイと野菜の煮物 ねぎのスープ	米 カレイ・人参・玉ねぎ・キャベツ ねぎ	全がゆ~軟飯 カレイと野菜の煮物 ねぎのスープ	米 カレイ・人参・玉ねぎ・キャベツ ねぎ
26	月			全がゆ 鶏肉の甘煮 根菜の煮物 麩のすまし汁	米 鶏肉 大根・人参 麩	全がゆ~軟飯 鶏肉の甘煮 根菜の煮物 麩のすまし汁	米 鶏肉 ひじきの煮物 麩
27	火			全がゆ カレイと野菜の煮物 茹で野菜 もやしの味噌汁	米 カレイ・じゃが芋・人参・いんげん キャベツ・玉ねぎ もやし	全がゆ~軟飯 肉じゃが おなか煮 玉ねぎとわかめ味噌汁	米 豚肉・じゃが芋・人参・いんげん キャベツ・もやし・かつお節 玉ねぎ・わかめ
28	水			全がゆ 鶏団子煮 納豆和え 玉ねぎのスープ	米 鶏肉 納豆・人参・ほうれん草 玉ねぎ	全がゆ 鶏団子煮 納豆和え 玉ねぎのスープ	米 鶏肉 納豆・人参・ほうれん草 玉ねぎ
29	木			パン粥 鶏肉と野菜の煮物 かぼちゃの甘煮 もやしのスープ	食パン 鶏肉・玉ねぎ・人参 かぼちゃ もやし	パン粥~食パン 鶏肉と野菜の煮物 かぼちゃの甘煮 もやしのスープ	食パン 鶏肉・玉ねぎ・人参 かぼちゃ もやし
30	金			スバグティ煮 カレイと野菜のトマト煮 じゃが芋のスープ	スバグティ・玉ねぎ カレイ・トマト・キャベツ・人参 じゃが芋	スバグティ煮 カレイと野菜のトマト煮 じゃが芋のスープ	スバグティ・玉ねぎ カレイ・トマト・キャベツ・人参 じゃが芋

*材料購入の関係上、多少の変更はご了承願います。

*献立の「軟飯・お粥・つぶし粥」に使用しているお米は、国内産米となっています。

*保育園では調理にはいろいろな食材を使用しております。献立表の材料名もご寛いいただき、食べたことがない食材は事前にご家庭でもお試しくださるようお願い申し上げます。