



2025年1月 どんぐりこども園離乳食中期・後期予定献立表



日	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
4	土			全がゆ 高野豆腐の煮物 野菜のすまし汁	米 高野豆腐 玉ねぎ・人参	全がゆ～軟飯 高野豆腐の煮物 野菜のすまし汁	米 高野豆腐 玉ねぎ・人参
6	月			全がゆ 鶏肉の煮物 ビーフン煮 玉ねぎのスープ	米 鶏肉 ビーフン・人参 玉ねぎ	全がゆ～軟飯 鶏肉の煮物 ビーフン煮 玉ねぎのスープ	米 鶏肉 ビーフン・人参 玉ねぎ
7	火			煮込みうどん さつま芋の甘煮	うどん・鶏肉 長ねぎ・白菜 さつま芋・人参	わかめの煮込みうどん さつま芋の甘煮	うどん・鶏肉・わかめ 長ねぎ・白菜 さつま芋・人参
8	水			全がゆ 豆腐の煮物 野菜の煮びたし 長ねぎの味噌汁	米 豆腐 キャベツ・もやし 長ねぎ	全がゆ～軟飯 肉豆腐 野菜の煮びたし 長ねぎの味噌汁	米 豚肉・豆腐 キャベツ・もやし 長ねぎ
9	木			全がゆ 野菜のそぼろ煮 人参と白菜のお浸し 麩のすまし汁	米 鶏肉・玉ねぎ・ピーマン 人参・白菜 麩	全がゆ～軟飯 野菜のそぼろ煮 人参と白菜の磯香煮 麩のすまし汁	米 鶏肉・玉ねぎ・ピーマン 人参・白菜・海苔・かつお節 麩
10	金			全がゆ 豆腐の煮つけ 三色煮びたし マカロニスープ	米 豆腐 キャベツ・もやし・人参 マカロニ	全がゆ～軟飯 豚肉と豆腐の煮つけ 三色煮びたし マカロニスープ	米 豚肉・豆腐 キャベツ・もやし・人参 マカロニ
11	土			全がゆ 鶏肉の煮物 大根のすまし汁	米 鶏肉・人参・玉ねぎ 大根	全がゆ～軟飯 鶏肉の煮物 大根のすまし汁	米 鶏肉・人参・玉ねぎ 大根
14	火			全がゆ 野菜のトマト煮 マカロニ煮 長ねぎのスープ	米 麩・トマト・玉ねぎ・人参 マカロニ・キャベツ 長ねぎ	全がゆ～軟飯 そぼろのトマト煮 マカロニ煮 長ねぎのスープ	米 麩・豚肉・トマト・玉ねぎ・人参 マカロニ・キャベツ 長ねぎ
15	水			ちゃんぽん風うどん 切干大根煮	うどん・高野豆腐・豆乳 キャベツ・もやし・人参 切干大根・いんげん	ちゃんぽん風うどん 切干大根煮	うどん・豚肉・高野豆腐・豆乳 キャベツ・もやし・人参 切干大根・いんげん
16	木			パンがゆ 白菜のシチュー もやしの煮びたし	食パン 麩・白菜・玉ねぎ 人参・牛乳 もやし・キャベツ	パンがゆ～食パン 白菜のシチュー もやしの煮びたし	食パン 麩・白菜・玉ねぎ 人参・牛乳 もやし・キャベツ
17	金			全がゆ カレーの味噌煮 野菜のお浸し 玉ねぎのスープ	米 カレー きゅうり・人参・キャベツ 玉ねぎ	全がゆ～軟飯 カレーの味噌煮 ひじきと野菜のお浸し 玉ねぎのスープ	米 カレー ひじき・きゅうり・人参・キャベツ 玉ねぎ
18	土			全がゆ 鶏肉と野菜の煮物 麩のすまし汁	米 鶏肉・玉ねぎ・人参 麩	全がゆ～軟飯 鶏肉と野菜の煮物 麩のすまし汁	米 鶏肉・玉ねぎ・人参 麩

日	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
20	月			全がゆ 鶏肉の煮物 人参の甘煮 大根の味噌汁	米 鶏肉 人参 大根	全がゆ～軟飯 鶏肉のケチャップ煮 人参の甘煮 大根の味噌汁	米 鶏肉 人参 大根
21	火			スープパスタ 小松菜の煮びたし	スパゲティ・ささみ 人参・キャベツ・長ねぎ 小松菜・もやし	スープパスタ 小松菜の煮びたし	スパゲティ・ささみ 人参・キャベツ・長ねぎ 小松菜・もやし
22	水			全がゆ 大根の煮物 野菜のお浸し 豆腐の味噌汁	米 大根・人参 玉ねぎ・キャベツ 豆腐	全がゆ～軟飯 豚大根 野菜のおかか煮 豆腐の味噌汁	米 豚肉・大根・人参 玉ねぎ・キャベツ・かつお節 豆腐
23	木			全がゆ 麩と野菜の煮物 切干大根煮 長ねぎのスープ	米 麩・玉ねぎ・もやし 切干大根・人参 長ねぎ	全がゆ～軟飯 野菜のそぼろ煮 切干大根煮 長ねぎのスープ	米 豚肉・麩・玉ねぎ・もやし 切干大根・人参 切干大根・人参 長ねぎ
24	金			全がゆ チキンシチュー 納豆煮	米 鶏肉・じゃが芋 玉ねぎ・人参・牛乳 納豆・キャベツ	全がゆ～軟飯 チキンシチュー 納豆煮	米 鶏肉・じゃが芋 玉ねぎ・人参・牛乳 納豆・キャベツ
25	土			全がゆ 高野豆腐の煮物 野菜のすまし汁	米 高野豆腐 じゃが芋・玉ねぎ・キャベツ	全がゆ～軟飯 高野豆腐の煮物 野菜のすまし汁	米 高野豆腐 じゃが芋・玉ねぎ・キャベツ
27	月			全がゆ 野菜のそぼろ煮 人参の甘煮 長ねぎのスープ	米 鶏肉・玉ねぎ・もやし 人参 長ねぎ	全がゆ～軟飯 野菜のそぼろ煮 人参の甘煮 わかめと長ねぎのスープ	米 鶏肉・玉ねぎ・もやし 人参 わかめ・長ねぎ
28	火			全がゆ 鮭の煮つけ 切干大根煮 麩のすまし汁	米 鮭 切干大根・人参 麩	全がゆ～軟飯 鮭の煮つけ 切干大根煮 麩のすまし汁	米 鮭 切干大根・人参 麩
29	水			全がゆ 納豆そぼろ煮 野菜の煮物 いんげんの味噌汁	米 納豆・鶏肉・人参 玉ねぎ・もやし いんげん	全がゆ～軟飯 納豆そぼろ煮 ひじきと野菜の煮物 いんげんの味噌汁	米 納豆・鶏肉・人参 ひじき・玉ねぎ・もやし いんげん
30	木			パンがゆ かぶのシチュー かぼちゃの甘煮	食パン 鶏肉・かぶ・玉ねぎ 人参・牛乳 かぼちゃ	パンがゆ～食パン かぶのシチュー かぼちゃの甘煮	食パン 鶏肉・かぶ・玉ねぎ 人参・牛乳 かぼちゃ
31	金			全がゆ 豆腐の煮物 スパゲティ煮	米 豆腐・白菜 スパゲティ・きゅうり もやし・チンゲン菜	全がゆ～軟飯 すき焼き風煮 スパゲティ煮	米 豚肉・豆腐・白菜 スパゲティ・きゅうり もやし・チンゲン菜

*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、国内産です。

*保育園で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覧いただき、食べたことがない食材は事前にご家庭でお試し下さい。