



離乳食献立表



令和5年3月

草加あおぞら保育園

日 ／ 曜	完了期	後期	中期	初期
1 （ 水 ）	麦茶、野菜ビスケット キーマカレー パイン こまつなサラダ 中華スープ（キャベツ・えのきたけ・コーン） 牛乳、バナナきなこケーキ	ウエハース かぼちゃと鶏のドリア風 （5倍粥・かぼちゃ・鶏ひき肉） にんじんスティック	ヨーグルト かぼちゃと鶏のドリア風 （7倍粥・かぼちゃ・鶏ひき肉） にんじん煮	10倍粥 かぼちゃ煮 ブロッコリー煮
2 （ 木 ）	麦茶、スティックビスケット ボークケチャップ ごはん キャベツとひじきの和風コールスロー もも 味噌汁（こまつな・油揚げ・しめじ） 牛乳、みそポテト	おせんべい 5倍粥 茹でキャベツ しらすとだいこんの和え物 ほうれんそうの味噌汁 ふかしいも	おせんべい 7倍粥 キャベツのとりみ煮 しらすとだいこんの煮物 ほうれんそうの味噌汁 マッシュポテト	10倍粥 しらす煮 ほうれんそう煮
3 （ 金 ）	麦茶、クリームサンドビスケット ちくわの煮物 ちらし寿司 ひじきのサラダ みかん すまし汁（とうふ・わかめ・花魁） カルピス、いちご蒸しパン	ビスケット 煮込みうどん （うどん・とうふ・にんじん・ほうれんそう） 茹でブロッコリー かぼちゃ粥	バナナ 煮込みうどん （うどん・とうふ・にんじん・ほうれんそう） ブロッコリー煮 かぼちゃ粥	10倍粥 にんじん煮 とうふ煮
4 （ 土 ）	麦茶、塩せんべい 肉じゃが ごはん もやしのナムル りんご 味噌汁（たまねぎ・しめじ・こまつな） 牛乳、おいなりさん	おせんべい あんかけごはん （5倍粥・しらす・こまつな・たまねぎ） きゅうりスティック ひじき粥	おせんべい あんかけごはん （7倍粥・しらす・こまつな・たまねぎ） にんじん煮 ひじき粥	10倍粥 にんじん煮 ほうれんそう煮
6 （ 月 ）	麦茶、スティックビスケット 豚肉とだいこんのみそ炒め ごはん こまつなのツナ和え ミニゼリー わかめスープ 牛乳、ミニピザ	おせんべい 5倍粥 マッシュかぼちゃ だいこんと鶏ひき肉のうま煮 たまねぎの味噌汁 ブロッコリーのおやき	おせんべい 7倍粥 マッシュかぼちゃ だいこんと鶏ひき肉のうま煮 たまねぎの味噌汁 ブロッコリー粥	10倍粥 しらす煮 かぼちゃ煮
7 （ 火 ）	麦茶、バタービスケット 鶏肉のトマト煮 ごはん ポテトサラダ もも 味噌汁（キャベツ・えのきたけ・油揚げ） 牛乳、ココアくずもち	ビスケット 5倍粥 マッシュポテト（きゅうり入り） 鶏ひき肉とにんじんのトマト煮 キャベツの味噌汁 ほうれんそう粥	ヨーグルト 7倍粥 マッシュポテト 鶏ひき肉とにんじんのトマト煮 キャベツの味噌汁 ほうれんそう粥	10倍粥 じゃがいも煮 にんじん煮
8 （ 水 ）	麦茶、白雪せんべい 和風ベーコンスパゲティ パナナ こまつなのおかか和え 味噌汁（とうふ・なめこ・ねぎ） 牛乳、鶏そぼろおにぎり	おせんべい スープスパゲティ （スパゲティ・しらす・にんじん・ほうれんそう） とうふの味噌汁 鶏そぼろ粥	おせんべい スープスパゲティ （スパゲティ・しらす・にんじん・ほうれんそう） とうふの味噌汁 鶏そぼろ粥	10倍粥 とうふ煮 ほうれんそう煮
9 （ 木 ）	麦茶、クリームサンドビスケット タンドリーチキン ごはん スパゲティサラダ パイン コンソメスープ（キャベツ・たまねぎ・コーン） 牛乳、お麴ラスク	ビスケット 5倍粥 にんじんスティック しらすとキャベツの和え物 ほうれんそうの味噌汁 ひじき粥	マッシュかぼちゃ 7倍粥 にんじん煮 しらすとキャベツの和え物 ほうれんそうの味噌汁 ひじき粥	10倍粥 しらす煮 にんじん煮
10 （ 金 ）	麦茶、ウエハース カレーのごま照り焼き ごはん 切干大根の煮物 りんご 味噌汁（こまつな・しめじ・たまねぎ） コーンスープ、ふかしいも	ウエハース 5倍粥 茹でブロッコリー カレーの煮付け にんじんの味噌汁 ふかしいも	おせんべい 7倍粥 ブロッコリー煮 カレーの煮付け にんじんの味噌汁 マッシュポテト	10倍粥 カレー煮 ブロッコリー煮
11 （ 土 ）	麦茶、野菜ビスケット チャーハン パイン こまつなとちくわのナムル 味噌汁（たまねぎ・しめじ・キャベツ） 牛乳、ビスケット	おせんべい あんかけごはん （5倍粥・しらす・たまねぎ・にんじん） 茹でキャベツ ブロッコリーのおやき	おせんべい あんかけごはん （7倍粥・しらす・たまねぎ・にんじん） キャベツのとりみ煮 ブロッコリー粥	10倍粥 にんじん煮 ほうれんそう煮
13 （ 月 ）	麦茶、クリームサンドビスケット だいこんと鶏肉の煮物 たきこみごはん キャベツのごまだれサラダ みかん 味噌汁（とうふ・なめこ・こまつな） 牛乳、かぼちゃ団子	ビスケット 5倍粥 だいこんスティック ほうれんそうの白和え キャベツの味噌汁 かぼちゃ団子	バナナ 7倍粥 だいこん煮 ほうれんそうの白和え キャベツの味噌汁 マッシュかぼちゃ	10倍粥 とうふ煮 にんじん煮
14 （ 火 ）	麦茶、塩せんべい ひじきハンバーグ ごはん きんぴらごぼう ミニゼリー 味噌汁（キャベツ・しめじ・高野豆腐） 牛乳、クッキー	おせんべい 5倍粥 キャベツ炒め ひじきハンバーグ（ひじき・鶏ひき肉・とうふ） たまねぎの味噌汁 ほうれんそう粥	おせんべい 7倍粥 キャベツのとりみ煮 ひじきハンバーグ風（ひじき・鶏ひき肉・とうふ） たまねぎの味噌汁 ほうれんそう粥	10倍粥 とうふ煮 かぼちゃ煮
15 （ 水 ）	麦茶、スティックビスケット 豚肉とキャベツの中華炒め ごはん 彩りナムル みかん 味噌汁（こまつな・えのきたけ・油揚げ） 牛乳、かぼちゃケーキ	ビスケット 5倍粥 茹でブロッコリー しらすのにんじんの煮物 キャベツの味噌汁 かぼちゃ粥	ヨーグルト 7倍粥 ブロッコリー煮 しらすのにんじんの煮物 キャベツの味噌汁 かぼちゃ粥	10倍粥 しらす煮 ブロッコリー煮
16 （ 木 ）	麦茶、野菜ビスケット カレーライス もも こまつなのごま和え わかめスープ 牛乳、フルーチェムース	ウエハース かぼちゃと鶏のドリア風 （5倍粥・かぼちゃ・鶏ひき肉） たまねぎとにんじんの味噌汁 ブロッコリー粥	おせんべい かぼちゃと鶏のドリア風 （7倍粥・かぼちゃ・鶏ひき肉） たまねぎとにんじんの味噌汁 ブロッコリー粥	10倍粥 じゃがいも煮 ほうれんそう煮



離乳食献立表



令和5年3月

草加あおぞら保育園

日 ／ 曜	完了期	後期	中期	初期
17 — 金 —	麦茶、バタービスケット しゅうまい ごはん 大豆とひじきの煮物 味噌汁（なめこ・こまつな・とうふ） 牛乳、フルーツヨーグルト	ビスケット 5倍粥 にんじんスティック 大豆とブロッコリーのうま煮 こまつなの味噌汁 フルーツヨーグルト	マッシュかぼちゃ 7倍粥 にんじん煮 大豆とブロッコリーのうま煮 こまつなの味噌汁 フルーツヨーグルト	10倍粥 にんじん煮 とうふ煮
18 — 土 —	麦茶、スティックビスケット チキンライス りんご かぼちゃサラダ ポトフスープ 牛乳、バナナきなこ	ビスケット あんかけごはん （5倍粥・しらす・にんじん・ほうれんそう） マッシュかぼちゃ バナナきなこ	おせんべい あんかけごはん （7倍粥・しらす・にんじん・ほうれんそう） マッシュかぼちゃ バナナきなこ	10倍粥 かぼちゃ煮 ほうれんそう煮
20 — 月 —	麦茶、白雪せんべい おわかれ きゅうしょく  牛乳、メロンパンクッキー	おせんべい あんかけごはん （5倍粥・とうふ・にんじん・ほうれんそう） きゅうりスティック ひじき粥	おせんべい あんかけごはん （7倍粥・とうふ・にんじん・ほうれんそう） ブロッコリー煮 ひじき粥	10倍粥 とうふ煮 ブロッコリー煮
22 — 水 —	麦茶、塩せんべい ささみとブロッコリーのあんかけ ごはん ごぼうサラダ みかん 味噌汁（キャベツ・えのきたけ・高野豆腐） 牛乳、ナポリタン	おせんべい 5倍粥 にんじんスティック ささみとブロッコリーのあんかけ キャベツの味噌汁 マカロニきなこ	おせんべい 7倍粥 にんじん煮 ささみとブロッコリーのあんかけ キャベツの味噌汁 マカロニきなこ	10倍粥 にんじん煮 ブロッコリー煮
23 — 木 —	麦茶、ウエハース 五目ラーメン いももち バナナ 牛乳、しらすとこまつなのおにぎり	ウエハース 煮込みうどん マッシュポテト （うどん・しらす・にんじん・ほうれんそう） バナナ こまつな粥	ヨーグルト 煮込みうどん マッシュポテト （うどん・しらす・にんじん・ほうれんそう） バナナ こまつな粥	10倍粥 しらす煮 ほうれんそう煮
24 — 金 —	麦茶、バタービスケット じゃがいものそぼろ煮 ごはん 切干大根のサラダ もも 味噌汁（こまつな・とうふ・しめじ） 牛乳、マシュマロコーンフレーク	ビスケット 5倍粥 茹でブロッコリー じゃがいものそぼろ煮 にんじんの味噌汁 ほうれんそう粥	おせんべい 7倍粥 ブロッコリー煮 じゃがいものそぼろ煮 にんじんの味噌汁 ほうれんそう粥	10倍粥 じゃがいも煮 ブロッコリー煮
25 — 土 —	麦茶、スティックビスケット 鶏肉のみそ焼き ごはん 厚揚げのきのこあんかけ ミニゼリー 味噌汁（こまつな・だいこん・ねぎ） 牛乳、かぼちゃスコーン	ビスケット あんかけごはん （5倍粥・しらす・ブロッコリー・にんじん） だいこんの味噌汁 マッシュかぼちゃ	おせんべい あんかけごはん （7倍粥・しらす・ブロッコリー・にんじん） だいこんの味噌汁 マッシュかぼちゃ	10倍粥 しらす煮 にんじん煮
27 — 月 —	麦茶、塩せんべい チーズつくね ごはん きゅうりの塩こんぶ和え パイン 味噌汁（キャベツ・えのきたけ・にんじん） 牛乳、にんじんケーキ	おせんべい 5倍粥 茹でキャベツ （5倍粥・しらす・たまねぎ・にんじん） ほうれんそうの味噌汁 にんじんのおやき	おせんべい 7倍粥 キャベツのとりみ煮 （7倍粥・しらす・たまねぎ・にんじん） ほうれんそうの味噌汁 にんじん粥	10倍粥 とうふ煮 ほうれんそう煮
28 — 火 —	麦茶、クリームサンドビスケット 鶏肉の照り焼き 鮭ごはん カミカミ和え（油揚げ抜き）みかん 味噌汁（たまねぎ・わかめ・とうふ） 牛乳、ヨーグルトビスケット	ビスケット 5倍粥 きゅうりスティック 鮭とブロッコリーのうま煮 たまねぎの味噌汁 きなこヨーグルト	バナナ 7倍粥 にんじん煮 鮭とブロッコリーのうま煮 たまねぎの味噌汁 きなこヨーグルト	10倍粥 にんじん煮 ブロッコリー煮
29 — 水 —	麦茶、バタービスケット ボークビーンズ ごはん キャベツのツナマヨサラダ ミニゼリー 味噌汁（油揚げ・しめじ・こまつな） 牛乳、ボンデケーショ（ごま）	ビスケット 5倍粥 にんじんスティック 大豆とキャベツのトマト煮 じゃがいもの味噌汁 しらす粥	おせんべい 7倍粥 にんじん煮 大豆とキャベツのトマト煮 じゃがいもの味噌汁 しらす粥	10倍粥 じゃがいも煮 ほうれんそう煮
30 — 木 —	麦茶、スティックビスケット 豚肉のしょうが焼き ごはん カレーポテトサラダ パイン 味噌汁（わかめ・なめこ・ねぎ） 牛乳、野菜ブリッツ	ビスケット 5倍粥 マッシュポテト しらすとキャベツの和え物 にんじんの味噌汁 ほうれんそう粥	ヨーグルト 7倍粥 マッシュポテト しらすとキャベツの煮物 にんじんの味噌汁 ほうれんそう粥	10倍粥 しらす煮 かぼちゃ煮
31 — 金 —	麦茶、白雪せんべい マーボー豆腐丼 もも はるさめサラダ 中華スープ（キャベツ・しいたけ・コーン） 牛乳、そうめん	おせんべい マーボー豆腐丼 （5倍粥・鶏ひき肉・とうふ・たまねぎ） 茹でブロッコリー にゅうめん	おせんべい マーボー豆腐丼 （7倍粥・鶏ひき肉・とうふ・たまねぎ） ブロッコリー煮 にゅうめん	10倍粥 とうふ煮 ブロッコリー煮