



## 離乳食献立表

草加あおぞら保育園

| ／<br>曜 | 完了期                   | 後期                     | 中期                     |
|--------|-----------------------|------------------------|------------------------|
| 1      | クリームサンドビスケット          | 野菜リング                  | ミルク                    |
| （      | ツナと豆腐のおやき             | 5倍粥                    | 7倍粥                    |
| 木      | きんぴらだいこん              | ほうれんそうの白和え             | ほうれんそうの白和え             |
| （      | ごはん                   | にんじんスティック              | にんじんのとろみ煮              |
| （      | 味噌汁（わかめ・なめこ・油揚げ）      | だいこんの味噌汁               | だいこんの味噌汁               |
| （      | 牛乳、ナポリタン              | マカロニきなこ                | マカロニきなこ                |
| 2      | バタービスケット              | おせんべい                  | ミルク                    |
| （      | 肉じゃが                  | 5倍粥                    | 7倍粥                    |
| （      | キャベツのごまだれサラダ          | じゃがいものそぼろ煮             | じゃがいものそぼろ煮             |
| 金      | ごはん                   | 茹でキャベツ                 | キャベツのとろみ煮              |
| （      | 味噌汁（とうふ・こまつな・しめじ）     | とうふの味噌汁                | とうふの味噌汁                |
| （      | 牛乳、チーズクッキー            | にんじん粥                  | にんじん粥                  |
| 3      | 野菜ビスケット               | ウエハース                  | ミルク                    |
| （      | ポークケチャップ              | あんかけごはん                | あんかけごはん                |
| （      | ポテトサラダ                | （5倍粥・しらす・じゃがいも・ブロッコリー） | （7倍粥・しらす・じゃがいも・ブロッコリー） |
| 土      | ごはん                   | たまねぎの味噌汁               | たまねぎの味噌汁               |
| （      | 味噌汁（キャベツ・油揚げ・えのきたけ）   | ほうれんそうの味噌汁             | ほうれんそうの味噌汁             |
| （      | 牛乳、さつまいものしモンバター煮      | マッシュさつまいも              | マッシュさつまいも              |
| 4      | 塩せんべい                 | ビスケット                  | ミルク                    |
| （      |                       |                        |                        |
| 日      |                       | 休日保育                   |                        |
| （      | 麦茶、ミニゼリー・クリームサンドビスケット | おせんべい・ウエハース            | 野菜リング                  |
| 5      | スティックビスケット            | ウエハース                  | ミルク                    |
| （      | トマトチキンカレー             | かぼちゃと鶏のドリア風            | かぼちゃと鶏のドリア風            |
| （      | ほうれんそうサラダ             | （5倍粥・鶏ひき肉・かぼちゃ）        | （7倍粥・鶏ひき肉・かぼちゃ）        |
| 月      | わかめスープ                | 茹でブロッコリー               | ブロッコリーのとろみ煮            |
| （      | みかん                   | じゃがいもの味噌汁              | じゃがいもの味噌汁              |
| （      | 牛乳、そうめん               | にゅうめん                  | にゅうめん                  |
| 6      | 塩せんべい                 | おせんべい                  | ミルク                    |
| （      | 豚肉とキャベツの中華炒め          | 5倍粥                    | 7倍粥                    |
| （      | こまつなのツナ和え             | 鶏ひき肉とキャベツのあんかけ         | 鶏ひき肉とキャベツのあんかけ         |
| 火      | ごはん                   | にんじんスティック              | にんじんのとろみ煮              |
| （      | 味噌汁（わかめ・油揚げ・えのきたけ）    | ほうれんそうの味噌汁             | ほうれんそうの味噌汁             |
| （      | 牛乳、ヨーグルトビスケット         | バナナヨーグルト               | バナナヨーグルト               |
| 7      | バタービスケット              | ビスケット                  | ミルク                    |
| （      | 五目ラーメン                | 煮込みうどん                 | あんかけうどん                |
| （      | マッシュかぼちゃ              | （うどん・しらす・ブロッコリー・にんじん）  | （うどん・しらす・ブロッコリー・にんじん）  |
| 水      | バナナ                   | マッシュかぼちゃ               | バナナ                    |
| （      | 牛乳、いなりごはん             | ひじき粥                   | ひじき粥                   |
| 8      | ウエハース                 | ウエハース                  | ミルク                    |
| （      | だいこんと鶏肉の煮物            | 5倍粥                    | 7倍粥                    |
| （      | キャベツとひじきの和風コールスロー     | 大豆とにんじんのうま煮            | 大豆とにんじんのうま煮            |
| 木      | ごはん                   | だいこんスティック              | だいこんのとろみ煮              |
| （      | 味噌汁（こまつな・なめこ・とうふ）     | キャベツの味噌汁               | キャベツの味噌汁               |
| （      | 牛乳、のり塩ラスク             | ブロッコリーのおやき             | ブロッコリー粥                |
| 9      | クリームサンドビスケット          | おせんべい                  | ミルク                    |
| （      | ハンバーグ                 | 5倍粥                    | 7倍粥                    |
| （      | カミカミ和え（油揚げ抜き）         | ハンバーグ（鶏ひき肉・とうふ）        | ハンバーグ（鶏ひき肉・とうふ）        |
| 金      | ごはん                   | きゅうりスティック              | ブロッコリーのとろみ煮            |
| （      | 味噌汁（たまねぎ・キャベツ・しめじ）    | たまねぎの味噌汁               | たまねぎの味噌汁               |
| （      | 牛乳、ボンデゲージョ            | ふかしいも                  | マッシュポテト                |
| 10     | 野菜ビスケット               | ビスケット                  | ミルク                    |
| （      | 豚肉のしょうが焼き             | あんかけごはん                | あんかけごはん                |
| （      | もやしのナムル               | （5倍粥・しらす・キャベツ・にんじん）    | （7倍粥・しらす・キャベツ・にんじん）    |
| 土      | ごはん                   | たまねぎの味噌汁               | たまねぎの味噌汁               |
| （      | 味噌汁（えのきたけ・にんじん・わかめ）   | パン粥                    | パン粥                    |
| （      | 牛乳、コーンマヨトースト          | おせんべい                  | ミルク                    |
| 11     | クリームサンドビスケット          |                        |                        |
| （      |                       |                        |                        |
| 日      |                       | 休日保育                   |                        |
| （      | 麦茶、ミニゼリー・バタービスケット     | ウエハース・ビスケット            | 野菜リング                  |
| 12     | 野菜ビスケット               | ビスケット                  | ミルク                    |
| （      |                       |                        |                        |
| 月      |                       | 休日保育                   |                        |
| （      | 麦茶、バタービスケット・ウエハース     | おせんべい・ウエハース            | おせんべい                  |
| （      | 塩せんべい                 | おせんべい                  | ミルク                    |
| 13     | 鮭とほうれんそうのあんかけ         | 5倍粥                    | 7倍粥                    |
| （      | 切干大根の煮物               | 鮭とほうれんそうのあんかけ          | 鮭とほうれんそうのあんかけ          |
| （      | ごはん                   | にんじんスティック              | にんじんのとろみ煮              |
| 火      | 味噌汁（はくさい・たまねぎ・さつまいも）  | さつまいもの味噌汁              | さつまいもの味噌汁              |
| （      | りんごジュース、フローズンヨーグルト    | バナナヨーグルト               | バナナヨーグルト               |
| 14     | バタービスケット              | ビスケット                  | ミルク                    |
| （      | じゃがいものそぼろ煮            | 5倍粥                    | 7倍粥                    |
| （      | キャベツのサラダ              | 大豆とにんじんのうま煮            | 大豆とにんじんのうま煮            |
| （      | ごはん                   | だいこんスティック              | だいこんのとろみ煮              |
| 水      | 味噌汁（こまつな・油揚げ・だいこん）    | ほうれんそうの味噌汁             | ほうれんそうの味噌汁             |
| （      | 牛乳、さつまいもスティック         | ふかしいも                  | マッシュさつまいも              |
| 15     | 野菜ビスケット               | おせんべい                  | ミルク                    |
| （      | 豚肉とだいこんのみそ炒め          | 5倍粥                    | 7倍粥                    |
| （      | はるさめサラダ               | だいこんのそぼろ煮              | だいこんのそぼろ煮              |
| 火      | ごはん                   | 茹でブロッコリー               | ブロッコリーのとろみ煮            |
| （      | 中華スープ（たまねぎ・しめじ・キャベツ）  | キャベツの味噌汁               | キャベツの味噌汁               |
| （      | 牛乳、マーブルケーキ            | ブロッコリー粥                | ブロッコリー粥                |
| 16     | クリームサンドビスケット          | ウエハース                  | ミルク                    |
| （      | バーベキューチキン             | 5倍粥                    | 7倍粥                    |
| （      | ささみのカレー風味サラダ          | 鶏ひき肉とキャベツのあんかけ         | 鶏ひき肉とキャベツのあんかけ         |
| （      | ごはん                   | きゅうりスティック              | マッシュかぼちゃ               |
| 水      | 味噌汁（わかめ・えのきたけ・高野豆腐）   | たまねぎの味噌汁               | たまねぎの味噌汁               |
| （      | 牛乳、ジュガートーント           | パン粥                    | パン粥                    |



# 離乳食献立表



令和8年10月

草加あおぞら保育園

| 日<br>曜            | 完了期                                                                      | 後期                                                                  | 中期                                                               |
|-------------------|--------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|
| 17<br>土           | 塩せんべい<br>クリームライス<br>キャベツとツナのうま塩和え<br>コンソメスープ（たまねぎ・しめじ・にんじん）<br>みかん       | おせんべい<br>あんかけごはん<br>（5倍粥・しらす・キャベツ・にんじん）<br>茹でブロッコリー<br>マッシュかぼちゃ     | ミルク<br>あんかけごはん<br>（7倍粥・しらす・キャベツ・にんじん）<br>ブロッコリーのとりみ煮<br>マッシュかぼちゃ |
| 18<br>（<br>日<br>） | 塩せんべい                                                                    | ウエハース                                                               | ミルク                                                              |
| 休日保育              |                                                                          |                                                                     |                                                                  |
| （<br>）            | 麦茶、ミニゼリー・クリームサンドビスケット                                                    | おせんべい・ビスケット                                                         | おせんべい                                                            |
| 19<br>月           | 野菜ビスケット<br>しゅうまい<br>切干大根のサラダ<br>ごはん<br>味噌汁（わかめ・なめこ・とうふ）                  | おせんべい<br>5倍粥<br>鶏つくね（鶏ひき肉・とうふ）<br>きゅうりスティック<br>たまねぎの味噌汁             | ミルク<br>7倍粥<br>鶏つくね（鶏ひき肉・とうふ）<br>マッシュかぼちゃ<br>たまねぎの味噌汁             |
| （<br>）            | コーンスープ、ふかしいも                                                             | ふかしいも                                                               | 野菜リング                                                            |
| 20<br>火           | スティックビスケット<br>マーボー豆腐丼<br>彩りナムル<br>中華スープ（だいこん・しめじ・コーン）<br>ミニゼリー           | ウエハース<br>マーボー豆腐丼<br>（5倍粥・とうふ・鶏ひき肉・だいこん）<br>にんじんの味噌汁                 | ミルク<br>ミルク<br>マーボー豆腐丼<br>（7倍粥・とうふ・鶏ひき肉・だいこん）<br>にんじんの味噌汁         |
| （<br>）            | 牛乳、ブルーチェームス                                                              | ひじき粥                                                                | ひじき粥                                                             |
| 21<br>水           | ウエハース<br>しゅうまい<br>ひじきのサラダ<br>ふりかけごはん<br>味噌汁（はくさい・たまねぎ・油揚げ）               | ビスケット<br>5倍粥<br>しらすとにんじんのうま煮<br>マッシュかぼちゃ<br>はくさいの味噌汁                | ミルク<br>7倍粥<br>しらすとにんじんのうま煮<br>マッシュかぼちゃ<br>はくさいの味噌汁               |
| （<br>）            | 牛乳、スイートポテト                                                               | さつまいものおやき                                                           | マッシュさつまいも                                                        |
| 22<br>木           | バタービスケット<br>クリームスバゲティ<br>ブロッコリーのサラダ<br>味噌汁（キャベツ・えのきたけ・麴）<br>パイン          | おせんべい<br>スープスバゲティ<br>（スパゲティ・鶏ひき肉・キャベツ・ほうれんそう）<br>茹でブロッコリー           | ミルク<br>スープスバゲティ<br>（スパゲティ・鶏ひき肉・キャベツ・ほうれんそう）<br>ブロッコリーのとりみ煮       |
| （<br>）            | 牛乳、しらすとこまつなごはん                                                           | しらす粥                                                                | しらす粥                                                             |
| 23<br>金           | クリームサンドビスケット<br>豚肉と厚揚げのみそ炒め<br>もやしとちくわのナムル<br>ごはん<br>はるさめスープ             | ウエハース<br>5倍粥<br>しらすとキャベツの和え物<br>にんじんスティック<br>たまねぎの味噌汁               | ミルク<br>5倍粥<br>しらすとキャベツのうま煮<br>にんじんのとりみ煮<br>たまねぎの味噌汁              |
| （<br>）            | 牛乳、マシュマロコーンフレーク                                                          | ほうれんそう粥                                                             | ほうれんそう粥                                                          |
| 24<br>土           | スティックビスケット<br>チャーハン<br>ささみの中華サラダ<br>味噌汁（こまつな・たまねぎ・油揚げ）<br>ミニゼリー          | ビスケット<br>かぼちゃと鶏のドリア風<br>（5倍粥・鶏ひき肉・かぼちゃ）<br>じゃがいもとにんじんの味噌汁           | ミルク<br>ミルク<br>かぼちゃと鶏のドリア風<br>（7倍粥・鶏ひき肉・かぼちゃ）<br>じゃがいもとにんじんの味噌汁   |
| （<br>）            | 牛乳、シュガーパイ                                                                | おせんべい                                                               | おせんべい                                                            |
| 25<br>（<br>日<br>） | クリームサンドビスケット                                                             | ビスケット                                                               | ミルク                                                              |
| 休日保育              |                                                                          |                                                                     |                                                                  |
| （<br>）            | 麦茶、ミニゼリー・バタービスケット                                                        | おせんべい・ウエハース                                                         | 野菜リング                                                            |
| 26<br>月           | 塩せんべい<br>鶏肉のみそ焼き<br>カミカミ和え（油揚げ抜き）<br>炊き込みごはん<br>味噌汁（わかめ・たまねぎ・なめこ）        | ウエハース<br>5倍粥<br>ほうれんそうの白和え<br>きゅうりスティック<br>にんじんの味噌汁                 | ミルク<br>7倍粥<br>ほうれんそうの白和え<br>ブロッコリーのとりみ煮<br>にんじんの味噌汁              |
| （<br>）            | 牛乳、フルーツヨーグルト                                                             | バナナヨーグルト                                                            | バナナヨーグルト                                                         |
| 27<br>火           | スティックビスケット<br>ちくわの煮物<br>こまつなのおかか和え<br>こましおごはん<br>のっぺい汁                   | おせんべい<br>5倍粥<br>だいこんのそぼろ煮<br>茹でブロッコリー<br>たまねぎの味噌汁                   | ミルク<br>7倍粥<br>だいこんのそぼろ煮<br>ブロッコリーのとりみ煮<br>たまねぎの味噌汁               |
| （<br>）            | 牛乳、コーンマヨトースト                                                             | パン粥                                                                 | パン粥                                                              |
| 28<br>水           | 野菜ビスケット<br>カレーのごま照り焼き<br>きんぴらごぼう<br>ごはん<br>味噌汁（さつまいも・たまねぎ・油揚げ）           | ビスケット<br>5倍粥<br>カレーの煮付け<br>にんじんスティック<br>さつまいもの味噌汁                   | ミルク<br>7倍粥<br>カレーのうま煮<br>にんじんのとりみ煮<br>さつまいもの味噌汁                  |
| （<br>）            | 牛乳、セザミクッキー                                                               | ブロッコリー粥                                                             | ブロッコリー粥                                                          |
| 29<br>木           | クリームサンドビスケット<br>ハロウィンチキンライス<br>かぼちゃサラダ<br>コンソメスープ（キャベツ・しめじ・じゃがいも）<br>パイン | おせんべい<br>かぼちゃと鶏のドリア風<br>（5倍粥・かぼちゃ・鶏ひき肉）<br>茹でキャベツ<br>じゃがいもの味噌汁      | ミルク<br>かぼちゃと鶏のドリア風<br>（7倍粥・かぼちゃ・鶏ひき肉）<br>キャベツのとりみ煮<br>じゃがいもの味噌汁  |
| （<br>）            | 牛乳、ハロウィンピザ                                                               | しらす粥                                                                | しらす粥                                                             |
| 30<br>金           | バタービスケット<br>豚丼<br>だいこんのツナサラダ<br>味噌汁（えのきたけ・高野豆腐・こまつな）<br>ミニゼリー            | ウエハース<br>あんかけごはん<br>（5倍粥・鶏ひき肉・ブロッコリー・にんじん）<br>きゅうりスティック<br>だいこんの味噌汁 | ミルク<br>あんかけごはん<br>（7倍粥・鶏ひき肉・ブロッコリー・にんじん）<br>マッシュかぼちゃ<br>だいこんの味噌汁 |
| （<br>）            | 牛乳、ベーコンポテトおやき                                                            | じゃがいものおやき                                                           | ひじき粥                                                             |
| 31<br>土           | ウエハース<br>鶏肉のトマト煮<br>スパゲティサラダ<br>ごはん<br>味噌汁（キャベツ・たまねぎ・油揚げ）                | ウエハース<br>スープスバゲティ<br>（スパゲティ・しらす・キャベツ・にんじん）<br>マッシュポテト               | ミルク<br>スープスバゲティ<br>（スパゲティ・しらす・キャベツ・にんじん）<br>マッシュポテト              |
| （<br>）            | 牛乳、フルーツヨーグルト                                                             | バナナヨーグルト                                                            | バナナヨーグルト                                                         |

☆仕入れの都合により、献立が変更になる事があります。ご了承下さい。変更の際は玄関の掲示にてご連絡いたします。

☆かつおだしを毎日使用致します。

☆とりみやつなぎで片栗粉を使用致します。

☆ごはんの量…完了ごはん（80g）、5倍粥（90g）、7倍粥（50～80g）、10倍粥（30g～）