

献立表



2024年9月

離乳食中期（7～8か月頃）

用賀なのはな保育園

日付	曜日	献立名	材料	日付	曜日	献立名	材料
2	月	お粥 豆腐煮 さつまいも煮 トマト煮 スープ	米 豆腐 さつまいも トマト 昆布だし汁、ほうれんそう	10	火	うどん煮 ささみ煮 たまねぎ煮 こまつな煮 スープ	うどん、昆布だし汁 鶏肉 たまねぎ こまつな 昆布だし汁、にんじん
3	17 火	うどん煮 ささみ煮 にんじん煮 だいこん煮 スープ	うどん、昆布だし汁 鶏肉 にんじん だいこん 昆布だし汁、たまねぎ	11 25	水	お粥 白身魚煮 だいこん煮 ほうれんそう煮 スープ	米 白身魚 だいこん ほうれんそう 昆布だし汁、キャベツ
4	18 水	お粥 高野豆腐煮 キャベツ煮 なす煮 スープ	米 高野豆腐 キャベツ なす 昆布だし汁、にんじん	12 26	木	パン粥 ささみ煮 キャベツ煮 さつまいも煮 スープ	食パン 鶏肉 キャベツ さつまいも 昆布だし汁、にんじん
5	19 木	パン粥 ささみ煮 たまねぎ煮 にんじん煮 スープ	食パン 鶏肉 たまねぎ にんじん 昆布だし汁、じゃがいも	13	金	お粥 豆腐煮 かぼちゃ煮 たまねぎ煮 スープ	米 豆腐 かぼちゃ たまねぎ 昆布だし汁、にんじん
6	20 金	お粥 白身魚煮 ブロッコリー煮 白菜煮 スープ	米 白身魚 ブロッコリー はくさい 昆布だし汁、かぼちゃ	14 28	土	お粥 ささみ煮 ブロッコリー煮 にんじん煮 スープ	米 鶏肉 ブロッコリー にんじん 昆布だし汁、ほうれんそう
7	21 土	お粥 ささみ煮 にんじん煮 たまねぎ煮 スープ	米 鶏肉 にんじん たまねぎ 昆布だし汁、こまつな	24	火	うどん煮 ささみ煮 たまねぎ煮 にんじん煮 スープ	うどん、昆布だし汁 鶏肉 たまねぎ にんじん 昆布だし汁、ほうれんそう
9	30 月	お粥 豆腐煮 にんじん煮 キャベツ煮 スープ	米 豆腐 にんじん キャベツ 昆布だし汁、たまねぎ	27	金	お粥 ささみ煮 じゃがいも煮 たまねぎ煮 スープ	米 鶏肉 じゃがいも たまねぎ 昆布だし汁、にんじん



※行事、材料等の都合により 献立が変更することがありますのでご了承ください。
 ※とろみをつけるのに、コーンスターチを使用します。
 ※パン類は卵無しのもを提供しています。乳は含みます。



中期食は舌でつぶせるくらいの固さ（例：絹ごし豆腐やマッシュポテト）にしています。
 ぱさぱさした、飲み込みづらい食材にはとろみをつけています。
 すりつぶしの状態から8ミリ角の大きさに、個人の発達に応じて変えています。
 1日2回食で食事のリズム、授乳のリズムを作っていきます。

献立表



用賀なのはな保育園

2024年9月

離乳食後期（9か月頃～11か月頃）

日付	曜日	献立名	材料
2		月 お粥 豚肉の甘辛炒め トマト 味噌汁	米 豚肉、油、さつまいも、にんじん、ほうれんそう、三温糖、しょうゆ トマト かつお・昆布だし汁、みそ、たまねぎ、豆腐
3	17	火 鶏南蛮うどん 炒り豆腐	うどん、鶏肉、かつお・昆布だし汁、にんじん、たまねぎ、だいこん、しょうゆ、食塩 三温糖 豆腐、ツナ缶、ひじき、油、しょうゆ、三温糖、こまつな、片栗粉
4	18	水 豚肉とにんじんの炒めごはん キャベツの煮びたし 味噌汁	米、にんじん、豚肉、油、しょうゆ、三温糖、いんげん、ごま キャベツ、きゅうり、にんじん、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、三温糖 かつお・昆布だし汁、みそ、なす、にんじん
5	19	木 食パン チキンバーグ 塩もみ野菜 ミネストローネスープ	食パン 鶏肉、たまねぎ、三温糖、しょうゆ、油 はくさい、きゅうり、ごま、食塩 かつお・昆布だし汁、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油、トマト缶、食塩
6	20	金 お粥 鮭塩焼き ブロッコリー 味噌汁	米 鮭、食塩、油 ブロッコリー、食塩 かつお・昆布だし汁、みそ、はくさい、かぼちゃ
7	21	土 お粥 鶏肉の煮物 スティックきゅうり 味噌汁	米 鶏肉、油、にんじん、たまねぎ、三温糖、しょうゆ、ごま油 きゅうり、食塩 かつお・昆布だし汁、みそ、こまつな、もやし
9	30	月 ケチャップライス 千切りサラダ 豆腐スープ	米、鶏肉、にんじん、たまねぎ、油、ケチャップ、食塩 キャベツ、にんじん、きゅうり、食塩、酢、三温糖 かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、チンゲンサイ、豆腐
10		火 麻婆うどん もやしの中華風和え物	うどん、油、豚肉、たまねぎ、にんじん、三温糖、食塩、しょうゆ、みそ、豆腐、片栗粉 ごま油、かつお・昆布だし汁 もやし、こまつな、鶏肉、酢、三温糖、しょうゆ、ごま
11	25	水 お粥 白身魚の塩焼き 豚肉と大根のとりみ煮 清汁	米 白身魚、食塩、油 豚肉、だいこん、ほうれんそう、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩、片栗粉 かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩、ほうれんそう、キャベツ
12	26	木 食パン 野菜炒め マッシュさつまいも スープ	食パン 豚肉、油、ピーマン、キャベツ、にんじん、食塩、しょうゆ さつまいも、食塩、三温糖、パセリ粉 かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、にんじん、いんげん
13		金 お粥 肉豆腐 かぼちゃの甘煮 味噌汁	米 豚肉、豆腐、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、三温糖 かぼちゃ、しょうゆ、三温糖、かつおだし汁 かつお・昆布だし汁、みそ、なす、たまねぎ
14	28	土 鶏あんかけ丼 ブロッコリーとツナのソテー スープ	米、鶏肉、油、たまねぎ、みそ、三温糖、かつお・昆布だし汁、片栗粉 ブロッコリー、ツナ缶、にんじん、三温糖、しょうゆ、油 かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、じゃがいも、ほうれんそう
24		火 煮込みうどん サラダ	うどん、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩、鶏肉、油、たまねぎ、もやし ほうれんそう きゅうり、にんじん、三温糖、酢、しょうゆ、油
27 誕	生 会	金 ツナピラフ ミートボールのトマト煮 ポテトサラダ スープ	米、油、ツナ缶、たまねぎ、にんじん、食塩、しょうゆ 豚肉、たまねぎ、食塩、片栗粉、トマト缶、たまねぎ、食塩、三温糖 じゃがいも、きゅうり、にんじん、マヨドレ、食塩 かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、キャベツ、こまつな



※行事、材料の都合により献立が変更することがありますのでご了承ください。
 ※マヨドレは乳・卵無しのもを使用しています。
 ※パン類は卵無しのもを提供しています。乳は含みます。



献立表



2024年9月

完了期（12か月から18か月頃）

用賀なのはな保育園

日付	曜日	献立名	材料	おやつ
2	月	軟飯 豚肉の甘辛炒め トマト 味噌汁 果物	米 豚肉、しょうが、油、さつまいも、にんじん ほうれんそう、酒、三温糖、しょうゆ トマト 煮干だし汁、みそ、ねぎ、豆腐、にんじん	牛乳 チーズ蒸しパン 小麦粉、ベーキングパウダー みそ、三温糖、牛乳、チーズ スティックさつまいも さつまいも、三温糖
3	17 火	鶏南蛮うどん 炒り豆腐 果物	うどん、鶏肉、かつお・昆布だし汁、にんじん たまねぎ、だいこん、万能ねぎ、しょうゆ、食塩 みりん 豆腐、コーン缶、ツナ缶、ひじき、油、しょうゆ 三温糖、こまつな、片栗粉	牛乳 ハッシュドポテト じゃがいも、食塩、油 片栗粉 スティックだいこん だいこん、食塩
4	18 水	豚肉とごぼうの炒めごはん キャベツの煮びたし 味噌汁 果物	米、ごぼう、豚肉、しょうが、油、しょうゆ、三温糖 いんげん、ごま キャベツ、きゅうり、にんじん、かつお・昆布だし汁 しょうゆ、三温糖 煮干だし汁、みそ、なす、キャベツ	牛乳 てづくりパンの日 びよびよちぎりパン 強力粉、ドライイースト 食塩、三温糖、バター 牛乳、コーン缶、あんこ スティックきゅうり きゅうり、食塩
5	19 木	食パン ローストチキン 白菜の香り漬け ミネストローネスープ 果物	食パン 鶏肉、たまねぎ、しょうが、にんにく、みりん しょうゆ、油 はくさい、きゅうり、ごま、レモン果汁、三温糖、食塩 かつお・昆布だし汁、じゃがいも、たまねぎ、にんじん にんにく、油、トマト缶、食塩	牛乳 おにぎり 米、豚肉、しょうゆ みりん、しょうが、のり 味噌汁 かつおだし汁、みそ はくさい、にんじん
6	20 金	軟飯 鮭フライ ブロッコリー 貝だくさん味噌汁 果物	米 鮭、食塩、小麦粉、パン粉、油、ソース ブロッコリー、食塩 煮干だし汁、みそ、はくさい、カットわかめ にんじん、かぼちゃ	牛乳 チャーハン 米、豚肉、にんじん、ごま油 たまねぎ、酒、しょうゆ、食塩 スープ かつおだし汁、食塩 しょうゆ、ほうれんそう もやし
7	21 土	軟飯 筑前煮風 きゅうりのゆかりあえ 味噌汁 果物	米 鶏肉、油、しょうが、にんじん、れんこん、ごぼう みりん、しょうゆ、ごま油 きゅうり、しそふりかけ かつお・昆布だし汁、みそ、こまつな、もやし、豚肉	調製豆乳 ホットケーキ 小麦粉、ベーキングパウダー 三温糖、豆乳
9	30 月	チキンカレーライス 千切りサラダ 豆腐スープ 果物	米、鶏肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、油 しょうが、にんにく、ケチャップ、ソース、食塩 しょうゆ、油、小麦粉、カレー粉、りんご キャベツ、にんじん、きゅうり、食塩、酢、三温糖 かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、チンゲンサイ 豆腐	牛乳 ツナマヨおにぎり 米、ツナ缶、マヨドレ 味噌汁 かつおだし汁、みそ キャベツ、にんじん



※行事、材料の都合により献立が変更することがありますのでご了承ください。

※午前中に豆乳または牛乳を飲みます。

※マヨドレは乳・卵無しを使用しています。

※パン類は卵無しのもを提供しています。乳は含みます。



献立表



2024年9月

完了期（12か月から18か月頃）

用賀なのはな保育園

日付	曜日	献立名	材料	おやつ	
10	火	麻婆ラーメン もやし中華風和え物 果物	中華めん、油、にんにく、しょうが、豚肉、たまねぎ にんじん、三温糖、食塩、しょうゆ、みそ 豆腐、片栗粉、ごま油、かつお・昆布だし汁 もやし、コーン缶、こまつな、鶏肉、酢、三温糖 しょうゆ、ごま	牛乳 プレーンマフィン 小麦粉、ベーキングパウダー バター、三温糖、牛乳 スティックにんじん にんじん、三温糖	
11	25	水	軟飯 白身魚の塩焼き 豚肉と大根のトロみ煮 清汁 果物	米 白身魚、酒、食塩、油 豚肉、だいこん、ほうれんそう、かつお・昆布だし汁 しょうゆ、食塩、片栗粉 かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩、カットわかめ キャベツ	牛乳 温麺 かつお・昆布だし汁、食塩 しょうゆ、みりん、そうめん にんじん、万能ねぎ、もやし スティックだいこん だいこん、食塩
12	26	木	食パン 野菜炒め マッシュさつまいも スープ 果物	食パン 豚肉、油、ピーマン、キャベツ、にんじん、食塩 しょうゆ さつまいも、食塩、三温糖 かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、にんじん コーン缶	牛乳 五目おにぎり 米、鶏肉、油、いんげん ひじき、にんじん、ごぼう みそ、みりん 塩もみ野菜 キャベツ、にんじん、食塩
13	金	軟飯 肉豆腐 かぼちゃの甘煮 味噌汁 果物	米 豚肉、豆腐、ねぎ、にんじん、しょうゆ、みりん かぼちゃ、しょうゆ、三温糖、かつおだし汁 煮干だし汁、みそ、なす、こまつな、たまねぎ	牛乳 シュガートースト 食パン、三温糖、牛乳 スープ かつおだし汁、食塩 しょうゆ、かぼちゃ、たまねぎ	
14	28	土	鶏あんかけ丼 ブロッコリーとツナのソテー スープ 果物	米、鶏肉、油、たまねぎ、みそ、三温糖、片栗粉 かつお・昆布だし汁 ブロッコリー、ツナ缶、にんじん、三温糖、しょうゆ、油 かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、じゃがいも ほうれんそう	調製豆乳 塩おにぎり 米、食塩
24	火	ラーメン はるさめサラダ 果物	中華めん、かつお・昆布だし汁、にんにく、しょうゆ 食塩、鶏肉、油、たまねぎ、もやし、にら、カットわかめ はるさめ、きゅうり、にんじん、三温糖、酢、しょうゆ 油	牛乳 いちごジャムサンド 食パン、いちごジャム スープ かつおだし汁、食塩、しょうゆ たまねぎ、にんじん	
27	金	ツナピラフ ミートボールのトマト煮 ポテトサラダ マカロニスープ 果物	米、油、ツナ缶、万能ねぎ、にんじん、食塩、しょうゆ 豚肉、たまねぎ、食塩、酒、片栗粉、トマト缶、たまねぎ 食塩、三温糖、パセリ粉 じゃがいも、きゅうり、にんじん、コーン缶、マヨドレ 食塩 かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、キャベツ こまつな、マカロニ	牛乳 パンケーキ 小麦粉、ベーキングパウダー 牛乳、なし、三温糖 スティックきゅうり きゅうり、食塩	

だいたい組
リクエストメニュー

完了食はおとなよりやわらかいものを、食べやすい、歯茎で噛めることができる厚みに切って、提供しています。薄味を基本に。1日3回、朝昼晩+補食を食べます。これはまだ赤ちゃんの体が未発達で、一度の食事で摂取できる量が少なく、その量を補うためのものです。スプーンは赤ちゃんが上下しっかり握れるもの、持ちやすい形状のものを使用しましょう。園では柄の太いスプーンを使用しています。上手持ちに慣れてきたら、下手持ちにステップアップしましょう。下手持ちはスプーンを下側から握るといった動作が必要なので、日ごろからおもちゃで遊んだり、手遊びをしたりして手首をひねる動作に慣れておくとい良いでしょう。焦らずゆっくり進めましょう◎