



令和 8年 10月

さくらの木保育園 離乳食 献立表



\* 上段が午前食、下段が午後食です。

\* 食後にミルクを飲みます。

\* 毎食コーンスターチを使用します

\* 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。

|             | 乳児食                                                                  | 12～15ヶ月                                                                        | 9～11ヶ月                                     | 7～9ヶ月                               | 主な食材                                                                                        |              | 乳児食                                                               | 12～15ヶ月                                                                      | 9～11ヶ月                                             | 7～9ヶ月                                        | 主な食材                                                  |
|-------------|----------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|-------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|----------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| 1・15<br>(木) | 鶏けんちんうどん<br>茄子のじゃこ和え<br>トマト<br>ぶどう<br><br>牛乳<br>ゆかりおにぎり              | けんちんうどん<br>茄子のじゃこ和え<br>トマト<br>ぶどう<br><br>牛乳<br>ゆかりおにぎり<br>スープ                  | けんちんうどん<br>茄子のじゃこ和え<br>トマト                 | おかゆ<br>ささ身煮<br>大根煮 トマト<br>スープ       | 乾麺 鶏肉 玉葱 大根 人参 油<br>昆布鰾節 三温糖 しょうゆ 塩 茄子<br>米 しらす干し トマト ぶどう ごぼう<br>長葱 万能ねぎ                    | 10・24<br>(土) | ビビンバ風<br>さつま芋の甘煮<br>トマト わかめスープ<br>梨<br><br>牛乳<br>ビスケット            | ビビンバ風<br>さつま芋の甘煮<br>トマト わかめスープ<br>梨<br><br>牛乳<br>ホットケーキ<br>さつま芋スティック         | ビビンバ風<br>さつま芋の甘煮<br>トマト<br>わかめスープ<br><br>ミルク       | ミルク                                          | 牛乳 小麦粉 ベーキングパウダー<br>三温糖 さつま芋 ビスケット                    |
| 2・16<br>(金) | ごはん<br>豆腐のそぼろ煮<br>じゃが芋の<br>おかかバター和え<br>味噌汁 梨<br><br>牛乳<br>きな粉クリームサンド | 軟飯<br>豆腐のそぼろ煮<br>じゃが芋の<br>おかかバター和え<br>味噌汁 梨<br><br>牛乳<br>きな粉クリームサンド<br>人参スティック | おかゆ<br>豆腐のそぼろ煮<br>じゃが芋の<br>おかかバター和え<br>味噌汁 | おかゆ<br>豆腐煮<br>じゃが芋煮 人参煮<br>スープ      | 米 豆腐 豚肉 玉葱 人参 油<br>しょうゆ 三温糖 じゃが芋 パター<br>昆布鰾節 もやし わかめ 煮干<br>味噌 梨 いんげん                        | 13<br>(火)    | トースト<br>ハンバーグ<br>南瓜とブロッコリーのサラダ<br>春雨スープ ぶどう<br><br>牛乳<br>アップルポテト  | トースト<br>ハンバーグ<br>南瓜とブロッコリーのサラダ<br>春雨スープ ぶどう<br><br>牛乳<br>アップルポテト<br>スープ      | トースト<br>ハンバーグ<br>南瓜とブロッコリーのサラダ<br>春雨スープ<br><br>ミルク | ミルク                                          | 牛乳 さつま芋 豆乳 三温糖 りんご<br>玉葱 ブロッコリー 昆布鰾節 しょうゆ<br>塩        |
| 3・17<br>(土) | ロールパン<br>豚肉のマーマレード焼き<br>マカロニサラダ<br>スープ りんご<br><br>牛乳<br>ビスケット        | トースト<br>照り焼きバーグ<br>マカロニサラダ<br>スープ りんご<br><br>牛乳<br>雑炊<br>きゅうりスティック             | トースト<br>照り焼きバーグ<br>マカロニサラダ<br>スープ          | パン粥<br>鮭の煮物<br>きゅうり煮 人参煮<br>スープ     | パン 豚肉 玉葱 じゃが芋 しょうゆ<br>三温糖 油 マカロニ 人参 きゅうり<br>マヨネーズ 塩 昆布鰾節<br>マーマレード 牛乳 りんご 鮭                 | 14・28<br>(水) | ごはん<br>白身魚の蒲焼き<br>切り干し大根の煮物<br>味噌汁 梨<br><br>牛乳<br>小松菜の芋もち         | 軟飯<br>白身魚の蒲焼き<br>切り干し大根の煮物<br>味噌汁 梨<br><br>牛乳<br>小松菜の芋もち<br>スープ              | おかゆ<br>白身魚の蒲焼き<br>切り干し大根の煮物<br>味噌汁<br><br>ミルク      | おかゆ<br>白身魚煮<br>人参煮 じゃが芋煮<br>スープ<br><br>ミルク   | 牛乳 じゃが芋 油 小松菜 胡麻<br>味噌 ツナ缶 三温糖 しょうゆ 人参 塩<br>いんげん 昆布鰾節 |
| 5・19<br>(月) | ごはん<br>肉じゃが<br>小松菜の胡麻和え<br>味噌汁 柿<br><br>牛乳<br>スコッキー                  | 軟飯<br>肉じゃが<br>小松菜の胡麻和え<br>味噌汁 柿<br><br>牛乳<br>スコッキー<br>スープ                      | おかゆ<br>肉じゃが<br>小松菜の胡麻和え<br>味噌汁             | おかゆ<br>ささ身煮<br>人参煮 じゃが芋煮<br>スープ     | 米 鶏肉 じゃが芋 人参 玉葱<br>しょうゆ 三温糖 さやえんどう<br>小松菜 胡麻 白菜 煮干 昆布鰾節<br>味噌 柿                             | 26<br>(月)    | 根菜のホワイトカレー<br>柿と白菜の塩昆布和え<br>豆腐のスープ<br>みかん<br><br>牛乳<br>わかめうどん     | 根菜のホワイトカレー<br>柿と白菜の塩昆布和え<br>豆腐のスープ<br>みかん<br><br>牛乳<br>わかめうどん<br>人参スティック     | 根菜のホワイトカレー<br>柿と白菜の塩昆布和え<br>豆腐のスープ<br><br>ミルク      | おかゆ<br>豆腐煮<br>人参煮 チンゲン菜煮<br>スープ<br><br>ミルク   | 牛乳 乾麺 玉葱 ツナ缶 昆布鰾節 塩<br>わかめ しょうゆ 人参                    |
| 6・20<br>(火) | ロールパン<br>魚の味噌焼き<br>さつま芋と南瓜の甘辛炒めの<br>っぺい汁 みかん<br><br>牛乳<br>南瓜のおやき     | トースト<br>魚の味噌焼き<br>さつま芋と南瓜の甘辛炒めの<br>っぺい汁 みかん<br><br>牛乳<br>南瓜のおやき<br>大根スティック     | トースト<br>魚の味噌焼き<br>さつま芋と南瓜の甘辛炒めの<br>っぺい汁    | パン粥<br>白身魚煮<br>さつま芋煮 大根煮<br>スープ     | パン 鮭 白身魚 油 三温糖 味噌<br>さつま芋 南瓜 しょうゆ 人参<br>大根 豆腐 鶏肉 長葱 昆布鰾節<br>みかん                             | 29<br>(木)    | 麻婆ラーメン<br>トマトサラダ<br>いんげんの胡麻和え<br>ラフランス<br><br>牛乳<br>味噌おにぎり        | 麻婆うどん<br>トマトサラダ<br>いんげんの胡麻和え<br>ラフランス<br><br>牛乳<br>味噌おにぎり<br>スープ             | 麻婆うどん<br>トマトサラダ<br>いんげんの胡麻和え<br><br>ミルク            | ミルク                                          | 牛乳 味噌 三温糖 キャベツ トマト<br>昆布鰾節 しょうゆ 塩                     |
| 7・21<br>(水) | ごはん<br>鶏団子の和風あんかけ<br>白菜のおかか和え<br>味噌汁 柿<br><br>牛乳<br>スイートポテト          | 軟飯<br>鶏団子の和風あんかけ<br>白菜のおかか和え<br>味噌汁 柿<br><br>牛乳<br>スイートポテト<br>スープ              | おかゆ<br>鶏団子の和風あんかけ<br>白菜のおかか和え<br>味噌汁       | おかゆ<br>ささ身煮<br>南瓜煮 白菜煮<br>スープ       | 米 鶏肉 豆腐 ひじき 玉葱 油<br>生麦 昆布鰾節 しょうゆ 胡麻<br>三温糖 万能ねぎ 塩 白菜<br>ほうれん草 人参 南瓜 煮干<br>味噌 柿              | 30<br>(金)    | トースト<br>ハンバーグ<br>ハロウィンサラダ<br>魔女のスープ みかん<br><br>牛乳<br>ハロウィンマーブルケーキ | トースト<br>ハンバーグ<br>ハロウィンサラダ<br>魔女のスープ みかん<br><br>牛乳<br>ハロウィンマーブルケーキ<br>人参スティック | トースト<br>ハンバーグ<br>ハロウィンサラダ<br>魔女のスープ<br><br>ミルク     | パン粥<br>ささ身煮<br>南瓜煮 ブロッコリー煮<br>スープ<br><br>ミルク | 牛乳 油 三温糖 豆乳 ベーキングパウダー<br>小麦粉 紫芋パウダー 南瓜パウダー 人参         |
| 8・22<br>(木) | ちゃんぽん麺<br>里芋の和風サラダ<br>人参のさっぱり煮<br>ラフランス<br><br>牛乳<br>もみじごはん          | ちゃんぽん麺<br>里芋の和風サラダ<br>人参のさっぱり煮<br>ラフランス<br><br>牛乳<br>もみじごはん<br>スープ             | ちゃんぽん麺<br>里芋の和風サラダ<br>人参のさっぱり煮             | おかゆ<br>高野豆腐煮<br>人参煮 ほうれん草煮<br>スープ   | 米 乾麺 中華麺 豚肉 高野豆腐<br>人参 白菜 もやし ほうれん草<br>長葱 昆布鰾節 しょうゆ 塩<br>胡麻油 里芋 きゅうり マヨネーズ<br>三温糖 酢 油 ラフランス | 31<br>(土)    | 焼きうどん<br>れんこんとブロッコリーの<br>サラダ<br>スープ みかん<br><br>牛乳<br>ビスケット        | 焼きうどん<br>れんこんとブロッコリーの<br>サラダ<br>スープ みかん<br><br>牛乳<br>ミルク蒸しパン<br>人参スティック      | 焼きうどん<br>れんこんとブロッコリーのサラダ<br>スープ<br><br>ミルク         | ミルク                                          | 牛乳 小麦粉 ベーキングパウダー<br>三温糖 人参 ビスケット                      |
| 9・23<br>(金) | ごはん<br>チキン南蛮<br>ゆで野菜<br>スープ りんご<br><br>牛乳<br>ヨーグルトクリームトースト           | 軟飯<br>つくねバーグ<br>ゆで野菜<br>スープ りんご<br><br>牛乳<br>ヨーグルトクリームトースト<br>人参スティック          | おかゆ<br>つくねバーグ<br>ゆで野菜<br>スープ               | おかゆ<br>ささ身煮<br>ブロッコリー煮<br>じゃが芋煮 スープ | 米 鶏肉 じゃが芋 玉葱<br>しょうゆ 小麦粉 三温糖 酢 油<br>マヨネーズ ブロッコリー 人参 塩<br>さやえんどう 昆布鰾節 しょうゆ<br>パセリ粉 りんご       | 27<br>(火)    | さつま芋ごはん<br>焼きメンチ<br>ポテトサラダ<br>ずまし汁<br>柿<br><br>牛乳<br>かぼちゃのケーキ     | さつま芋軟飯<br>焼きメンチ<br>ポテトサラダ<br>ずまし汁<br>柿<br><br>牛乳<br>かぼちゃのケーキ<br>スープ          | おかゆ<br>焼きメンチ<br>ポテトサラダ<br>ずまし汁<br><br>ミルク          | ミルク                                          | 牛乳 小麦粉 ベーキングパウダー<br>三温糖 豆乳 玉葱 人参 昆布鰾節<br>しょうゆ 塩       |