



ことのは給食 幼児食・後期～完了期離乳食献立



日	曜日	日	曜日	献立	主な材料	おやつ
1	月	15	月	幼児食 カレーライス マカロニサラダ 野菜スープ	米 牛肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参 マカロニ、きゅうり、ツナ缶 キャベツ、大根、人参、玉ねぎ、きのこ	くだもの
				離乳食(後期～完了期) 5倍がゆ～軟飯(完了期はカレーでも可) 肉じゃが マカロニサラダ 野菜スープ	米 豚肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参 マカロニ、きゅうり、ツナ缶 キャベツ、大根、人参、玉ねぎ、きのこ	ジャムサンド (食パン、ジャム)
2	火	16 30	火	幼児食 三色丼 スパゲティサラダ 具だくさん豚汁	米、鶏ひき肉、小松菜、人参 サラダ用スパゲティ、ハム、キャベツ、きゅうり、人参 豚肉、大根、人参、ごぼう、しいたけ、青ネギ	くだもの
				離乳食(後期～完了期) 三食がゆ スパゲティサラダ 具だくさん豚汁	米、鶏ひき肉、小松菜(葉先)、人参 サラダ用スパゲティ、ハム、キャベツ、きゅうり、人参 豚肉、大根、人参、ごぼう、しいたけ	フルーツ豆乳ヨーグルト (豆乳ヨーグルト、果物、コーンフレーク)
3	水	17	水	幼児食 ごはん 塩さばの竜田揚げ 煮豆、人参のしりしり 春キャベツとわかめのみそ汁	米 塩さば 金時豆、人参、ツナ 春キャベツ、わかめ	くだもの
				離乳食(後期～完了期) 5倍がゆ～軟飯 白身魚の煮つけ 煮豆、人参のしりしり 春キャベツとわかめのみそ汁	米 カレイなど 金時豆、人参、ツナ 春キャベツ、わかめ	パウンドケーキ (ホットケーキミックス、豆乳、果物)
4	木	18	木	幼児食 ごはん ふわふわシューマイ 旬の野菜たっぷりチヂミ わかめスープ	米 豚ひき肉、絹豆腐、しいたけ、玉ねぎ、白菜 ニラ、人参、玉ねぎ わかめ、えのき、玉ねぎ、ほうれん草	くだもの
				離乳食(後期～完了期) 5倍がゆ ふわふわシューマイ 旬の野菜たっぷりチヂミ わかめスープ	米 豚ひき肉、絹豆腐、しいたけ、玉ねぎ、(白菜) ニラ、人参、玉ねぎ わかめ、えのき、玉ねぎ、ほうれん草	いちご豆乳プリン (豆乳、砂糖、粉寒天、いちご、いちごジャム)
5	金	19	金	幼児食 ごはん 鶏肉のトマトクリーム煮 はるさめサラダ かぶのみそ汁	米 鶏もも肉、人参、玉ねぎ、野菜ミックスジュース、豆乳 小松菜、鶏ささみ、春雨 かぶ	くだもの
				離乳食(後期～完了期) 5倍がゆ 鶏肉のトマトクリーム煮(薄味) はるさめサラダ かぶのみそ汁	米 鶏もも肉、人参、玉ねぎ、野菜ミックスジュース、豆乳 小松菜、鶏ささみ、春雨 かぶ	さつまいものオレンジ煮 (さつまいも、オレンジ果汁)
8	月	22	月	幼児食 しらすごはん 鶏ごぼう 小松菜の磯和え 豆腐のすまし汁	米、しらす、刻みのり 鶏もも肉、ごぼう 小松菜、もやし、人参、焼きのり 豆腐、玉ねぎ、人参、ほうれん草	くだもの
				離乳食(後期～完了期) しらす5倍がゆ 野菜たっぷり鶏五目 小松菜の磯和え 豆腐のすまし汁	米、しらす 鶏ひき肉、人参、ごぼう、芽ひじき、しいたけ 小松菜、もやし、人参、焼きのり 豆腐、玉ねぎ、人参、ほうれん草	マカロニきなこ (マカロニ、きなこ)
9	火	23	火	誕生日会 幼児食 焼きそば きゅうりとひじきの酢の物 白菜、人参、油揚げのみそ汁	焼きそば麺、豚肉、人参、もやし、青のり きゅうり、ツナ、ひじき、わかめ、白いりごま 白菜、人参、油揚げ	くだもの
				離乳食(後期～完了期) 焼きそば きゅうりとひじきの和え物 白菜、人参のみそ汁	焼きそば麺、豚肉、人参、もやし、青のり きゅうり、ツナ、ひじき、わかめ、白いりごま 白菜、人参	黒糖蒸しパン (ホットケーキミックス、黒糖、豆乳) ※1歳未満は黒糖なし
10	水	24	水	幼児食 ごはん 煮込みハンバーグ スパゲティサラダ 新玉ねぎと新じゃがいものみそ汁	米 合ひき肉、豆腐、玉ねぎ、しめじ、野菜ジュース スパゲティ、ハム、キャベツ、きゅうり、人参 新玉ねぎ、新じゃがいも	くだもの
				離乳食(後期～完了期) 5倍がゆ～軟飯 煮込みハンバーグ スパゲティサラダ 新玉ねぎと新じゃがいものみそ汁	米 合ひき肉、豆腐、玉ねぎ、しめじ、野菜ジュース スパゲティ、キャベツ、きゅうり、人参 新玉ねぎ、新じゃがいも	ホットケーキ (ホットケーキミックス、豆乳、果物)
11	木	25	木	幼児食 ちゃんぽん 鶏天 きゅうりのカリカリ	中華麺、豚肉、あさり水煮缶、キャベツ、もやし、人参、玉ねぎ 鶏むね肉 きゅうり	くだもの
				離乳食(後期～完了期) 煮込みうどん 鶏肉のみぞれ煮 きゅうりの和え物	うどん、鶏ささみ、玉ねぎ、人参、キャベツ 鶏むね肉、大根 きゅうり	きなこおにぎり (ごはん、きなこ)
12	金	26	金	幼児食 マカロニミート ブロッコリーの胡麻和え コーンクリームスープ	マカロニ、牛ひき肉、人参、玉ねぎ、ピーマン、トマト缶 ブロッコリー、すりごま コーンクリーム、豆乳	くだもの
				離乳食(後期～完了期) マカロニミート(薄味) ブロッコリーと胡麻の和え物 コーンクリームスープ	マカロニ、牛ひき肉、人参、玉ねぎ、ピーマン、トマト缶 ブロッコリー、すりごま コーンクリーム、豆乳	四角いメロンパン (食パン、ホットケーキミックス、豆乳、バター、砂糖、レモン果汁)

※都合により、献立や使用食材を変更することがあります。 ※離乳食は個々の状態に合わせて食材やかたさを調整します。



ことのは給食 中期離乳食献立



2024/3/22

2
0
2
4

日	曜日	日	曜日	献立	主な材料	おやつ
1	月	15	月	10倍～7倍がゆ 鶏ささみ、人参、玉ねぎのじゃがいもおろし煮 キャベツのトロ煮	米 鶏ささみ、人参、玉ねぎ、じゃがいも、かつおこんぶだし キャベツ、大根、かつおこんぶだし	<p>当日の食材とアレルギー等を考慮して以下の中からご用意させていただきます (おやつ食材は以下に記載)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・バナナ (バナナ) ・きなこがゆ (おかゆ、きなこ) ・にんじんとりんごのトロトロ (にんじん、りんご) ・さつまいものオレンジ煮 (さつまいも、オレンジ果汁) ・かぼちゃとりんごのトロトロ (かぼちゃ、りんご)
2	火	16 30	火	10～7倍がゆ 鶏ささみと野菜のだし煮 根菜のだし煮	米 鶏ささみ、キャベツ、人参、麩、小松菜(葉先)、かつおこんぶだし 大根、人参、ごぼう、かつおこんぶだし	
3	水	17	水	10～7倍がゆ 白身魚と野菜のふわっと煮 キャベツわかめのだし煮	米 白身魚、ほうれん草、にんじん、麩、かつおこんぶだし キャベツ、わかめ、かつおこんぶだし	
4	木	18	木	10倍～7倍がゆ 白菜と豆腐のあんかけ ほうれん草と玉ねぎのスープ	米 白菜、絹豆腐、にんじん、かつおこんぶだし ほうれん草、玉ねぎ)、かつおこんぶだし	
5	金	19	金	10倍～7倍がゆの具だくさんあんかけ かぶのだし煮	米、鶏ささみ、小松菜、人参、(玉ねぎ)、かつおこんぶだし かぶ、かつおこんぶだし	
8	月	22	月	しらす10倍～7倍がゆ 鶏ささみと野菜のおろし煮 豆腐と野菜のだし煮	米、しらす 鶏ささみ、小松菜、人参、大根 絹豆腐、玉ねぎ、人参、ほうれん草、かつおこんぶだし	
9	火	23	火	10～7倍がゆ じゃがいもとツナの豆乳煮 白菜と人参のだし煮	米 じゃがいも、ツナ、豆乳、かつおこんぶだし 白菜、にんじん、かつおこんぶだし	
10	水	24	水	10～7倍がゆ 鶏ささみとキャベツ、人参のトロ煮 新じゃがいもと新玉ねぎのだし煮	米 白身魚、キャベツ、にんじん、高野豆腐、かつおこんぶだし じゃがいも、玉ねぎ、かつおこんぶだし	
11	木	25	木	煮込みうどん 根菜のやわらか煮	ゆでうどん、鶏ささみ、キャベツ、人参、玉ねぎ、かつおこんぶだし じゃがいも、大根、人参、かつおこんぶだし	
12	金	26	金	10倍～7倍コーンがゆ 鶏ささみと野菜のトマト煮	米、クリームコーン 鶏ささみ、人参、玉ねぎ、じゃがいも、ブロッコリー	

※都合により、献立や使用食材を変更することがあります。

4月 ことのは 給食だより

ご入園、ご進級おめでとうございます

2023年度も給食を通して色々な食材や味を経験し、立派に食べられるようになって先日卒園していった子供たち。また新しいお友達をお迎えし、みんなにとって楽しく、おいしい給食になるよう心を込めて作りたと思います。よろしくお願ひいたします。

給食担当より

ことのは給食が大切にしていること

～子どもたちの心・体・味覚を育てる給食～

- ・季節の食材を使った献立
- ・安心・安全な食材
- ・昆布・かつおだしを活かしたうす味
- ・牛乳・卵カットのアレルギー対応
- ・個々の発達に応じた離乳食

離乳食講座&相談会

八王子親子つどいの広場カシュカシュ堀之内にて毎月、離乳食講座を行っています。毎月5組様限定 参加無料
次回予定⇒ 後期～完了期(9-11ヶ月ごろ)のお子さんとママ
4/18(木) 10:30-11:30
ご予約はカシュカシュまで

管理栄養士より

献立表の主な食材欄の食材でまだ食べたことのないものがあれば事前にお知らせください。その他お家での食事のことなど、何でもお気軽にご相談ください