

	献立		食材		備考
	11:00	9:00/15:00	11:00の食材	9:00/15:00の食材	
1 水	食パン ポテサラサンドの具 ビーフンスープ コールスローサラダ	麦茶 バナナ 麦茶 そばろご飯	食パン、じゃがいも、きゅうり、にんじん、コーン缶、マヨネーズ、砂糖、スキムミルク/ビーフン、チンゲン菜、にんじん、キャベツ、玉ねぎ、豚肩小間切れ、醤油、ごま油、かつお節/キャベツ、にんじん、コーン缶、砂糖、マヨネーズ、酢	バナナ 米、醤油、酒、鶏むね肉、醤油、砂糖、酒	
2 木	トマトときのこのクリームペンネ 蒸し鶏のサラダ じゃがいもとしめじのスープ	麦茶 さつまいも 麦茶 中華風ご飯	ペンネ、ベーコン、玉ねぎ、にんじん、しめじ、ほうれん草、ケチャップ、トマトピューレ、生クリーム、サラダ油/ささみ、酒、キャベツ、きゅうり、酢、砂糖、醤油、ごま油、コーン缶/じゃがいも、玉ねぎ、しめじ、かつお節、醤油	さつまいも 米、豚ひき肉、にら、サラダ油、ごま油、醤油、砂糖	
3 金	団がゆ 変わり五目豆 青野ともやしのしらす和え わかめと蒸のみそ汁	麦茶 乳児用菓子 麦茶 きな粉揚げパン	米/大豆水煮、豚肩小間切れ、高野豆腐、じゃがいも、にんじん、ピーマン、サラダ油、醤油、砂糖、みりん/ごま油、もやし、しらす干し、醤油、ごま油/カットわかめ、焼ふ、煮干し、白みそ	乳児用菓子 コッペパン、砂糖、きな粉、サラダ油	
4 土	野菜チャーハン+おかゆ 野菜みそ汁 バナナ	麦茶 ベビーチーズ 麦茶 乳児用菓子	米、ベーコン、にんじん、コーン缶、サラダ油、醤油、ごま油/キャベツ、にんじん、えのきたけ、白みそ、煮干し/バナナ	ベビーチーズ 乳児用菓子	
6 月	やきとり丼+おかゆ パプリカのマリネ 根菜のみそ汁	麦茶 乳児用菓子 麦茶 ヨーグルトケーキ	米、鶏もも小間切れ、ねぎ、玉ねぎ、にんじん、醤油、砂糖、みりん、酒、サラダ油、いんげん/黄ピーマン、赤ピーマン、きゅうり、ツナ、トマト、酢、醤油、砂糖/だいごん、にんじん、かぼちゃ、ねぎ、煮干し、白みそ	乳児用菓子 卵、砂糖、ヨーグルト、バター、小麦粉、ベーキングパウダー、スキムミルク、マーガリン	
7 火	団がゆ レバーのかりん揚げ ひじきとキャベツのサラダ けんちん汁	麦茶 ベビーチーズ 麦茶 サクサククッキー	米/豚レバー、しょうが、にんにく、醤油、片栗粉、サラダ油、砂糖、ケチャップ/ひじき、ベーコン、キャベツ、コーン缶、マヨネーズ、醤油/鶏もも小間切れ、だいごん、にんじん、ごぼう、ねぎ、木綿豆腐、ごま油、かつお節、醤油	ベビーチーズ 小麦粉、バター、グラニュー糖	
8 水	食パン たまごサンドの具 じゃがいものカントリー煮 キャベツのスープ	麦茶 バナナ 麦茶 海苔と白ごまご飯	食パン、卵、マヨネーズ/豚肩小間切れ、じゃがいも、にんじん、玉ねぎ、バター、砂糖、ケチャップ/キャベツ、ベーコン、玉ねぎ、コーン缶、かつお節、醤油	バナナ 米、きざみのり、白ごま、ごま油	
9 木	マーボー豆腐うどん カジキの竜田揚げ 白菜のお浸し	麦茶 さつまいも 麦茶 ほうれん草とベーコンご飯	ゆでうどん、豚ひき肉、木綿豆腐、にんじん、にら、サラダ油、かつお節、白みそ、片栗粉/かじき、しょうが、醤油、酒、片栗粉、サラダ油/白菜、にんじん、もやし、醤油、かつお節	さつまいも 米、醤油、ほうれん草、ベーコン、バター、醤油	
10 金	焼うどん きゅうりとコーンのサラダ 五目かきたま汁	麦茶 乳児用菓子 麦茶 ワッフル	ゆでうどん、豚肩小間切れ、キャベツ、にんじん、もやし、サラダ油、醤油、みりん/きゅうり、コーン缶、にんじん、ツナ、マヨネーズ、酢、砂糖/卵、だいごん、にんじん、干ししいたけ、かつお節、醤油、片栗粉	乳児用菓子 小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、牛乳、バター	
11 土	ジャムサンド ミネストローネ バナナ	麦茶 ベビーチーズ 麦茶 乳児用菓子	食パン、イチゴジャム/ベーコン、玉ねぎ、にんじん、しめじ、マカロニ、ケチャップ/バナナ	ベビーチーズ 乳児用菓子	
13 月	鶏そばろ丼+おかゆ ほうれん草の磯かけ わかめスープ	麦茶 乳児用菓子 麦茶 ロールケーキ	米、鶏むね肉、醤油、砂糖、本みりん、卵、サラダ油、いんげん/ほうれん草、きざみのり、醤油/カットわかめ、醤油、かつお節	乳児用菓子 小麦粉、卵、砂糖、牛乳、生クリーム	
14 火	団がゆ 鶏の香り揚げ キャベツのおかか和え しめじとわかめのみそ汁	麦茶 ベビーチーズ 麦茶 おやつうどん	米/鶏もも肉、片栗粉、サラダ油、しょうが、にんにく、醤油、砂糖、みりん/キャベツ、にんじん、かつお節、醤油/しめじ、ねぎ、カットわかめ、煮干し、白みそ	ベビーチーズ ゆでうどん、しょうゆ、みりん、かつお節	
15 水	ジャムサンド キャベツのトマトスープ バナナ	麦茶 ベビーチーズ 麦茶 ツナとグリーンピースご飯	食パン、イチゴジャム/キャベツ、玉ねぎ、にんじん、プロッコリー、ホールトマト缶、ケチャップ、サラダ油/バナナ	ベビーチーズ 米、醤油、かつお節、ツナ、グリーンピース、醤油	
16 木	親子うどん カレーの磯辺揚げ プロッコリーのおかかマヨ和え	麦茶 さつまいも 麦茶 ごま昆布ご飯	ゆでうどん、鶏むね小間切れ、にんじん、ねぎ、卵、かつお節、醤油、みりん、砂糖/カレー、青のり、小麦粉、水、サラダ油/プロッコリー、にんじん、きゅうり、マヨネーズ、醤油、かつお節	ベビーチーズ 米、ごま昆布	
17 金	団がゆ のり佃煮 肉じゃが 大根のみそ汁	麦茶 乳児用菓子 麦茶 絞り出しきな粉クッキー	米/きざみのり、砂糖、醤油、水/豚肩小間切れ、にんじん、玉ねぎ、じゃがいも、グリーンピース、かつお節、醤油、砂糖、みりん/だいごん、白みそ、煮干し	乳児用菓子 小麦粉、きな粉、バター、牛乳、砂糖	
18 土	焼うどん わかめスープ バナナ	麦茶 ベビーチーズ 麦茶 乳児用菓子	ゆでうどん、豚肩小間切れ、キャベツ、にんじん、ピーマン、サラダ油、醤油、みりん/カットわかめ、玉ねぎ、醤油、かつお節/バナナ	ベビーチーズ 乳児用菓子	
20 月	焼肉炒め丼+おかゆ トマトと胡瓜のさっぱりサラダ にら玉汁	麦茶 乳児用菓子 麦茶 肉まん風蒸しパン	米、豚肩小間切れ、醤油、砂糖、酒、白ごま、しょうが、玉ねぎ、にんじん、ピーマン、キャベツ、ごま油/トマト、きゅうり、白ごま、醤油、砂糖、酢、ごま油/卵、にら、醤油、片栗粉、かつお節	乳児用菓子 小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、水、サラダ油、豚ひき肉、玉ねぎ、干ししいたけ、醤油、ごま油、片栗粉	
21 火	団がゆ 八宝菜 春雨サラダ 長ねぎのスープ	麦茶 乳児用菓子 麦茶 スイートポテト	米/豚肩小間切れ、しょうが、キャベツ、玉ねぎ、にんじん、片栗粉、サラダ油、ごま油、醤油/はるさめ、きゅうり、ベーコン、トマト、砂糖、ごま油、サラダ油、酢、醤油/チンゲン菜、ねぎ、かつお節、醤油	乳児用菓子 さつまいも、砂糖、バター、牛乳	
22 水	マーガリンロール 鶏の照り焼きとキャベツ 野菜たっぷりポトフ オレンジ	麦茶 バナナ 麦茶 昆布ご飯	マーガリンロール、鶏もも小間切れ、醤油、みりん、砂糖、キャベツ、サラダ油、マヨネーズ/じゃがいも、玉ねぎ、キャベツ、にんじん、しめじ、醤油、かつお節、サラダ油/オレンジ	バナナ 米、ごま油、塩こんぶ、白ごま	
23 木	五目うどん さつまいものサラダ 酸味スープ	麦茶 乳児用菓子 麦茶 みそだれご飯	ゆでうどん、豚肩小間切れ、もやし、キャベツ、にんじん、醤油、片栗粉、ごま油/さつまいも、きゅうり、マヨネーズ、酢/木綿豆腐、卵、干ししいたけ、にんじん、ねぎ、かつお節、醤油、ごま油、酢	乳児用菓子 米、白みそ、砂糖、みりん	
24 金	団がゆ 野菜あんかけ もやしサラダ	麦茶 さつまいも 麦茶 フレンチトースト	米/鶏もも小間切れ、じゃがいも、玉ねぎ、にんにく、醤油、片栗粉/もやし、キャベツ、きゅうり、トマト、砂糖、酢、醤油、ごま油	さつまいも 食パン、卵、砂糖、スキムミルク、水	
25 土	やわらかきのこの和風スパゲティ キャベツのスープ バナナ	麦茶 ベビーチーズ 麦茶 乳児用菓子	スパゲティ、鶏むね肉、玉ねぎ、にんじん、しめじ、サラダ油、醤油/キャベツ、ベーコン、コーン缶、かつお節、醤油/バナナ	ベビーチーズ 乳児用菓子	
27 月	そばろ菜めし+おかゆ 切干大根のサラダ じゃがいものみそ汁	麦茶 乳児用菓子 麦茶 さつまいもだんご	米、鶏むね肉、ごま油、しょうが、ごま油、ねぎ、にんじん、みりん、砂糖、醤油、白ごま/切干大根、キャベツ、にんじん、ベーコン、醤油、酢、砂糖、マヨネーズ/じゃがいも、しめじ、玉ねぎ、白みそ、煮干し	乳児用菓子 さつまいも、上新粉、水、砂糖、醤油、砂糖、片栗粉、水	
28 火	団がゆ 鶏肉のごま味噌焼き パスタサラダ 卵スープ	麦茶 ベビーチーズ 麦茶 乳児用菓子 プレーンヨーグルト	米/鶏もも肉、白みそ、醤油、みりん、砂糖、すりごま/マカロニ、きゅうり、りんご、にんじん、マヨネーズ砂糖、酢、トマト/卵、玉ねぎ、ベーコン、醤油、かつお節	ベビーチーズ 乳児用菓子 プレーンヨーグルト	
29 水	食パン 春雨と肉団子のスープ 青菜と卵の和え物	麦茶 バナナ 麦茶 わかめご飯	食パン/鶏むね肉、玉ねぎ、しょうが、醤油、いんげん、にんじん、木綿豆腐、しめじ、はるさめ、醤油、ごま油、かつお節/卵、サラダ油、ほうれん草、醤油	バナナ 米、炊き込みわかめ	
30 木	ミートソースペンネ ツナのマリネ 根菜のスープ	麦茶 さつまいも 麦茶 きな粉ご飯	ペンネ、豚ひき肉、玉ねぎ、にんじん、ピーマン、ケチャップ、トマトピューレ、粉チーズ、サラダ油/ツナ、キャベツ、きゅうり、にんじん、トマト、酢、醤油、砂糖/ベーコン、だいごん、にんじん、じゃがいも、玉ねぎ、かつお節	さつまいも 米、きな粉、砂糖	

	中期 (7～8か月頃)		食材		初期に入らない食材
	11:00	9:00/15:00	11:00の食材	9:00/15:00	
1 水	食パン (初期はぱんがゆ) ささみゆでつぶし、キャベツゆでつぶし にんじんゆでつぶし、じゃがいもゆでつぶし かつおだし汁	バナナ ミルク おかかおじや	食パン/ささみ/キャベツ/にんじん/じゃがいも/かつお節	バナナ 米、かつお節	ささみ
2 木	ゆでうどん (かつおだし) ささみゆでつぶし、ほうれん草ゆでつぶし きゅうりゆでつぶし、玉ねぎゆでつぶし	さつまいも ミルク 青のりおじや	ゆでうどん、かつお節/ささみ/ほうれん草/きゅうり/玉ねぎ	さつまいも 米、青のり	ささみ
3 金	おかゆ ささみゆでつぶし、もやしゆでつぶし 焼ふゆでつぶし、だいずゆでつぶし 煮干しだし汁	乳児用菓子 ミルク 食パンきな粉添え	米/ささみ/もやし/焼ふ/だいず/煮干し	乳児用菓子 食パン、きな粉	ささみ もやし
4 土	おかゆ にんじんとキャベツのクタクタ煮 煮干しだし汁	乳児用菓子 ミルク 乳児用菓子	米/にんじん、キャベツ/煮干し	乳児用菓子 乳児用菓子	初期はおかゆとだし汁です。
6 月	おかゆ ささみゆでつぶし、トマトゆでつぶし かぼちゃゆでつぶし、だいこんゆでつぶし 煮干しだし汁	乳児用菓子 ミルク 食パンヨーグルト添え	米/ささみ/トマト/かぼちゃ/だいこん/煮干し	乳児用菓子 食パン、プレーンヨーグルト	ささみ
7 火	おかゆ ささみゆでつぶし、にんじんゆでつぶし キャベツゆでつぶし、豆腐ゆでつぶし かつおだし汁	乳児用菓子 ミルク 食パン	米/ささみ/にんじん/キャベツ/豆腐/かつお節	乳児用菓子 食パン	ささみ
8 水	食パン (初期はぱんがゆ) ささみゆでつぶし、玉ねぎゆでつぶし にんじんゆでつぶし、じゃがいもゆでつぶし かつおだし汁	バナナ ミルク 青のりおじや	食パン/ささみ/玉ねぎ/にんじん/じゃがいも/かつお節	バナナ 米、青のり	ささみ
9 木	ゆでうどん (かつおだし) カレーゆでつぶし、豆腐ゆでつぶし にんじんゆでつぶし、もやしゆでつぶし	さつまいも ミルク ほうれん草のおじや	ゆでうどん、かつお節/カレー/豆腐/にんじん/もやし	さつまいも 米、ほうれん草	もやし
10 金	ゆでうどん (かつおだし) ささみゆでつぶし、キャベツゆでつぶし だいこんゆでつぶし、きゅうりゆでつぶし	乳児用菓子 ミルク 食パン	ゆでうどん、かつお節/ささみ/キャベツ/だいこん/きゅうり	乳児用菓子 食パン	ささみ
11 土	食パン (初期はぱんがゆ) じゃがいもにんじんのクタクタ煮 バナナ	乳児用菓子 ミルク 乳児用菓子	食パン/じゃがいも、にんじん/バナナ	乳児用菓子 乳児用菓子	初期はぱんがゆのみになります。
13 月	おかゆ ささみゆでつぶし、ほうれん草ゆでつぶし にんじんゆでつぶし、きゅうりゆでつぶし かつおだし汁	乳児用菓子 ミルク 食パン	おかゆ/ささみ/ほうれん草/にんじん/きゅうり/かつお節	乳児用菓子 食パン	ささみ
14 火	おかゆ ささみゆでつぶし、キャベツゆでつぶし にんじんゆでつぶし、もやしゆでつぶし 煮干しだし汁	乳児用菓子 ミルク ゆでうどん	おかゆ/ささみ/キャベツ/にんじん/もやし/煮干し	乳児用菓子 ゆでうどん、かつお節	ささみ もやし
15 水	食パン (初期はぱんがゆ) ささみゆでつぶし、だいずゆでつぶし ブロッコリーゆでつぶし、玉ねぎゆでつぶし かつおだし汁	乳児用菓子 ミルク 青のりおじや	食パン/ささみ/だいず/ブロッコリー/玉ねぎ/かつお節	乳児用菓子 米、青のり	ささみ
16 木	ゆでうどん (かつおだし) カレーゆでつぶし、にんじんゆでつぶし きゅうりゆでつぶし、ブロッコリーゆでつぶし	さつまいも ミルク おかかおじや	ゆでうどん、かつお節/カレー/にんじん/きゅうり/ブロッコリー	さつまいも 米、かつお節	
17 金	おかゆ ささみゆでつぶし、だいこんゆでつぶし じゃがいもゆでつぶし、玉ねぎゆでつぶし 煮干しだし汁	乳児用菓子 ミルク 食パンきな粉添え	米/ささみ/玉ねぎ/にんじん/キャベツ/煮干し	乳児用菓子 食パン、きな粉	ささみ
18 土	ゆでうどん (かつおだし) 玉ねぎにんじんのクタクタ煮 バナナ	乳児用菓子 ミルク 乳児用菓子	ゆでうどん、かつお節/玉ねぎ、にんじん/バナナ	乳児用菓子 乳児用菓子	初期はゆでうどんのみになります。
20 月	おかゆ ささみゆでつぶし、キャベツゆでつぶし トマトゆでつぶし、きゅうりゆでつぶし かつおだし汁	乳児用菓子 ミルク 食パン	米/ささみ/キャベツ/トマト/きゅうり/かつお節	乳児用菓子 食パン	ささみ
21 火	おかゆ ささみゆでつぶし、キャベツゆでつぶし 玉ねぎゆでつぶし、にんじんゆでつぶし かつおだし汁	乳児用菓子 ミルク さつまいもゆでつぶし	米/ささみ/キャベツ/玉ねぎ/にんじん/かつお節	乳児用菓子 さつまいも	ささみ
22 水	食パン (初期はぱんがゆ) ささみゆでつぶし、玉ねぎゆでつぶし キャベツゆでつぶし、じゃがいもゆでつぶし かつおだし汁	バナナ ミルク おかかおじや	食パン/ささみ/玉ねぎ/キャベツ/じゃがいも/かつお節	バナナ 米、かつお節	ささみ
23 木	ゆでうどん (かつおだし) ささみゆでつぶし、豆腐ゆでつぶし さつまいもゆでつぶし、きゅうりゆでつぶし かつおだし汁	乳児用菓子 ミルク 青のりおじや	ゆでうどん、かつお節/ささみ/豆腐/さつまいも/きゅうり/かつお節	乳児用菓子 米、青のり	ささみ
24 金	おかゆ ささみゆでつぶし、キャベツゆでつぶし きゅうりゆでつぶし、トマトゆでつぶし かつおだし汁	さつまいも ミルク 食パン	米/ささみ/キャベツ/きゅうり/トマト/かつお節	さつまいも 食パン	ささみ
25 土	ゆでうどん (かつおだし) にんじんとキャベツのクタクタ煮 バナナ	乳児用菓子 ミルク 乳児用菓子	ゆでうどん、かつお節/にんじん、キャベツ/バナナ	乳児用菓子 乳児用菓子	初期はゆでうどんのみになります。
27 月	おかゆ ささみゆでつぶし、こまつなゆでつぶし じゃがいもゆでつぶし、キャベツゆでつぶし 煮干しだし汁	乳児用菓子 ミルク ゆでさつまいも	米/ささみ/こまつな/じゃがいも/キャベツ/煮干し	乳児用菓子 さつまいも	ささみ
28 火	おかゆ ささみゆでつぶし、トマトゆでつぶし にんじんゆでつぶし、玉ねぎゆでつぶし かつおだし汁	乳児用菓子 ミルク 乳児用菓子 プレーンヨーグルト	米/ささみ/トマト/にんじん/玉ねぎ/かつお節	乳児用菓子 乳児用菓子 プレーンヨーグルト	ささみ
29 水	食パン (初期はぱんがゆ) ささみゆでつぶし、豆腐ゆでつぶし 玉ねぎゆでつぶし、にんじんゆでつぶし かつおだし汁	バナナ ミルク 青のりおじや	食パン/ささみ/豆腐/玉ねぎ/にんじん/かつお節	バナナ 米、青のり	ささみ
30 木	ゆでうどん (かつおだし) カレーゆでつぶし、キャベツゆでつぶし だいこんゆでつぶし、じゃがいもゆでつぶし	さつまいも ミルク きな粉おじや	ゆでうどん、かつお節/カレー/キャベツ/だいこん/じゃがいも	さつまいも 米、きな粉	

※初期は全てペーストになります。

Table with columns: 日付, 献立, エネルギーたんぱく質脂質/塩分, 材料名, 10時おやつ, 3時おやつ, 行事. The table lists daily menus and ingredients for a nursery school in June 2022.