

2025年10月

献立表

深見台保育園

日付	献立	エネルギー たんぱく質 脂質／塩分 ()は未満児	材 料 名 (◎は10時おやつ ○は午後おやつ)				10時おやつ	3時おやつ	行事
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料			
1水	ハンバーガー じゃがいものカントリー煮 白菜とベーコンのスープ	584.4(509.3) 22.8(21.1) 21.9(20.8) 2.4(2.3)	マーガリンロール 55g、じゃがいも、○米、パン粉、砂糖、○砂糖、マーガリンロール 45g	豚ひき肉、牛ひき肉、豚肩小間切れ、ベーコン、バター、○白みそ、○すりごま、◎チーズ	たまねぎ、はくさい、にんじん	ケチャップ、中濃ソース、しょうゆ、○みりん、○しょうゆ、コンソメ、食塩	麦茶 ベビータース	麦茶、 五平餅風おにぎり	
2木	ほうとう 桜えびのかき揚げ 胡瓜とツナの昆布和え	382.9(335.2) 14.6(12.0) 6.1(4.9) 1.4(1.1)	ゆでうどん、○米、小麦粉、油、片栗粉、ごま油	豚肩小間切れ、○スキムミルク、白みそ、ツナ油漬缶、かつお節、干しえび	たまねぎ、きゅうり、にんじん、はくさい、だいこん、かぼちゃ、ピーマン、ねぎ、塩こんぶ、◎バナナ	○炊き込みわかめ、食塩	麦茶 バナナ	スキムミルク わかめおにぎり	
3金	ハヤシライス フレンチサラダ 玉ねぎとコーンのスープ	619.7(554.1) 19.2(16.3) 25.9(23.1) 2.5(2.2)	米、○小麦粉、○グラニュー糖、押麦、油、砂糖	○牛乳、豚肩小間切れ、○バター、スキムミルク	たまねぎ、キャベツ、にんじん、みかん缶、きゅうり、コーン缶、にんにく	ハヤシルウ、酢、しょうゆ、食塩、コンソメ	麦茶 菓子	牛乳 ココアクッキー	
4土	コーンポテトサンド キャベツのトマトスープ バナナ	431.8(366.8) 10.5(10.5) 14.3(14.3) 2.1(1.9)	食パン 8枚切り、○ゼリー（オレンジ、りんご、ぶどう）、じゃがいも、大豆マヨネーズ、砂糖、油	ベーコン、◎チーズ	バナナ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、コーン缶	ケチャップ、コンソメ、食塩、白ごしょう	麦茶 ベビータース	麦茶 菓子、セリー	運動会
6月	親子丼 れんごんのきんぴら なめこと大根のみそ汁	518.1(473.0) 19.8(19.0) 13.0(14.0) 1.7(1.5)	米、○さつまいも、○砂糖、砂糖、○上新粉、ごま油、○片栗粉	○牛乳、卵、鶏もも小間切れ、豚ひき肉、白みそ、いわし(煮干し)、かつお節、◎牛乳	たまねぎ、れんこん、にんじん、だいこん、なめこ、ねぎ	しょうゆ、みりん、○しょうゆ、みりん	牛乳	牛乳 さつま芋だんご	
7火	ご飯 カレイの照り焼き 切干大根のサラダ 野菜汁	532.8(484.1) 25.4(21.2) 14.1(13.6) 1.5(1.5)	米、○小麦粉、○砂糖、○油、大豆マヨネーズ、○グラニュー糖、砂糖	○牛乳、かれい、白みそ、ベーコン、いわし(煮干し)	キャベツ、かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、○ほうれんそう、ねぎ、切り干しだいこん	しょうゆ、酒、みりん、○ベーキングパウダー、酢	麦茶 菓子	牛乳 ほうれん草のドーナツ	
8水	ツナサンド スキムミルク入り洋風炒り豆腐 にんじんサラダ	517.2(455.6) 23.5(21.6) 19.8(19.1) 2.3(2.2)	マーガリンロール 55g、○米、○もち米、大豆マヨネーズ、油、○砂糖、砂糖、マーガリンロール 45g	押し豆腐、豚ひき肉、ツナ油漬缶、卵、○スキムミルク、○鶏むねひき肉、スキムミルク、白ごま、◎チーズ	にんじん、たまねぎ、もやし、○しめじ、○にんじん、コーン缶、さやえんどう、干ししいたけ	しょうゆ、○しょうゆ、酢、○みりん、○酒、食塩、コンソメ	麦茶 ベビータース	スキムミルク きのこおこわ	
9木	マーボー豆腐ラーメン レバーのかりん揚げ カラフルサラダ	538.0(464.1) 30.0(24.4) 18.7(15.0) 1.6(1.3)	ゆで中華めん、○米、じゃがいも、片栗粉、大豆マヨネーズ、○砂糖、油、砂糖	○牛乳、豚レバー（スライス）、木綿豆腐、○豚ひき肉、豚ひき肉、ツナ油漬缶、白みそ、いわし(煮干し)、○白みそ	にんじん、きゅうり、黄ピーマン、にら、しょうが、にんにく、◎バナナ	中華スープ、○酒、中濃ソース、しょうゆ、ケチャップ、○しょうゆ、酢、食塩	麦茶 バナナ	牛乳 肉みそおにぎり	
10金	ご飯 かじきの竜田揚げ 春雨サラダ ほうれん草のみそ汁	414.5(386.0) 19.4(16.4) 11.2(11.0) 1.3(1.3)	米、○砂糖、はるさめ、油、片栗粉、焼ふ、砂糖、ごま油	かじき、○牛乳、白みそ、ベーコン、いわし(煮干し)	ほうれんそう、○みかん缶、きゅうり、にんじん、しょうが、○かんでん（粉）	しょうゆ、酢、酒	麦茶 菓子	麦茶 牛乳かんでん	
11土	わかめうどん 鶏つくね バナナ	411.1(367.7) 19.8(18.6) 12.5(13.1) 1.9(1.9)	ゆでうどん、○ゼリー（オレンジ、りんご、ぶどう）、片栗粉、砂糖	鶏ももひき肉、鶏もも小間切れ、押し豆腐、かつお節、◎チーズ	バナナ、たまねぎ、にんじん、カットわかめ	しょうゆ、みりん、酒、みりん、食塩、白ごしょう	麦茶 ベビータース	麦茶 菓子、セリー	
14火	ご飯(麦入り) チンジャオロース たたき胡瓜 わかめともやしの中華スープ	397.8(376.6) 18.4(15.6) 12.8(12.6) 1.5(1.4)	米、○ゆでそうめん、押麦、ごま油、砂糖、片栗粉	○牛乳、豚肩小間切れ、○かつお節	きゅうり、もやし、ピーマン、○えのきたけ、たけのこ、○ねぎ、カットわかめ、にんにく、しょうが	しょうゆ、○しょうゆ、酢、酒、○みりん、鶏ガラ、食塩、コンソメ、○食塩	麦茶 菓子	牛乳 きのこのにゅう麺	
15水	フィッシュサンド ミネストローネ バナナ	571.7(499.2) 20.3(19.1) 17.3(17.0) 1.8(1.8)	マーガリンロール 55g、○米、マカロニ、パン粉、小麦粉、油、○砂糖、○油、○ごま油、マーガリンロール 45g	メルルーサ、ベーコン、○豚ひき肉、◎チーズ	バナナ、たまねぎ、キャベツ、ホールトマト缶詰、にんじん、しめじ、○にら	ケチャップ、中濃ソース、○しょうゆ、コンソメ、食塩	麦茶 ベビータース	麦茶 中華風おにぎり	
16木	キャベツとなるとのラーメン 揚げ餃子 キャベツのゆかり和え	384.8(330.7) 20.0(16.0) 11.8(9.4) 1.6(1.2)	ゆで中華めん、○食パン6枚切り、ぎょうざの皮、○砂糖、油、ごま油	豚ひき肉、豚肩小間切れ、なると、○スキムミルク、○きな粉、いわし(煮干し)、○牛乳、○バター	キャベツ、たまねぎ、にんじん、にら、にんにく、しょうが、◎バナナ	中華スープ、しょうゆ、ゆかり	麦茶 バナナ	スキムミルク きな粉トースト	
17金	ご飯(麦入り) さばの葱味噌焼き 切干大根の炒め煮 小松菜のすまし汁	472.0(435.9) 21.5(18.1) 12.4(12.3) 1.7(1.6)	米、○さつまいも、○砂糖、押麦、砂糖、○片栗粉、○油、ごま油、油	さば、木綿豆腐、○だしず水煮缶詰、○スキムミルク、赤みそ、かつお節、ちくわ	ごまつな、にんじん、切り干しだいこん、ねぎ、いんげん	しょうゆ、みりん、○しょうゆ、酒、食塩	麦茶 菓子	スキムミルク 大豆とさつま芋の蜜がらめ	
18土	ピラフ 鶏のごまみそ焼き 野菜みそ汁 バナナ	509.3(445.5) 21.7(20.1) 16.0(15.9) 1.6(1.6)	○ゼリー（オレンジ、りんご、ぶどう）、米、砂糖	鶏もも肉 30g、豚ひき肉、白みそ、いわし(煮干し)、すりごま、◎チーズ	バナナ、キャベツ、にんじん、えのきたけ、コーン缶、たまねぎ	しょうゆ、みりん、食塩	麦茶 ベビータース	麦茶 菓子、セリー	
20月	豚井 うの花炒り煮 大根のみそ汁	489.8(452.8) 23.6(22.1) 16.7(17.0) 1.8(1.6)	米、○じゃがいも、砂糖、ごま油、○油、油	○牛乳、豚肩小間切れ、おから、○ウインナー（スライス）、白みそ、油揚げ、いわし(煮干し)、かつお節、◎牛乳	たまねぎ、だいこん、○たまねぎ、えのきたけ、ねぎ、にんじん、干ししいたけ	しょうゆ、みりん、酒、○食塩、食塩	牛乳	牛乳 ジャーマンポテト	
21火	ピーマンマン井 ひじきと大豆の炒り煮 根菜のみそ汁	476.3(436.5) 18.4(15.3) 13.4(13.1) 1.5(1.4)	米、○コッペパン、砂糖、ごま油、油	豚ひき肉、○生クリーム、豚肩小間切れ、○スキムミルク、だしず水煮缶詰、白みそ、かつお節、白ごま	にんじん、たまねぎ、○パイン缶、赤ピーマン、黄ピーマン、れんこん、ごぼう、○みかん缶、ピーマン、ひじき、いんげん	ケチャップ、みりん、しょうゆ、みりん	麦茶 菓子	スキムミルク フルーツサンド	
22水	たまごサンド きのこ鶏肉のポトフ 和風サラダ	486.1(400.3) 18.3(16.4) 16.6(15.9) 2.0(1.8)	食パン 8枚切り、○米、じゃがいも、大豆マヨネーズ、油、○砂糖、ごま油、砂糖	○牛乳、卵、鶏もも小間切れ、○かつお節、◎チーズ	キャベツ、トマト、たまねぎ、にんじん、しめじ、きゅうり、えのきたけ、エリンギ	しょうゆ、○しょうゆ、酢、コンソメ、食塩	麦茶 ベビータース	牛乳 焼きおにぎり	
23木	五目焼きそば ポテトサラダ にら卵汁	494.4(418.4) 21.2(16.9) 22.4(17.8) 2.1(1.6)	焼きそばめん、じゃがいも、○食パン 6枚切り、大豆マヨネーズ、○ねりごま、片栗粉、○砂糖、砂糖、ごま油	○牛乳、卵、豚肩小間切れ、なると、ベーコン、○バター、かつお節	もやし、キャベツ、にんじん、きゅうり、にら、◎バナナ	しょうゆ、中華スープ、食塩、鶏ガラ	麦茶 バナナ	牛乳 黒ごまトースト	もも組 遠足
24金	ご飯(麦入り) チキン南蛮のタルタルソース添え ツナサラダ わかめのみそ汁	631.4(570.4) 25.2(21.6) 25.6(23.4) 1.9(1.8)	米、○小麦粉、片栗粉、○砂糖、押麦、油、大豆マヨネーズ、砂糖、○油	○牛乳、鶏もも肉 20g、○調製豆乳、卵、白みそ、ツナ油漬缶、○きな粉、いわし(煮干し)	キャベツ、たまねぎ、きゅうり、カットわかめ	酢、しょうゆ、みりん、○ベーキングパウダー、酒、食塩	麦茶 菓子	牛乳 きな粉蒸しパン	ひまわり組 ゆり組 遠足
25土	ピザトースト 春雨スープ バナナ	378.9(331.0) 11.9(11.9) 11.7(12.3) 1.6(1.5)	○ゼリー（オレンジ、りんご、ぶどう）、食パン6枚切り、はるさめ、ごま油	木綿豆腐、豚肩小間切れ、ベーコン、◎チーズ	バナナ、トマトピューレ、チンゲンサイ、たまねぎ、しめじ、ピーマン、にんじん	ケチャップ、しょうゆ、コンソメ、食塩	麦茶 ベビータース	麦茶 菓子、セリー	
27月	ご飯 鶏肉のマーマレード焼き 三色お浸し キャベツのみそ汁	474.2(437.9) 20.7(19.7) 9.8(11.5) 1.5(1.3)	○さつまいも、米	鶏もも肉 30g、○スキムミルク、白みそ、いわし(煮干し)、かつお節、◎牛乳	ほうれんそう、キャベツ、にんじん、コーン缶、マーマレード、たまねぎ、えのきたけ、にんにく	しょうゆ、酒、○食塩	牛乳	スキムミルク ふかし芋	
28火	ご飯 ヤンニョムチキン ひじきのナムル きのこのみそ汁	575.0(524.9) 23.9(20.7) 18.6(17.3) 1.6(1.5)	米、砂糖、油、○砂糖、片栗粉、ごま油	○ヨーグルト(加糖)、鶏もも肉 30g、○スキムミルク、白みそ、いわし(煮干し)、白ごま	もやし、たまねぎ、きゅうり、にんじん、しめじ、えのきたけ、ひじき、にんにく	ケチャップ、しょうゆ、酢、みりん	麦茶 菓子	スキムミルク ココア菓子、カップヨーグルト	
29水	鶏の照り焼きサンド 野菜のスキムクリーム煮 きゅうりとコーンのサラダ	560.9(489.5) 20.0(18.8) 23.5(22.0) 2.0(1.9)	マーガリンロール 55g、○米、じゃがいも、大豆マヨネーズ、小麦粉、砂糖、○ごま油、油、マーガリンロール 45g	鶏もも小間切れ、ベーコン、ツナ油漬缶、スキムミルク、バター、○白ごま、○干しえび、◎チーズ	きゅうり、キャベツ、にんじん、コーン缶、しめじ、ブロッコリー、○塩こんぶ	みりん、しょうゆ、酢、食塩、コンソメ、白ごしょう	麦茶 ベビータース	麦茶 桜えびと昆布のおにぎり	
30木	ナポリタン 蒸し鶏のサラダ じゃがいもとしめじのスープ	349.5(313.4) 12.5(10.4) 5.5(4.5) 1.7(1.4)	スパゲティ、じゃがいも、○米、○もち米、砂糖、○砂糖、油、ごま油、○ごま油	ウインナー（スライス）、鶏ささ身、○豚肩小間切れ、○干しえび	たまねぎ、キャベツ、にんじん、きゅうり、しめじ、ピーマン、トマトピューレ、○にんじん、○干ししいたけ、◎バナナ	ケチャップ、しょうゆ、酢、○しょうゆ、酒、○みりん、○酒、食塩、コンソメ、○食塩	麦茶 バナナ	麦茶 ちまき	すみれ組 保育参加
31金	ハロウィンカレーライス パインサラダ 玉ねぎとしめじのスープ 飲むヨーグルト	661.7(595.9) 14.6(12.7) 15.7(14.9) 2.2(2.0)	米、じゃがいも、大豆マヨネーズ、油	○牛乳、乳酸菌飲料、豚ひき肉、スキムミルク	たまねぎ、キャベツ、パイン缶、しめじ、きゅうり、にんじん、いんげん、にんにく	カレールウ、ケチャップ、しょうゆ、食塩、コンソメ	麦茶 菓子	牛乳 パンピングリン	

2025年10月

離乳食献立表

《 後 期 》 深見台保育園

	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	マーガリンロール ハンバーグ じゃがいものカントリー煮 白菜とベーコンのスープ	ミルク ベビーチーズ ミルク おかかおじや	マーガリンロール/豚ひき肉、パン粉、玉ねぎ、食塩/じゃがいも、豚肩小間切れ、人参、玉ねぎ、ケチャップ、バター、砂糖/白菜、人参、玉ねぎ、かつお節、しょうゆ	ベビーチーズ 米、かつお節	
2 木	ほうとう 野菜かき揚げ 胡瓜とツナの昆布和え	ミルク バナナ ミルク わかめおじや	ゆでうどん、豚肩小間切れ、白菜、人参、南瓜、大根、ねぎ、かつお節、白みそ/ピーマン、玉ねぎ、人参、玉ねぎ、小麦粉、片栗粉、食塩、サラダ油/胡瓜、人参、ツナ、塩昆布、ごま油	バナナ 米、炊き込みわかめ	
3 金	固がゆ 野菜あんかけ フレンチサラダ 玉ねぎとコーンのスープ	ミルク 乳児用菓子 ミルク クッキー	米/豚肩小間切れ、人参、玉ねぎ、にんにく、かつお節、しょうゆ、みりん、片栗粉/キャベツ、胡瓜、みかん缶、サラダ油、酢、食塩、砂糖/玉ねぎ、コーン、かつお節、しょうゆ	乳児用菓子 小麦粉、バター、グラニュー糖	
4 土	食パン コーンポテト キャベツのトマトスープ バナナ	ミルク ベビーチーズ ミルク 乳児用菓子	食パン/じゃがいも、コーン、大豆マヨネーズ、砂糖、食塩/キャベツ、玉ねぎ、人参、ベーコン、かつお節、ケチャップ/バナナ	ベビーチーズ 乳児用菓子	
6 月	おかゆ 親子丼の具 人参のきんぴら なめこと大根のみそ汁	ミルク 乳児用菓子 ミルク さつま芋だんご	米/鶏もも小間切れ、玉ねぎ、人参、ねぎ、卵、かつお節、しょうゆ、みりん、砂糖/人参、豚ひき肉、玉ねぎ、しょうゆ、砂糖、ごま油/大根、なめこ、煮干し、白みそ	乳児用菓子 さつまいも、砂糖、上新粉、しょうゆ、砂糖、片栗粉	
7 火	固がゆ カレイの照り焼き 切干大根のサラダ 野菜汁	ミルク 乳児用菓子 ミルク ほうれん草のドーナツ	米/カレイ、しょうゆ、みりん、酒/切干大根、キャベツ、人参、ベーコン、しょうゆ、酢、砂糖、大豆マヨネーズ/南瓜、玉ねぎ、人参、ねぎ、煮干し、白みそ	乳児用菓子 小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、牛乳、サラダ油、グラニュー糖	
8 水	マーガリンロール ツナサンドの具 スキムミルク入り洋風炒り豆腐 にんじんサラダ	ミルク ベビーチーズ ミルク 人参おじや	マーガリンロール/ツナ、コーン、大豆マヨネーズ/豚ひき肉、押し豆腐、人参、玉ねぎ、卵、さやえんどう、スキムミルク、かつお節、しょうゆ、干しいたけ/人参、もやし、サラダ油、砂糖、しょうゆ、白ごま	ベビーチーズ 米、人参	
9 木	マーボー豆腐うどん レバーの唐揚げ カラフルサラダ	ミルク バナナ ミルク 肉みそおじや	ゆでうどん、煮干し、豚ひき肉、木綿豆腐、人参、にら、白みそ、砂糖、片栗粉/レバー、生姜、にんにく、しょうゆ、片栗粉、サラダ油/じゃがいも、人参、胡瓜、黄ピーマン、ツナ、大豆マヨネーズ、砂糖、酢	バナナ 米、豚ひき肉、しょうゆ、白みそ、砂糖、酒	
10 金	固がゆ カジキの竜田揚げ 春雨サラダ ほうれん草のみそ汁	ミルク 乳児用菓子 ミルク プレーンヨーグルト	米/かじき、生姜、しょうゆ、酒、片栗粉、サラダ油/春雨、胡瓜、人参、ベーコン、酢、しょうゆ、ごま油、砂糖/ほうれん草、焼ふ、煮干し、白みそ	乳児用菓子 プレーンヨーグルト	
11 土	わかめうどん 鶏つくね バナナ	ミルク ベビーチーズ ミルク 乳児用菓子	ゆでうどん、かつお節、カットわかめ、人参、玉ねぎ、しょうゆ、みりん/鶏ももひき肉、押し豆腐、玉ねぎ、片栗粉、しょうゆ、みりん/バナナ	ベビーチーズ 乳児用菓子	
14 火	固がゆ ピーマン炒め たたき胡瓜 もやしとわかめのスープ	ミルク 乳児用菓子 ミルク きのこのにゅう麺	米/ピーマン、豚肩小間切れ、しょうゆ、砂糖、酒、生姜、にんにく、ごま油/胡瓜、ごま油、しょうゆ、酢/もやし、カットわかめ、かつお節、しょうゆ、片栗粉	乳児用菓子 ゆでそうめん、えのきたけ、ねぎ、かつお節、しょうゆ、みりん	
15 水	マーガリンロール 白身魚のフライ ミネストローネ バナナ	ミルク ベビーチーズ ミルク 中華風おじや	マーガリンロール/メルルーサ、小麦粉、パン粉/ベーコン、キャベツ、玉ねぎ、人参、しめじ、ホールトマト缶、マカロニ、かつお節、ケチャップ/バナナ	ベビーチーズ 米、豚ひき肉、にら、ごま油、しょうゆ、砂糖	
16 木	煮込みうどん 揚げ餃子 キャベツのごま和え	ミルク バナナ ミルク きな粉トースト	ゆでうどん、煮干し、豚肩小間切れ、玉ねぎ、キャベツ、サラダ油/餃子の皮、キャベツ、にら、豚ひき肉、にんにく、生姜、しょうゆ、ごま油/キャベツ、人参、すりごま、しょうゆ、砂糖	バナナ 食パン、きな粉、砂糖、バター、牛乳	
17 金	固がゆ カレイのねぎみそ焼き 切干大根の炒め煮 小松菜のすまし汁	ミルク 乳児用菓子 ミルク 大豆とさつま芋の密がらめ	米/カレイ、ねぎ、赤みそ、しょうゆ、砂糖、みりん/切干大根、人参、いんげん、しょうゆ、砂糖、みりん、サラダ油/小松菜、木綿豆腐、かつお節、しょうゆ	乳児用菓子 大豆水煮、片栗粉、さつまいも、サラダ油、しょうゆ、砂糖	
18 土	ピラフおじや 鶏のごまみそ焼き 野菜みそ汁 バナナ	ミルク ベビーチーズ ミルク 乳児用菓子	米、豚ひき肉、人参、玉ねぎ、コーン、しょうゆ/鶏もも肉、すりごま、白みそ、しょうゆ、砂糖、みりん/キャベツ、人参、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	
20 月	固がゆ 豚丼の具 うの花の炒り煮 大根のみそ汁	ミルク 乳児用菓子 ミルク ジャーマンポテト	米/豚肩小間切れ、玉ねぎ、かつお節、しょうゆ、みりん、砂糖、酒/おから、人参、ねぎ、干しいたけ、しょうゆ、酒、みりん、かつお節/大根、えのきたけ、白みそ、煮干し	乳児用菓子 じゃがいも、玉ねぎ、食塩、サラダ油	
21 火	固がゆ ピーマンマン丼の具 ひじきと大豆の炒り煮 根菜のみそ汁	ミルク 乳児用菓子 ミルク コッペパン	米/ピーマン、赤ピーマン、黄ピーマン、豚ひき肉、人参、玉ねぎ、サラダ油、ケチャップ、しょうゆ、白ごま、玉ねぎ、みりん、砂糖、ごま油/ひじき、大豆水煮、人参、いんげん、しょうゆ、みりん、砂糖/豚肩小間切れ、ごま油、れんこん、ごぼう、人参、かつお節、白みそ	乳児用菓子 コッペパン	
22 水	食パン 卵サンドの具 きのこ鶏肉のポトフ 和風サラダ	ミルク ベビーチーズ ミルク おかかおじや	食パン/卵、大豆マヨネーズ/しめじ、えのきたけ、じゃがいも、玉ねぎ、人参、鶏もも小間切れ、かつお節、しょうゆ/キャベツ、胡瓜、トマト、しょうゆ、砂糖、酢、ごま油	ベビーチーズ 米、かつお節	
23 木	焼きうどん ポテトサラダ にら卵汁	ミルク バナナ ミルク 黒ごまトースト	ゆでうどん、豚肩小間切れ、もやし、キャベツ、人参、しょうゆ、みりん/じゃがいも、胡瓜、人参、ベーコン、大豆マヨネーズ、砂糖/にら、卵、かつお節、しょうゆ、片栗粉	バナナ 食パン、黒練りごま、砂糖、バター	
24 金	固がゆ チキン南蛮のタルタルソース ツナサラダ わかめのみそ汁	ミルク 乳児用菓子 ミルク きな粉蒸しパン	米/鶏もも肉、酒、片栗粉、サラダ油、しょうゆ、みりん、酢、砂糖、卵、玉ねぎ、大豆マヨネーズ、砂糖/ツナ、キャベツ、胡瓜、しょうゆ、砂糖、酢、サラダ油/カットわかめ、玉ねぎ、煮干し、白みそ	乳児用菓子 小麦粉、ベーキングパウダー、きな粉、砂糖、サラダ油、豆乳	
25 土	ピザトースト 春雨スープ バナナ	ミルク ベビーチーズ ミルク 乳児用菓子	食パン、トマトピューレ、玉ねぎ、ピーマン、ベーコン、ケチャップ/豚肩小間切れ、チンゲン菜、木綿豆腐、人参、しめじ、春雨、かつお節、しょうゆ、ごま油/バナナ	ベビーチーズ 乳児用菓子	
27 月	固がゆ 鶏肉のマーマレード焼き 三色お浸し キャベツのみそ汁	ミルク 乳児用菓子 ミルク ふかし芋	米/鶏もも肉、にんにく、しょうゆ、酒、マーマレード/ほうれん草、えのきたけ、人参、かつお節、しょうゆ/キャベツ、玉ねぎ、白みそ、煮干し	乳児用菓子 さつまいも	
28 火	固がゆ ヤンニョムチキン ひじきのナムル きのこのみそ汁	ミルク 乳児用菓子 ミルク 乳児用菓子、プレーンヨーグルト	米/鶏もも肉、片栗粉、サラダ油、ケチャップ、にんにく、しょうゆ、みりん、砂糖、ごま油、白ごま/ひじき、胡瓜、もやし、人参、酢、しょうゆ、砂糖、ごま油/玉ねぎ、えのきたけ、しめじ、白みそ、煮干し	乳児用菓子 乳児用菓子、プレーンヨーグルト	
29 水	マーガリンロール 鶏の照り焼きサンドの具 野菜のスキムクリーム煮 胡瓜とコーンのサラダ	ミルク ベビーチーズ ミルク おかかおじや	マーガリンロール/鶏もも小間切れ、しょうゆ、みりん、砂糖、キャベツ/ベーコン、じゃがいも、ブロッコリー、人参、しめじ、小麦粉、バター、スキムミルク、食塩/胡瓜、コーン、人参、ツナ、大豆マヨネーズ、砂糖、酢	ベビーチーズ 米、かつお節	
30 木	ナポリタン 蒸し鶏のサラダ じゃがいもとしめじのスープ	ミルク バナナ ミルク 人参おじや	スパゲティ、玉ねぎ、人参、ピーマン、トマトピューレ、ケチャップ、サラダ油/鶏ささみ、食塩、酒、キャベツ、胡瓜、コーン、酢、砂糖、しょうゆ、ごま油/じゃがいも、玉ねぎ、しめじ、かつお節、しょうゆ	バナナ 米、人参	
31 金	固がゆ 野菜あんかけ 野菜サラダ 玉ねぎとしめじのスープ	ミルク 乳児用菓子 ミルク プレーンヨーグルト	米/じゃがいも、玉ねぎ、人参、豚ひき肉、かつお節、しょうゆ、みりん、片栗粉/キャベツ、胡瓜、大豆マヨネーズ、食塩/玉ねぎ、しめじ、かつお節、しょうゆ	乳児用菓子 プレーンヨーグルト	
※ 乳児用菓子・・・ハイハイン または マンナウェファアー の提供になります。					

献立		食 材		備考	
	11:00	9:00／15:00	11:00の食材	9:00／15:00	
1 水	パンがゆ ささみ、白菜、人参、玉ねぎ	ミルク	食パン/ささみ、白菜、人参、玉ねぎ	ハイハイン	
		ハイハイン		米、かつお節	
		ミルク おかかがゆ			
2 木	ゆでうどん（かつおだし） ささみ、大根、人参、南瓜	ミルク	ゆでうどん、かつお節/ささみ、大根、人参、南瓜	バナナ	
		バナナ		米、青のり	
		ミルク 青のりがゆ			
3 金	おかゆ ささみ、人参、玉ねぎ、キャベツ かつおだし汁	ミルク	米/ささみ、人参、玉ねぎ、キャベツ/かつお節	ハイハイン	
		ハイハイン		食パン	
		ミルク パンがゆ			
4 土	パンがゆ キャベツと人参のクタクタ煮 バナナ	ミルク	食パン/キャベツ、人参/バナナ	ハイハイン	
		ハイハイン		ハイハイン	
		ミルク ハイハイン			
6 月	おかゆ ささみ、大根、玉ねぎ、人参 煮干しだし汁	ミルク	米/ささみ、大根、玉ねぎ、人参/煮干し	ハイハイン	
		ハイハイン		さつまいも	
		ミルク ゆでさつまいも			
7 火	おかゆ カレイ、キャベツ、玉ねぎ、南瓜 煮干しだし汁	ミルク	米/カレイ、キャベツ、玉ねぎ、南瓜/煮干し	ハイハイン	
		ハイハイン		食パン	
		ミルク パンがゆ			
8 水	パンがゆ ささみ、玉ねぎ、人参、押し豆腐	ミルク	食パン/ささみ、玉ねぎ、人参、押し豆腐	ハイハイン	
		ハイハイン		米、人参	
		ミルク 人参がゆ			
9 木	ゆでうどん（煮干しだし） ささみ、じゃがいも、人参、胡瓜	ミルク	ゆでうどん、煮干し/ささみ、じゃがいも、人参、胡瓜	バナナ	
		バナナ		米、かつお節	
		ミルク おかかがゆ			
10 金	おかゆ カレイ、胡瓜、人参、ほうれん草 煮干しだし汁	ミルク	米/カレイ、胡瓜、人参、ほうれん草/煮干し	ハイハイン	
		ハイハイン		プレーンヨーグルト	
		ミルク プレーンヨーグルト			
11 土	ゆでうどん（かつおだし） 玉ねぎと人参のクタクタ煮 バナナ	ミルク	ゆでうどん、かつお節/玉ねぎ、人参/バナナ	ハイハイン	
		ハイハイン		ハイハイン	
		ミルク ハイハイン			
14 火	おかゆ ささみ、もやし、胡瓜 かつおだし汁	ミルク	米/ささみ、もやし、胡瓜/かつお節	ハイハイン	
		ハイハイン		ゆでうどん、かつお節	
		ミルク ゆでうどん（かつおだし）			
15 水	パンがゆ カレイ、キャベツ、玉ねぎ、人参	ミルク	食パン/カレイ、キャベツ、玉ねぎ、人参	ハイハイン	
		ハイハイン		米、青のり	
		ミルク 青のりがゆ			
16 木	ゆでうどん（煮干しだし） ささみ、キャベツ、人参、玉ねぎ	ミルク	ゆでうどん、煮干し/ささみ、キャベツ、人参、玉ねぎ	バナナ	
		バナナ		食パン	
		ミルク パンがゆ			
17 金	おかゆ カレイ、人参、小松菜、木綿豆腐 かつおだし汁	ミルク	米/カレイ、人参、小松菜、木綿豆腐/かつお節	ハイハイン	
		ハイハイン		さつまいも	
		ミルク ゆでさつまいも			
18 土	おかゆ 人参とキャベツのクタクタ煮 煮干しだし汁 バナナ	ミルク	米/人参、キャベツ/煮干し/バナナ	ハイハイン	
		ハイハイン		ハイハイン	
		ミルク ハイハイン			
20 月	おかゆ ささみ、大根、玉ねぎ、人参 煮干しだし汁	ミルク	米/ささみ、大根、玉ねぎ、人参/煮干し	ハイハイン	
		ハイハイン		じゃがいも	
		ミルク ゆでじゃがいも			
21 火	おかゆ ささみ、人参、玉ねぎ、大豆 かつおだし汁	ミルク	米/ささみ、人参、玉ねぎ、大豆/かつお節	ハイハイン	
		ハイハイン		食パン	
		ミルク パンがゆ			
22 水	パンがゆ ささみ、じゃがいも、キャベツ、胡瓜	ミルク	食パン/ささみ、じゃがいも、キャベツ、胡瓜	ハイハイン	
		ハイハイン		米、かつお節	
		ミルク おかかがゆ			
23 木	ゆでうどん（かつおだし） ささみ、キャベツ、人参、じゃがいも	ミルク	ゆでうどん、かつお節/ささみ、キャベツ、人参、じゃがいも	バナナ	
		バナナ		食パン	
		ミルク パンがゆ			
24 金	おかゆ ささみ、キャベツ、胡瓜、玉ねぎ 煮干しだし汁	ミルク	米/ささみ、キャベツ、胡瓜、玉ねぎ/煮干し	ハイハイン	
		ハイハイン		食パン	
		ミルク パンがゆ			
25 土	パンがゆ 人参と豆腐のクタクタ煮 バナナ	ミルク	食パン/人参、木綿豆腐/バナナ	ハイハイン	
		ハイハイン		ハイハイン	
		ミルク ハイハイン			
27 月	おかゆ ささみ、キャベツ、玉ねぎ、ほうれん草 煮干しだし汁	ミルク	米/ささみ、キャベツ、玉ねぎ、ほうれん草/煮干し	ハイハイン	
		ハイハイン		さつまいも	
		ミルク ゆでさつまいも			
28 火	おかゆ ささみ、人参、玉ねぎ、もやし 煮干しだし汁	ミルク	米/ささみ、人参、玉ねぎ、もやし/煮干し	ハイハイン	
		ハイハイン		ハイハイン、プレーンヨーグルト	
		ミルク ハイハイン、プレーンヨーグルト			
29 水	パンがゆ ささみ、キャベツ、じゃがいも、ブロッコリー	ミルク	食パン/ささみ、キャベツ、じゃがいも、ブロッコリー	ハイハイン	
		ハイハイン		米、かつお節	
		ミルク おかかがゆ			
30 木	ゆでうどん（かつおだし） ささみ、じゃがいも、玉ねぎ、胡瓜	ミルク	ゆでうどん、かつお節/ささみ、じゃがいも、玉ねぎ、胡瓜	バナナ	
		バナナ		米、人参	
		ミルク 人参がゆ			
31 金	おかゆ ささみ、キャベツ、人参、玉ねぎ かつおだし汁	ミルク	米/ささみ、キャベツ、人参、玉ねぎ/かつお節	ハイハイン	
		ハイハイン		プレーンヨーグルト	
		ミルク プレーンヨーグルト			
◎ 食材は すべてみじんぎりで 提供します。					