

給食予定献立表 2025年4月

明の守なかざき園  
離乳食(後期) (A)



※ 後期食は、食材を約1cmサイズにカットしています。  
 ※ 材料の都合で献立を変更することがあります。  
 ※ 食べたことのない食材は、アレルギーの心配があるので必ず給食までに試してください。

献立種類	1日平均				
栄養素	1杯*	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩
平均栄養価	151 kcal	6.4 g	1.4 g	30.7 g	0.5 g

日	曜日	時間	献立名	ざいりょう				おやつ		
				赤◇ 血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類・藻類	緑◇ からだの調子を整えるもの 野菜類・くだもの類	黄◇ カや体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	その他	時間	献立名	ざいりょう
1	火	昼	魚とブロッコリーの煮物 南瓜の甘煮 粥	黄金がけ	アロケ- かぼちゃ、玉葱	さとう さとう 米	うすくち醤油、和風だし	3時	ハイハイ	ハイハイ
2	水	昼	豆腐のみそ煮 キャベツのお浸し 粥	充填豆腐、みそ	ほうれん草 ｷﾊﾞｸ、人参	さとう 米	和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	ふかし芋	さつま芋
3	木	昼	豚とじゃが芋の煮物 トマトのだし煮 粥	豚小間肉	ﾄﾂ、玉葱	じゃがいも、さとう 米	濃口醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
4	金	昼	豆腐の煮物 大根のみそ煮 粥	充填豆腐 みそ	人参 大根、アロケ-	さとう さとう 米	うすくち醤油、和風だし 和風だし	3時	ベビーせんべい	ｱﾊﾞﾝ'ﾏﾏﾊﾞ'ﾋﾞ-煎餅
5	土	昼	さつま芋のそぼろ煮 白菜のお浸し 粥	鶏ﾐﾝﾈ	白菜、人参	さつま芋、さとう、片栗粉 米	濃口醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	ハイハイ	ハイハイ
7	月	昼	魚とじゃが芋の煮物 ブロッコリーのお浸し 粥	たら	アロケ-、人参	じゃがいも、さとう 米	濃口醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	果物(オレンジ)	ｶﾝﾀﾞ
8	火	昼	豆腐と人参の煮物 さつま芋の甘煮 粥	絹ごし豆腐	人参 玉葱	さとう さつま芋、さとう 米	うすくち醤油、和風だし	3時	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
9	水	昼	鶏とほうれん草の白みそ煮 南瓜の煮物 粥	鶏ﾐﾝﾈ、京風白みそ	ほうれん草 かぼちゃ、人参	さとう さとう 米	和風だし 濃口醤油、和風だし	3時	ベビーせんべい	ｱﾊﾞﾝ'ﾏﾏﾊﾞ'ﾋﾞ-煎餅
10	木	昼	豆腐(木綿)のあんかけ煮 白菜のお浸し 粥	木綿豆腐	アロケ- 白菜、人参	さとう、片栗粉 米	うすくち醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	ふかし芋	さつま芋
11	金	昼	しらすとキャベツのくす煮 じゃが芋のみそ煮 粥	しらす干し みそ	ｷﾊﾞｸ、 人参	片栗粉 じゃがいも、さとう 米	うすくち醤油、和風だし 和風だし	3時	ベビーせんべい	ｱﾊﾞﾝ'ﾏﾏﾊﾞ'ﾋﾞ-煎餅
12	土	昼	南瓜のそぼろ煮 ほうれん草のお浸し 粥	鶏ﾐﾝﾈ	かぼちゃ ほうれん草、玉葱	さとう、片栗粉 米	濃口醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	ハイハイ	ハイハイ
14	月	昼	魚とブロッコリーのだし煮 じゃが芋の煮物 粥	黄金がけ	アロケ- 人参	じゃがいも、さとう 米	うすくち醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	蒸しかぼちゃ	かぼちゃ
15	火	昼	豚とキャベツの煮物 さつま芋の甘煮 粥	豚ﾐﾝﾈ	ｷﾊﾞｸ、 玉葱	さとう さつま芋、さとう 米	濃口醤油、和風だし	3時	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
16	水	昼	豆腐(木綿)の煮物 南瓜のみそ煮 粥	木綿豆腐 みそ	玉葱 かぼちゃ、人参	さとう さとう 米	うすくち醤油、和風だし 和風だし	3時	ベビーせんべい	ｱﾊﾞﾝ'ﾏﾏﾊﾞ'ﾋﾞ-煎餅
17	木	昼	鶏とじゃが芋の洋風煮 アロケ-のお浸し 粥	鶏ﾐﾝﾈ	アロケ-、人参	じゃがいも 米	ｷｷﾝｺｯﾈ うすくち醤油、和風だし	3時	ハイハイ	ハイハイ
18	金	昼	魚と人参のみそ煮 キャベツのお浸し 粥	ﾋﾞ'ﾝｺﾞｰ-む、みそ	人参 ｷﾊﾞｸ、玉葱	さとう 米	和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	ふかし芋	さつま芋
19	土	昼	豆腐のみそ煮 人参の甘煮 粥	充填豆腐、みそ	ほうれん草 人参、玉葱	さとう さとう 米	和風だし	3時	ベビーせんべい	ｱﾊﾞﾝ'ﾏﾏﾊﾞ'ﾋﾞ-煎餅
21	月	昼	南瓜のそぼろ煮 ブロッコリーのお浸し 粥	鶏ﾐﾝﾈ	かぼちゃ アロケ-、玉葱	さとう、片栗粉 米	濃口醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
22	火	昼	豆腐のだし煮 さつま芋の煮物 粥	充填豆腐	白菜 人参	さつま芋、さとう 米	うすくち醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	ふかしポテト	じゃがいも、塩
23	水	昼	しらすとアロケ-のくす煮 キャベツのお浸し 粥	しらす干し	アロケ- ｷﾊﾞｸ、玉葱	片栗粉 米	うすくち醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	ハイハイ	ハイハイ
24	木	昼	魚とほうれん草の煮物 南瓜の甘煮 粥	たら	ほうれん草 かぼちゃ、人参	さとう さとう 米	濃口醤油、和風だし	3時	ふかし芋	さつま芋
25	金	昼	鶏のケチャップ煮 じゃが芋の煮物 粥	鶏ﾐﾝﾈ	人参 アロケ-	さとう じゃがいも、さとう 米	ｷｷﾞｯﾌﾟ、ｷｷﾝｺｯﾈ 濃口醤油、和風だし	3時	ベビーせんべい	ｱﾊﾞﾝ'ﾏﾏﾊﾞ'ﾋﾞ-煎餅
26	土	昼	豆腐のだし煮 大根の煮物 粥	充填豆腐	玉葱 大根、人参	さとう 米	うすくち醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
28	月	昼	じゃが芋の味噌そぼろ煮 ほうれん草のお浸し 粥	鶏ﾐﾝﾈ、みそ	ほうれん草、玉葱	じゃがいも、さとう、片栗粉 米	和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
30	水	昼	魚と人参の煮物 アロケ-のお浸し 粥	黄金がけ	人参 アロケ-、玉葱	さとう 米	濃口醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	ベビーせんべい	ｱﾊﾞﾝ'ﾏﾏﾊﾞ'ﾋﾞ-煎餅