

給食予定献立表 2025年4月

明の守こども園
離乳食(完了) (A)



- ※ 完了食は、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	17g	蛋白質	脂質	食塩
平均栄養価	235 kcal	8 g	1.8 g	49 g
				0.8 g

日	曜日	時間	献立名	さいりょう			その他	おやつ	
				赤く・血や肉になるもの <small>魚類・肉類・豆類・乳類・卵類・藻類</small>	緑く・からだの潤いを整えるもの <small>野菜類・くだもの類</small>	黄く・力や体温となるもの <small>穀類・油類・砂糖類・いも類</small>		時間	献立名
1	火	昼	魚とブロッコリーの煮物 南瓜の甘煮 味噌汁 ごはん	黄金がし ワカメ,みそ	アロヨリ- かぼちゃ,玉葱	さとう さとう 米	うすくち醤油,和風だし 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 スープ ごはん	充填豆腐,みそ	ほうれん草 キャベツ,人参 しいたけ	さとう さとう 米	和風だし うすくち醤油,和風だし 鶏がらスープ	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 味噌汁 ごはん	豚小間肉 みそ	トマト,玉葱	じゃがいも,さとう そうめん 米	濃口醤油,和風だし うすくち醤油,和風だし 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 スープ ごはん	充填豆腐 みそ	人参 大根,アロヨリ- ほうれん草	さとう さとう 米	うすくち醤油,和風だし 和風だし 片ツツメ	3時 ベビーせんべい	アハツマハヒ-煎餅
5	土	昼	さつま芋のそぼろ煮 白菜のお浸し 味噌汁 ごはん	鶏ミンチ みそ	白菜,人参 玉葱	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 和風だし	3時 ハイハイ	ハイハイ
7	月	昼	豚とじゃが芋の煮物 ブロッコリーのお浸し 味噌汁 ごはん	だら みそ	アロヨリ-,人参	じゃがいも,さとう うどん 米	濃口醤油,和風だし うすくち醤油,和風だし 和風だし	3時 栗物(オレシジ)	和芋
8	火	昼	豆腐と人参の煮物 さつま芋の甘煮 清汁 ごはん	納ごし豆腐	人参 玉葱	さとう さつま芋,さとう そうめん 米	うすくち醤油,和風だし 和風だし,うすくち醤油,塩	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 清汁 ごはん	鶏肉,京風白みそ	ほうれん草 かぼちゃ,人参 玉葱	さとう さとう 米	和風だし 濃口醤油,和風だし 和風だし,うすくち醤油,塩	3時 ベビーせんべい	アハツマハヒ-煎餅
10	木	昼	豆腐(木綿)のあんかけ煮 白菜のお浸し スープ ごはん	木綿豆腐	アロヨリ- 白菜,人参 しいたけ	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 鶏がらスープ	3時 ふかし芋	さつま芋
11	金	昼	しらすとキャベツのくず煮 じゃが芋のみそ煮 清汁 ごはん	しらす干し みそ	キャベツ 人参 小松菜	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 和風だし,うすくち醤油,塩	3時 ベビーせんべい	アハツマハヒ-煎餅
12	土	昼	南瓜のそぼろ煮 ほうれん草のお浸し 清汁 ごはん	鶏ミンチ ワカメ	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 和風だし,うすくち醤油,塩	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 味噌汁 ごはん	黄金がし みそ	アロヨリ- 人参 小松菜	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 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 味噌汁 ごはん	豚小間肉 みそ	キャベツ 玉葱 えのき	さとう さつま芋,さとう 米	濃口醤油,和風だし 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 清汁 ごはん	木綿豆腐 みそ	玉葱 かぼちゃ,人参 パプリカ	さとう さとう 米	うすくち醤油,和風だし 和風だし 和風だし,うすくち醤油,塩	3時 ベビーせんべい	アハツマハヒ-煎餅
17	木	昼	魚と人参のみそ煮 キャベツのお浸し 清汁 ごはん	ヒラメ,みそ	人参 キャベツ,玉葱 ほうれん草	さとう 米	和風だし うすくち醤油,和風だし 和風だし,うすくち醤油,塩	3時 ふかし芋	さつま芋
18	金	昼	鶏とじゃが芋の洋風煮 アロヨリ-のお浸し スープ ごはん	鶏肉	アロヨリ-,人参 玉葱	じゃがいも 米	片ツツメ うすくち醤油,和風だし 片ツツメ	3時 ハイハイ	ハイハイ
19	土	昼	豆腐のみそ煮 人参の甘煮 スープ ごはん	充填豆腐,みそ ワカメ	ほうれん草 人参,玉葱	さとう さとう 米	和風だし 鶏がらスープ	3時 ベビーせんべい	アハツマハヒ-煎餅
21	月	昼	南瓜のそぼろ煮 ブロッコリーのお浸し 味噌汁 ごはん	鶏ミンチ 木綿豆腐,みそ	かぼちゃ アロヨリ-,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 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 味噌汁 ごはん	充填豆腐 みそ	白菜 人参 しめじ	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 和風だし	3時 ふかしポテト	じゃがいも,塩
23	水	昼	しらすとアロヨリ-のくず煮 キャベツのお浸し スープ ごはん	しらす干し ワカメ	アロヨリ- キャベツ,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 鶏がらスープ	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 味噌汁 ごはん	だら みそ	ほうれん草 かぼちゃ,人参 えのき	さとう さとう 米	濃口醤油,和風だし 和風だし	3時 ふかし芋	さつま芋
25	金	昼	鶏のグチャップ煮 じゃが芋の煮物 味噌汁 ごはん	鶏肉 みそ	人参 アロヨリ- 玉葱	さとう じゃがいも,さとう 米	パプリカ,片ツツメ 濃口醤油,和風だし 和風だし	3時 ベビーせんべい	アハツマハヒ-煎餅
26	土	昼	豆腐のだし煮 大根の煮物 味噌汁 ごはん	充填豆腐 みそ	玉葱 大根,人参 パプリカ	さとう 米	うすくち醤油,和風だし うすくち醤油,和風だし 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 スープ ごはん	鶏ミンチ,みそ	ほうれん草,玉葱 しめじ	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 片ツツメ	3時 野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
30	水	昼	魚と人参の煮物 アロヨリ-のお浸し 味噌汁 ごはん	黄金がし みそ	人参 アロヨリ-,玉葱 パプリカ	さとう 米	濃口醤油,和風だし うすくち醤油,和風だし 和風だし	3時 ベビーせんべい	アハツマハヒ-煎餅