給食予定献立表 2025年5月

明の守たまつ保育園
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	ｴﾈﾙｷﾞｰ	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩
平均栄養価	237 kcal	8 g	2 g	49 g	0.8 g

日	曜日	時間	献立名	さいりょう 赤◇ 血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類・藻類	さいりょう 緑◇ からだの調子を整えるもの 野菜類・くだもの類	さいりょう 黄◇ 力や体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	さいりょう その他	おやつ 時間	おやつ 献立名	おやつ さいりょう
1	木	昼	鶏とほうれん草の煮物 南瓜の甘煮 味噌汁 ごはん	鶏ﾓﾓ肉 みそ	ほうれん草 かぼちゃ,人参 しいたけ	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
2	金	昼	豆腐のみそ煮 じゃが芋の煮物 清汁 ごはん	充填豆腐,みそ	玉葱 人参 小松菜	さとう じゃがいも,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	ハイハイン	ハイハイン
7	水	昼	魚とさつま芋の煮物 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのお浸し スープ ごはん	たら	ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ,人参 ほうれん草	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 ﾁｷﾝｺﾝｿﾒ	3時	野菜ハイハイン	野菜ﾊｲﾊｲﾝ
8	木	昼	豆腐の煮物 じゃが芋のみそ煮 スープ ごはん	絹ごし豆腐 みそ	人参 玉葱 小松菜	さとう じゃがいも,さとう 米	うすくち醤油,和風だし 和風だし ﾁｷﾝｺﾝｿﾒ	3時	蒸しかぼちゃ	かぼちゃ
9	金	昼	大根のそぼろ煮 キャベツのお浸し 味噌汁 ごはん	鶏ﾐﾝﾁ みそ	大根 ｷｬﾍﾞﾂ,人参 玉葱	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 和風だし	3時	ハイハイン	ハイハイン
10	土	昼	豆腐のあんかけ煮 南瓜の甘煮 スープ ごはん	充填豆腐	ほうれん草 かぼちゃ,玉葱 なす	さとう,片栗粉 さとう 米	うすくち醤油,和風だし 鶏がﾗｽｰﾌﾟ	3時	ベビーせんべい	ｱﾝﾊﾟﾝﾏﾝﾍﾞﾋﾞｰ煎餅
12	月	昼	じゃが芋の味噌そぼろ煮 キャベツのお浸し 清汁 ごはん	鶏ﾐﾝﾁ,みそ	ｷｬﾍﾞﾂ,人参 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 和風だし,うすくち醤油,塩	3時	野菜ハイハイン	野菜ﾊｲﾊｲﾝ
13	火	昼	魚とほうれん草の煮物 さつま芋の甘煮 味噌汁 ごはん	黄金ｶﾞﾚｲ ワカメ,みそ	ほうれん草 玉葱	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	ベビーせんべい	ｱﾝﾊﾟﾝﾏﾝﾍﾞﾋﾞｰ煎餅
14	水	昼	豆腐のあんかけ煮 大根の煮物 味噌汁 ごはん	充填豆腐 みそ	玉葱 大根,人参 ﾁﾝｹﾞﾝ菜	さとう,片栗粉 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
15	木	昼	魚と南瓜の煮物 ブロッコリーのお浸し 味噌汁 ごはん	たら みそ	かぼちゃ ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ,玉葱 えのき	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	ハイハイン	ハイハイン
16	金	昼	人参のそぼろ煮 ほうれん草のお浸し 味噌汁 ごはん	鶏ﾐﾝﾁ みそ	人参 ほうれん草,玉葱	さとう そうめん 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	ふかし芋	さつま芋
17	土	昼	豆腐のみそ煮 南瓜の甘煮 清汁 ごはん	木綿豆腐,みそ	ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ かぼちゃ,人参 なす	さとう さとう 米	和風だし 和風だし,うすくち醤油,塩	3時	野菜ハイハイン	野菜ﾊｲﾊｲﾝ
19	月	昼	豚と玉葱の煮物 白菜のお浸し 味噌汁 ごはん	豚小間肉 ワカメ,みそ	玉葱 白菜,人参	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	蒸しかぼちゃ	かぼちゃ
20	火	昼	豆腐のだし煮 大根のみそ煮 清汁 ごはん	充填豆腐 みそ	ほうれん草 大根,人参 えのき	 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	ハイハイン	ハイハイン
21	水	昼	鶏と大根のみそ煮 南瓜の煮物 清汁 ごはん	鶏ﾓﾓ肉,みそ	大根 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	ふかし芋	さつま芋
22	木	昼	豚のｹﾁｬｯﾌﾟ煮 キャベツのお浸し 味噌汁 ごはん	豚小間肉 みそ	 ｷｬﾍﾞﾂ,玉葱	じゃがいも,さとう そうめん 米	ｹﾁｬｯﾌﾟ,ﾁｷﾝｺﾝｿﾒ うすくち醤油,和風だし 和風だし	3時	ベビーせんべい	ｱﾝﾊﾟﾝﾏﾝﾍﾞﾋﾞｰ煎餅
23	金	昼	しらすとブロッコリーのくず煮 じゃが芋の煮物 味噌汁 ごはん	しらす干し みそ	ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ 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 濃口醤油,和風だし 和風だし	3時	野菜ハイハイン	野菜ﾊｲﾊｲﾝ
24	土	昼	豆腐のみそ煮 ほうれん草のお浸し 清汁 ごはん	充填豆腐,みそ	人参 ほうれん草,玉葱 しめじ	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	ベビーせんべい	ｱﾝﾊﾟﾝﾏﾝﾍﾞﾋﾞｰ煎餅
26	月	昼	豆腐の煮物 さつま芋の甘煮 清汁 ごはん	充填豆腐	玉葱 人参 えのき	さとう さつま芋,さとう 米	うすくち醤油,和風だし 和風だし,うすくち醤油,塩	3時	ハイハイン	ハイハイン
27	火	昼	魚と人参のみそ煮 キャベツのお浸し 清汁 ごはん	黄金ｶﾞﾚｲ,みそ	人参 ｷｬﾍﾞﾂ,ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ	さとう うどん 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	果物(オレンジ)	ｵﾚﾝｼﾞ
28	水	昼	豚と南瓜の煮物 大根のお浸し 味噌汁 ごはん	豚小間肉 みそ	かぼちゃ 大根,玉葱 ﾁﾝｹﾞﾝ菜	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	ｱﾝﾊﾟﾝﾏﾝﾍﾞﾋﾞｰ煎餅
29	木	昼	豆腐のだし煮 じゃが芋の煮物 味噌汁 ごはん	木綿豆腐 みそ	ほうれん草 人参	 じゃがいも,さとう そうめん 米	うすくち醤油,和風だし 濃口醤油,和風だし 和風だし	3時	ふかし芋	さつま芋
30	金	昼	魚とブロッコリーのみそ煮 南瓜の煮物 スープ ごはん	たら,みそ ワカメ	ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ かぼちゃ,玉葱	さとう さとう 米	和風だし 濃口醤油,和風だし ﾁｷﾝｺﾝｿﾒ	3時	野菜ハイハイン	野菜ﾊｲﾊｲﾝ
31	土	昼	じゃが芋のそぼろ煮 ほうれん草のお浸し スープ ごはん	鶏ﾐﾝﾁ	 ほうれん草,人参 玉葱	じゃがいも,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 鶏がﾗｽｰﾌﾟ	3時	ベビーせんべい	ｱﾝﾊﾟﾝﾏﾝﾍﾞﾋﾞｰ煎餅