

# 給食予定献立表 2025年5月

明の守こども園  
離乳食(初期) (A)



- ※ 初期食は、食材をすりつぶして提供しています。
- ※ 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	174kcal	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩
平均栄養価	40 kcal	1.4 g	0.3 g	8.9 g	0 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	緑◇ からだの調子を整えるもの	黄◇ 力や体温となるもの	その他	時間	献立名	ざいりょう
				魚類・肉類・豆類・乳類・卵類・藻類	野菜類・くだもの類	穀類・油脂類・砂糖類・いも類				
1	木	昼	かぼちゃ 人参 粥		かぼちゃ 人参	米				
2	金	昼	豆腐 じゃがいも 粥	充填豆腐		じゃがいも 米				
7	水	昼	さつまい ブロッコリー 粥		ブロッコリー	さつまい 米				
8	木	昼	人参 じゃがいも 粥		人参	じゃがいも 米				
9	金	昼	だいこん キャベツ 粥		大根 キャベツ	米				
10	土	昼	豆腐 かぼちゃ 粥	充填豆腐	かぼちゃ	米				
12	月	昼	じゃがいも キャベツ 粥		キャベツ	じゃがいも 米				
13	火	昼	さつまい 玉葱 粥		玉葱	さつまい 米				
14	水	昼	だいこん 人参 粥		大根 人参	米				
15	木	昼	たら かぼちゃ 粥	たら	かぼちゃ	米				
16	金	昼	人参 玉葱 粥		人参 玉葱	米				
17	土	昼	豆腐 ブロッコリー 粥	木綿豆腐	ブロッコリー	米				
19	月	昼	玉葱 白菜 粥		玉葱 白菜	米				
20	火	昼	だいこん 人参 粥		大根 人参	米				
21	水	昼	じゃがいも ブロッコリー 粥		ブロッコリー	じゃがいも 米				
22	木	昼	だいこん かぼちゃ 粥		大根 かぼちゃ	米				
23	金	昼	ブロッコリー じゃがいも 粥		ブロッコリー	じゃがいも 米				
24	土	昼	豆腐 人参 粥	充填豆腐	人参	米				
26	月	昼	さつまい 人参 粥		人参	さつまい 米				
27	火	昼	かれい キャベツ 粥	真金かれい	キャベツ	米				
28	水	昼	かぼちゃ だいこん 粥		かぼちゃ 大根	米				
29	木	昼	豆腐 人参 粥	木綿豆腐	人参	米				
30	金	昼	ブロッコリー 玉葱 粥		ブロッコリー 玉葱	米				
31	土	昼	じゃがいも 人参 粥		人参	じゃがいも 米				

# 給食予定献立表 2025年5月

明の守こども園  
離乳食(中期) (A)



※ 中期食は、食材をみじんぎり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	177kcal	蛋白質 4.4g	脂質 0.9g	炭水化物 22.5g
平均栄養価	108 kcal	4.4 g	0.9 g	22.5 g
				食塩 0.3 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	緑◇ からだの調子を整えるもの	黄◇ 力や体温となるもの	その他	時間	献立名	ざいりょう
				魚類・肉類・豆類・乳類・卵類・藻類	野菜類・くだもの類	穀類・油脂類・砂糖類・いも類				
1	木	昼	鶏とほうれん草の煮物 南瓜の甘煮 粥	鶏むね	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
2	金	昼	豆腐のみそ煮 じゃが芋の煮物 粥	充填豆腐、みそ	玉葱 人参	さとう じゃがいも、さとう 米	和風だし 濃口醤油、和風だし	3時	ハイハイ	ハイハイ
7	水	昼	魚とさつま芋の煮物 ブロッコリーのお浸し 粥	たら	ブロッコリー、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	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
8	木	昼	豆腐の煮物 じゃが芋のみそ煮 粥	絹ごし豆腐 みそ	人参 玉葱	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	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 粥	鶏むね	大根 キャベツ、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	ハイハイ	ハイハイ
10	土	昼	豆腐のあんかけ煮 南瓜の甘煮 粥	充填豆腐	ほうれん草 かぼちゃ、玉葱	さとう、片栗粉 さとう 米	うすくち醤油、和風だし	3時	ベビーせんべい	アハノマハビ-煎餅
12	月	昼	じゃが芋の味噌煮 キャベツのお浸し 粥	鶏むね、みそ	キャベツ、人参	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
13	火	昼	魚とほうれん草の煮物 さつま芋の甘煮 粥	黄金がイ	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	3時	ベビーせんべい	アハノマハビ-煎餅
14	水	昼	豆腐のあんかけ煮 大根の煮物 粥	充填豆腐	玉葱 大根、人参	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	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 粥	たら	かぼちゃ ブロッコリー、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	ハイハイ	ハイハイ
16	金	昼	鶏の煮物 ほうれん草のお浸し 粥	鶏むね	人参 ほうれん草、玉葱	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	ふかし芋	さつま芋
17	土	昼	豆腐のみそ煮 南瓜の甘煮 粥	木綿豆腐、みそ	ブロッコリー かぼちゃ、人参	さとう さとう 米	和風だし	3時	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
19	月	昼	鶏と玉葱の煮物 白菜のお浸し 粥	鶏むね	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	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 粥	充填豆腐 みそ	ほうれん草 大根、人参	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
21	水	昼	鶏とじゃが芋の煮物 キャベツのお浸し 粥	鶏むね	キャベツ、ブロッコリー	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	ベビーせんべい	アハノマハビ-煎餅
22	木	昼	鶏と大根のみそ煮 南瓜の煮物 粥	鶏むね、みそ	大根 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	ふかし芋	さつま芋
23	金	昼	しらすとブロッコリーのくず煮 じゃが芋の煮物 粥	しらす干し	ブロッコリー 人参	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	3時	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
24	土	昼	豆腐のみそ煮 ほうれん草のお浸し 粥	充填豆腐、みそ	人参 ほうれん草、玉葱	さとう 米	和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	ベビーせんべい	アハノマハビ-煎餅
26	月	昼	豆腐の煮物 さつま芋の甘煮 粥	充填豆腐	玉葱 人参	さとう さつま芋、さとう 米	うすくち醤油、和風だし	3時	ハイハイ	ハイハイ
27	火	昼	魚と人参のみそ煮 キャベツのお浸し 粥	黄金がイ、みそ	人参 キャベツ、ブロッコリー	さとう 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
28	水	昼	鶏と南瓜の煮物 大根のお浸し 粥	鶏むね	かぼちゃ 大根、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	アハノマハビ-煎餅
29	木	昼	豆腐のだし煮 じゃが芋の煮物 粥	木綿豆腐	ほうれん草 人参	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	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 粥	たら、みそ	ブロッコリー 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	3時	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
31	土	昼	じゃが芋のそぼろ煮 ほうれん草のお浸し 粥	鶏むね	ほうれん草、人参	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	3時	ベビーせんべい	アハノマハビ-煎餅