

給食予定献立表 2025年12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食分	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩
平均栄養価	152 kcal	6.6 g	1.6 g	31 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	緑◇ からだの調子を整えるもの	黄◇ カや体温となるもの	その他	時間	献立名	ざいりょう
				魚類・肉類・豆類・乳類・卵類・菜類	野菜類・くだもの類	穀類・油脂類・砂糖類・いも類				
1	月	昼	豆腐のだし煮 じゃが芋の煮物 粥	絹ごし豆腐	ブロッコリー 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	ベビーせんべい	ベビーせんべい(アレルゲンフリー)
2	火	昼	魚と玉葱の煮物 南瓜の甘煮 粥	たら	玉葱 かぼちゃ, 人参	さとう さとう 米	濃口醤油, 和風だし	3時	ハイハイ	ハイハイ
3	水	昼	鶏とほうれん草のみそ煮 さつま芋の煮物 粥	鶏肝肉, みそ	ほうれん草 玉葱	さとう さつま芋, さとう 米	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
4	木	昼	しらすと人参のくす煮 ブロッコリーのお浸し 粥	しらす干し	人参 ブロッコリー, 玉葱	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	果物(オレンジ)	りんご
5	金	昼	豚と南瓜の煮物 ほうれん草のお浸し 粥	豚小間肉	かぼちゃ ほうれん草, 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	ベビーせんべい	ベビーせんべい(アレルゲンフリー)
6	土	昼	豆腐のあんかけ煮 さつま芋のみそ煮 粥	豆腐 みそ	人参 玉葱	さとう, 片栗粉 さつま芋, さとう 米	濃口醤油, 和風だし 和風だし	3時	ハイハイ	ハイハイ
8	月	昼	じゃが芋のそぼろ煮 ほうれん草のお浸し 粥	鶏ミンチ	ほうれん草, 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	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
9	火	昼	鶏とかぼちゃの洋風煮 ブロッコリーのお浸し 粥	鶏肝肉	かぼちゃ ブロッコリー, 玉葱	米	片栗粉 うすくち醤油, 和風だし	3時	ふかしポテト	じゃがいも, 塩
10	水	昼	豆腐のあんかけ煮 さつま芋の甘煮 粥	充填豆腐	ほうれん草 人参	さとう, 片栗粉 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
11	木	昼	豚とブロッコリーのお浸し キャベツのお浸し 粥	豚小間肉	ブロッコリー 人参, 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	ふかし芋	さつま芋
12	金	昼	魚と白菜の煮物 大根の煮物 粥	たら	白菜 大根, 人参	さとう 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	ベビーせんべい	ベビーせんべい(アレルゲンフリー)
15	月	昼	豆腐の煮物 キャベツのみそ煮 粥	充填豆腐 みそ	玉葱 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	ふかし芋	さつま芋
16	火	昼	魚とじゃが芋のみそ煮 ほうれん草のお浸し 粥	黄金がし, みそ	ほうれん草, 玉葱	じゃがいも, 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
17	水	昼	豚と人参の煮物 白菜のお浸し 粥	豚小間肉	人参 白菜, 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	ベビーせんべい(アレルゲンフリー)
18	木	昼	鶏と大根のみそ煮 さつま芋の煮物 粥	鶏肝肉, みそ	大根 人参	さとう さつま芋, さとう 米	和風だし 濃口醤油, 和風だし	3時	ふかしポテト	じゃがいも, 塩
19	金	昼	魚と玉葱の煮物 南瓜の甘煮 粥	たら	玉葱 かぼちゃ, 人参	さとう さとう 米	濃口醤油, 和風だし	3時	ハイハイ	ハイハイ
20	土	昼	じゃが芋の味噌煮 ブロッコリーのお浸し 粥	鶏ミンチ, みそ	ブロッコリー, 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	ベビーせんべい	ベビーせんべい(アレルゲンフリー)
22	月	昼	魚とさつま芋の煮物 キャベツのお浸し 粥	黄金がし	人参	さつま芋, 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
23	火	昼	じゃが芋のそぼろ煮 ほうれん草のお浸し 粥	鶏ミンチ	ほうれん草, 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	ハイハイ	ハイハイ
24	水	昼	豆腐のあんかけ煮 南瓜のみそ煮 粥	充填豆腐 みそ	玉葱 かぼちゃ, 人参	さとう, 片栗粉 さとう 米	うすくち醤油, 和風だし 和風だし	3時	ふかし芋	さつま芋
25	木	昼	鶏のケチャップ煮 ブロッコリーのお浸し 粥	鶏肝肉	大根 ブロッコリー, 玉葱	さとう 米	ケチャップ, 片栗粉 うすくち醤油, 和風だし	3時	ベビーせんべい	ベビーせんべい(アレルゲンフリー)
26	金	昼	魚と玉葱のみそ煮 白菜のお浸し 粥	たら, みそ	玉葱 白菜, 人参	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