

給食予定献立表 2025年12月

明の守なかざき園  
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	42 kcal	1.3 g	0.2 g	9.5 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	月	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				
2	火	昼	たら かぼちゃ 粥	たら	かぼちゃ	米				
3	水	昼	さつまい 玉葱 粥		玉葱	さつまい 米				
4	木	昼	ブロッコリー 豆腐 粥	豆腐	ブロッコリー	米				
5	金	昼	かぼちゃ 人参 粥		かぼちゃ 人参	米				
6	土	昼	さつまい 玉葱 粥		玉葱	さつまい 米				
8	月	昼	じゃがいも 人参 粥		人参	じゃがいも 米				
9	火	昼	かぼちゃ ブロッコリー 粥		かぼちゃ ブロッコリー	米				
10	水	昼	豆腐 さつまい 粥	充填豆腐		さつまい 米				
11	木	昼	キャベツ 玉葱 粥		キャベツ 玉葱	米				
12	金	昼	白菜 人参 粥		白菜 人参	米				
15	月	昼	キャベツ 人参 粥		キャベツ 人参	米				
16	火	昼	かれない じゃがいも 粥	黄金がし		じゃがいも 米				
17	水	昼	人参 白菜 粥		人参 白菜	米				
18	木	昼	だいこん さつまい 粥		大根	さつまい 米				
19	金	昼	玉葱 かぼちゃ 粥		玉葱 かぼちゃ	米				
20	土	昼	じゃが芋 ブロッコリー 粥		ブロッコリー	じゃがいも 米				
22	月	昼	さつまい キャベツ 粥		キャベツ	さつまい 米				
23	火	昼	じゃが芋 玉葱 粥		玉葱	じゃがいも 米				
24	水	昼	豆腐 かぼちゃ 粥	充填豆腐	かぼちゃ	米				
25	木	昼	だいこん ブロッコリー 粥		大根 ブロッコリー	米				
26	金	昼	白菜 人参 粥		白菜 人参	米				

給食予定献立表 2025年12月

明の守なかざき園  
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	124kcal	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩
平均栄養価	110 kcal	4.5 g	0.8 g	23 g	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◇ 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・藻類	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	アロウジー- 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	アビ-せんべい(アガ'アガ)
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	鶏ミンチ	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	しらすと人参のくず煮 ブロッコリーのお浸し 粥	しらす干し	人参 アロウジー-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	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
5	金	昼	鶏と南瓜の煮物 ほうれん草のお浸し 粥	鶏ミンチ	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	アビ-せんべい(アガ'アガ)
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	鶏とかぼちゃの煮物 ブロッコリーのお浸し 粥	鶏ミンチ	かぼちゃ アロウジー-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	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	鶏とブロッコリーのお浸し キャベツのお浸し 粥	鶏ミンチ	アロウジー- キャ'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	アビ-せんべい(アガ'アガ)
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 キャ'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'い, 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	鶏と人参の煮物 白菜のお浸し 粥	鶏ミンチ	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	アビ-せんべい(アガ'アガ)
18	木	昼	鶏と大根のみそ煮 さつま芋の煮物 粥	鶏ミンチ, 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	アロウジー-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	アビ-せんべい(アガ'アガ)
22	月	昼	魚とさつま芋の煮物 キャベツのお浸し 粥	黄金が'い	キャ'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	鶏と大根の煮物 ブロッコリーのお浸し 粥	鶏ミンチ	大根 アロウジー-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	ベビーせんべい	アビ-せんべい(アガ'アガ)
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