

給食予定献立表 2026年3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	174kcal	蛋白質	脂質	食塩
平均栄養価	239 kcal	8 g	1.6 g	50 g
				0.7 g

日	曜日	時間	献立名	ざいりょう			その他	時間	おやつ	
				赤◇ 魚や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類・藻類	緑◇ からだの調子を整えるもの 野菜類・くだもの類	黄◇ カや体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類			献立名	ざいりょう
2	月	昼	魚とじゃが芋の煮物 キャベツのみそ煮 清汁 ごはん	黄金がし みそ	キャバ玉葱	じゃがいも、さとう さとう そうめん 米	濃口醤油、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	ベビーせんべい(伊川)ツマク
3	火	昼	豆腐のみそ煮 さつま芋の甘煮 清汁 ごはん	充填豆腐、みそ かつわかめ	玉葱 人参	さとう さつま芋、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
4	水	昼	鶏と南瓜の煮物 ほうれん草のお浸し 味噌汁 ごはん	鶏肉 みそ	かぼちゃ ほうれん草、玉葱 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	ふかしポテト	じゃがいも、塩
5	木	昼	豚と玉葱の洋風煮 ブロッコリーのお浸し 清汁 ごはん	豚小間肉 木綿豆腐	玉葱 ブロッコリー、人参	米	片栗粉 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
6	金	昼	しらすとほうれん草のくす煮 大根のみそ煮 清汁 ごはん	しらす干し みそ かつわかめ	ほうれん草 大根、玉葱	片栗粉 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	ふかし手	さつま手
7	土	昼	ブロッコリーのそぼろ煮 南瓜の甘煮 清汁 ごはん	鶏ミンチ みそ	ブロッコリー かぼちゃ、人参 なす	さとう、片栗粉 さとう 米	濃口醤油、和風だし 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
9	月	昼	魚と玉葱の煮物 さつま芋の甘煮 味噌汁 ごはん	たら みそ	玉葱 人参	さとう さつま芋、さとう そうめん 米	濃口醤油、和風だし 和風だし	3時	果物(オレンジ)	和菓子
10	火	昼	人参の味噌そぼろ煮 じゃが芋の煮物 スープ ごはん	鶏ミンチ、みそ かつわかめ	人参 玉葱	さとう、片栗粉 じゃがいも、さとう 米	和風だし 濃口醤油、和風だし 片栗粉	3時	ハイハイン	ハイハイン
11	水	昼	豆腐のあんかけ煮 キャベツのお浸し 味噌汁 ごはん	充填豆腐 みそ	ほうれん草 キャバ、人参 ツマク	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	ベビーせんべい	ベビーせんべい(伊川)ツマク
12	木	昼	魚と南瓜のみそ煮 白菜の煮浸し 清汁 ごはん	黄金がし、みそ	かぼちゃ 白菜、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 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
13	金	昼	豆腐の煮物 ブロッコリーのお浸し 味噌汁 ごはん	充填豆腐 みそ	玉葱 ブロッコリー、人参 小松菜	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	ふかし手	さつま手
16	月	昼	魚の煮物 人参の甘煮 味噌汁 ごはん	たら みそ	ブロッコリー 人参、玉葱 小松菜	さとう さとう 米	濃口醤油、和風だし 和風だし	3時	ハイハイン	ハイハイン
17	火	昼	南瓜のそぼろ煮 白菜のお浸し 味噌汁 ごはん	鶏ミンチ みそ	かぼちゃ 白菜、ほうれん草	さとう、片栗粉 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	ふかし手	さつま手
18	水	昼	しらすとブロッコリーのくす煮 じゃが芋のみそ煮 スープ ごはん	しらす干し みそ	ブロッコリー 人参 玉葱	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 片栗粉	3時	ベビーせんべい	ベビーせんべい(伊川)ツマク
19	木	昼	さつま芋の味噌そぼろ煮 大根の煮物 スープ ごはん	鶏ミンチ、みそ	大根、人参 キャバ	さつま芋、さとう、片栗粉 さとう 米	和風だし うすくち醤油、和風だし 片栗粉	3時	果物(バナナ)	バナナ
21	土	昼	豆腐のあんかけ煮 南瓜の甘煮 味噌汁 ごはん	充填豆腐 みそ	ほうれん草 かぼちゃ、玉葱 えのき	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	野菜ハイハイン	野菜ハイハイ
23	月	昼	魚のみそ煮 さつま芋の煮物 清汁 ごはん	たら、みそ	人参 玉葱	さとう さつま芋、さとう うどん 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
24	火	昼	豆腐のだし煮 じゃが芋の煮物 味噌汁 ごはん	充填豆腐 みそ	ほうれん草 人参 玉葱	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	ベビーせんべい	ベビーせんべい(伊川)ツマク
25	水	昼	鶏とブロッコリーのみそ煮 南瓜の甘煮 清汁 ごはん	鶏肉、みそ かつわかめ	ブロッコリー かぼちゃ、玉葱	さとう さとう 米	和風だし 和風だし、うすくち醤油、塩	3時	ふかし手	さつま手
26	木	昼	豆腐の煮物 ほうれん草のお浸し 味噌汁 ごはん	充填豆腐 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	野菜ハイハイン	野菜ハイハイ
27	金	昼	魚のゲチャップ煮 大根の煮物 スープ ごはん	黄金がし	大根、人参 ツマク	じゃがいも、さとう さとう 米	片栗粉、片栗粉 うすくち醤油、和風だし 片栗粉	3時	蒸しかぼちゃ	かぼちゃ
28	土	昼	南瓜の味噌そぼろ煮 ブロッコリーのお浸し スープ ごはん	鶏ミンチ、みそ かつわかめ	かぼちゃ ブロッコリー、玉葱	さとう、片栗粉 米	和風だし うすくち醤油、和風だし 鶏がらスープ	3時	ハイハイン	ハイハイン
30	月	昼	魚の煮物 さつま芋の甘煮 清汁 ごはん	たら	人参 玉葱 なす	さとう さつま芋、さとう 米	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	ベビーせんべい(伊川)ツマク