

給食予定献立表 2026年3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	1kcal -	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩
平均栄養価	41 kcal	1.5 g	0.2 g	9 g	0 g

日	曜日	時間	献立名	ざいりょう			その他	時間	おやつ	
				赤◇ 血や肉になるもの <small>魚類・肉類・豆類・乳類・卵類・藻類</small>	緑◇ からだの調子を整えるもの <small>野菜類・くだもの類</small>	黄◇ カや体温となるもの <small>穀類・油脂類・砂糖類・いも類</small>			献立名	ざいりょう
2	月	昼	じゃがいも キャベツ 粥		キャベツ	じゃがいも 米				
3	火	昼	豆腐 さつまい 粥	充填豆腐		さつまい 米				
4	水	昼	かぼちゃ 玉葱 粥		かぼちゃ 玉葱	米				
5	木	昼	フロッコリー 人参 粥		フロッコリー 人参	米				
6	金	昼	だいこん 玉葱 粥		大根 玉葱	米				
7	土	昼	かぼちゃ 人参 粥		かぼちゃ 人参	米				
9	月	昼	たら さつまい 粥	たら		さつまい 米				
10	火	昼	人参 じゃが芋 粥		人参	じゃがいも 米				
11	水	昼	豆腐 キャベツ 粥	充填豆腐	キャベツ	米				
12	木	昼	かぼちゃ 白菜 粥		かぼちゃ 白菜	米				
13	金	昼	玉葱 フロッコリー 粥		玉葱 フロッコリー	米				
16	月	昼	人参 玉葱 粥		人参 玉葱	米				
17	火	昼	かぼちゃ 白菜 粥		かぼちゃ 白菜	米				
18	水	昼	フロッコリー じゃが芋 粥		フロッコリー	じゃがいも 米				
19	木	昼	さつまい だいこん 粥		大根	さつまい 米				
21	土	昼	豆腐 かぼちゃ 粥	充填豆腐	かぼちゃ	米				
23	月	昼	さつまい 玉葱 粥		玉葱	さつまい 米				
24	火	昼	豆腐 じゃが芋 粥	充填豆腐		じゃがいも 米				
25	水	昼	フロッコリー かぼちゃ 粥		フロッコリー かぼちゃ	米				
26	木	昼	人参 玉葱 粥		人参 玉葱	米				
27	金	昼	かれい だいこん 粥	黄金がれい	大根	米				
28	土	昼	かぼちゃ フロッコリー 粥		かぼちゃ フロッコリー	米				
30	月	昼	人参 さつまい 粥		人参	さつまい 米				

給食予定献立表 2026年3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	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物
平均栄養価	112 kcal	4.4 g	0.7 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				
2	月	昼	魚とじゃが芋の煮物 キャベツのみそ煮 粥	黄金がし みそ	じゃがいも、さとう 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	ベビーせんべい(伊保)マカ	
3	火	昼	豆腐のみそ煮 さつま芋の甘煮 粥	充填豆腐、みそ	玉葱 人参	さとう さつま芋、さとう 米	和風だし	3時	野菜ハイハイ	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 粥	鶏ミンチ	かぼちゃ ほうれん草、玉葱	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	ふかしポテト	じゃがいも、塩
5	木	昼	鶏と玉葱の煮物 ブロッコリーのお浸し 粥	鶏ミンチ	玉葱 ブロッコリー、人参	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	ハイハイ	ハイハイ
6	金	昼	しらすとほうれん草のくず煮 大根のみそ煮 粥	しらす干し みそ	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	3時	ふかし芋	さつま芋
7	土	昼	ブロッコリーのそぼろ煮 南瓜の甘煮 粥	鶏ミンチ	ブロッコリー かぼちゃ、人参	さとう、片栗粉 さとう 米	濃口醤油、和風だし	3時	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
9	月	昼	魚と玉葱の煮物 さつま芋の甘煮 粥	たら	玉葱 人参	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	ベビーせんべい(伊保)マカ
10	火	昼	人参の味噌そぼろ煮 じゃが芋の煮物 粥	鶏ミンチ、みそ	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	3時	ハイハイ	ハイハイ
11	水	昼	豆腐のあんかけ煮 キャベツのお浸し 粥	充填豆腐	ほうれん草 じゃがいも、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	ベビーせんべい	ベビーせんべい(伊保)マカ
12	木	昼	魚と南瓜のみそ煮 白菜の煮浸し 粥	黄金がし、みそ	かぼちゃ 白菜、ほうれん草	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
13	金	昼	豆腐の煮物 ブロッコリーのお浸し 粥	充填豆腐	玉葱 ブロッコリー、人参	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
16	月	昼	魚の煮物 人参の甘煮 粥	たら	ブロッコリー 人参、玉葱	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
17	火	昼	南瓜のそぼろ煮 白菜のお浸し 粥	鶏ミンチ	かぼちゃ 白菜、ほうれん草	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	ふかし芋	さつま芋
18	水	昼	しらすとブロッコリーのくず煮 じゃが芋のみそ煮 粥	しらす干し みそ	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 和風だし	3時	ベビーせんべい	ベビーせんべい(伊保)マカ
19	木	昼	さつま芋の味噌そぼろ煮 大根の煮物 粥	鶏ミンチ、みそ	大根、人参	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	3時	ハイハイ	ハイハイ
21	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	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
23	月	昼	魚のみそ煮 さつま芋の煮物 粥	たら、みそ	人参 玉葱	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	ハイハイ	ハイハイ
24	火	昼	豆腐のだし煮 じゃが芋の煮物 粥	充填豆腐	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	ベビーせんべい	ベビーせんべい(伊保)マカ
25	水	昼	鶏とブロッコリーのみそ煮 南瓜の甘煮 粥	鶏ミンチ、みそ	ブロッコリー かぼちゃ、玉葱	さとう、片栗粉 さとう 米	和風だし	3時	ふかし芋	さつま芋
26	木	昼	豆腐の煮物 ほうれん草のお浸し 粥	充填豆腐	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	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
27	金	昼	魚の煮物 大根の煮物 粥	黄金がし	大根、人参	じゃがいも、さとう 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
28	土	昼	南瓜の味噌そぼろ煮 ブロッコリーのお浸し 粥	鶏ミンチ、みそ	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	3時	ハイハイ	ハイハイ
30	月	昼	魚の煮物 さつま芋の甘煮 粥	たら	人参 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	ベビーせんべい(伊保)マカ