

2025年度



離乳食献立表

中宮まぶね保育園



		中・後期	初期			中・後期	初期
1 木	昼食	おかゆ 米 鮭と野菜の煮物 さけ たまねぎ にんじん キャベツ ブロッコリー かつお・昆布だし汁 上白糖 濃口醤油 ポテトスープ じゃがいも たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 薄口醤油	10倍がゆ 米 野菜ののり煮 じゃがいも たまねぎ にんじん ブロッコリー	12 月	昼食	おかゆ 米 鶏肉のみそ煮 鶏もも肉 たまねぎ にんじん キャベツ だいこん かつお・昆布だし汁 上白糖 みそ すまし汁 たまねぎ にんじん もやし かつお・昆布だし汁 薄口醤油	10倍がゆ 米 豆腐ののり煮 木綿豆腐 たまねぎ にんじん だいこん
	おやつ	パンケーキ りんご 小麦粉 ベーキングパウダー 上白糖 調製豆乳 りんご煮 りんご			おやつ	さつまいものおやき さつまいも 小麦粉 調製豆乳 りんご煮 りんご	
2 金	昼食	おかゆ 米 牛肉のみそ煮 鶏もも肉 じゃがいも たまねぎ にんじん もやし チンゲンサイ かつお・昆布だし汁 上白糖 みそ すまし汁 焼ふ たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 薄口醤油 じゃがスティック じゃがいも にんじん 片栗粉 濃口醤油	10倍がゆ 米 野菜ののり煮 じゃがいも たまねぎ にんじん チンゲンサイ	13 火	昼食	おかゆ 米 鮭のみそ煮 さけ たまねぎ にんじん なす かつお・昆布だし汁 上白糖 みそ すまし汁 たまねぎ にんじん キャベツ かつお・昆布だし汁 薄口醤油 蒸しパン バナナ 小麦粉 ベーキングパウダー 上白糖 調製豆乳 りんご煮 りんご 水 りんご	10倍がゆ 米 野菜ののり煮 じゃがいも たまねぎ にんじん キャベツ
	おやつ	りんご煮 りんご			おやつ	りんご煮 りんご	
7 水	昼食	おかゆ 米 豚肉と野菜の煮物 豚もも肉 じゃがいも たまねぎ にんじん はくさい かつお・昆布だし汁 上白糖 濃口醤油 みそ汁 木綿豆腐 たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 みそ 蒸し芋 さつまいも	10倍がゆ 米 豆腐ののり煮 木綿豆腐 さつまいも たまねぎ にんじん	14 水	昼食	おかゆ 米 豚肉と野菜の煮物 豚もも肉 さつまいも たまねぎ にんじん チンゲンサイ かつお・昆布だし汁 上白糖 濃口醤油 みそ汁 木綿豆腐 たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 みそ 蒸し芋 さつまいも	10倍がゆ 米 野菜ののり煮 さつまいも たまねぎ にんじん チンゲンサイ
	おやつ	りんご煮 りんご			おやつ	りんご煮 りんご	
8 木	昼食	おかゆ 米 たらけのケチャップ煮 たら じゃがいも たまねぎ にんじん なす かつお・昆布だし汁 上白糖 ケチャップ すまし汁 焼ふ たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 薄口醤油 パンケーキ バナナ 小麦粉 ベーキングパウダー 上白糖 調製豆乳 りんご煮 りんご	10倍がゆ 米 たらけののり煮 たら じゃがいも たまねぎ にんじん	15 木	昼食	おかゆ 米 カレーと野菜の煮物 カラスガレイ たまねぎ にんじん ブロッコリー かつお・昆布だし汁 上白糖 濃口醤油 みそ汁 木綿豆腐 たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 みそ パンケーキ りんご 小麦粉 ベーキングパウダー 上白糖 調製豆乳 りんご煮 りんご	10倍がゆ 米 カレーののり煮 カラスガレイ たまねぎ にんじん ブロッコリー
	おやつ	りんご煮 りんご			おやつ	りんご煮 りんご	
9 金	昼食	おかゆ 米 鶏肉と野菜の煮物 鶏もも肉 たまねぎ にんじん キャベツ かつお・昆布だし汁 上白糖 濃口醤油 マカロニスープ マカロニ たまねぎ にんじん ホールコーン缶 かつお・昆布だし汁 薄口醤油 じゃがスティック じゃがいも にんじん 片栗粉 濃口醤油	10倍がゆ 米 野菜ののり煮 じゃがいも たまねぎ にんじん キャベツ	16 金	昼食	おかゆ 米 鶏肉のケチャップ煮 鶏もも肉 たまねぎ にんじん かぼちゃ ホールコーン缶 かつお・昆布だし汁 上白糖 ケチャップ 豆乳スープ キャベツ たまねぎ にんじん 調製豆乳 薄口醤油 じゃがスティック じゃがいも にんじん 片栗粉 濃口醤油	10倍がゆ 米 野菜ののり煮 たまねぎ にんじん かぼちゃ キャベツ
	おやつ	りんご煮 りんご			おやつ	りんご煮 りんご	
10 土	昼食	おかゆ 米 そばろのケチャップ煮 豚ひき肉 じゃがいも たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 上白糖 ケチャップ 豆乳スープ かぼちゃ たまねぎ にんじん 調製豆乳 薄口醤油 めんのくたくた煮 スバゲティ たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 濃口醤油	10倍がゆ 米 野菜ののり煮 じゃがいも たまねぎ にんじん かぼちゃ	17 土	昼食	おかゆ 米 牛肉と野菜の煮物 牛もも肉 たまねぎ にんじん ビーマン かつお・昆布だし汁 上白糖 濃口醤油 みそ汁 木綿豆腐 たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 みそ うどんのくたくた煮 干しうどん たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 濃口醤油	10倍がゆ 米 豆腐ののり煮 木綿豆腐 じゃがいも たまねぎ にんじん
	おやつ	りんご煮 りんご			おやつ	りんご煮 りんご	



		中・後期	初期			中・後期	初期
19月	屋食	おかゆ 米 肉じゃが 牛も肉 じゃがいも たまねぎ にんじん ちやし かつお・昆布だし汁 上白糖 濃口醤油 みそ汁 たまねぎ にんじん だいこん かつお・昆布だし汁 みそ	10倍がゆ 米 豆腐のとうとろ煮 木綿豆腐 じゃがいも たまねぎ にんじん	26月	屋食	おかゆ 米 そばろのケチャップ煮 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん キャベツ かつお・昆布だし汁 上白糖 ケチャップ ビーフンスープ ビーフン たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 薄口醤油	10倍がゆ 米 野菜のとうとろ煮 さつまいも たまねぎ にんじん キャベツ
	おやつ	さつまいものおやき さつまいも 小麦粉 調製豆乳 りんご煮 りんご	さつまいものおやき さつまいも 小麦粉 調製豆乳 りんご煮 りんご		おやつ	さつまいものおやき さつまいも 小麦粉 調製豆乳 りんご煮 りんご	
20火	屋食	おかゆ 米 ホキのケチャップ煮 ホキ マカロニ たまねぎ にんじん キャベツ かつお・昆布だし汁 上白糖 ケチャップ 野菜スープ たまねぎ にんじん こまつな かつお・昆布だし汁 薄口醤油	10倍がゆ 米 ホキのとうとろ煮 ホキ たまねぎ にんじん こまつな	27火	屋食	おかゆ 米 ホキのみそ煮 ホキ たまねぎ にんじん ちやし チンゲンサイ かつお・昆布だし汁 上白糖 みそ すまし汁 木綿豆腐 たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 薄口醤油	10倍がゆ 米 ホキのとうとろ煮 ホキ たまねぎ にんじん チンゲンサイ
	おやつ	蒸しパン りんご 小麦粉 ベーキングパウダー 上白糖 調製豆乳 りんご煮 水 りんご			おやつ	蒸しパン りんご 小麦粉 ベーキングパウダー 上白糖 調製豆乳 りんご煮 水 りんご	
21水	屋食	おかゆ 米 そばろのみそ煮 豚ひき肉 ひじき たまねぎ にんじん なす かつお・昆布だし汁 上白糖 みそ すまし汁 焼酎 たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 薄口醤油	10倍がゆ 米 豆腐のとうとろ煮 木綿豆腐 さつまいも たまねぎ にんじん	28水	屋食	おかゆ 米 鶏肉と野菜の煮物 鶏ひき肉 にんじん たまねぎ ブロッコリー ホールコーン缶 かつお・昆布だし汁 上白糖 濃口醤油 みそ汁 木綿豆腐 たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 みそ	10倍がゆ 米 野菜のとうとろ煮 さつまいも たまねぎ にんじん ブロッコリー
	おやつ	蒸し芋 さつまいも りんご煮 りんご			おやつ	蒸し芋 さつまいも りんご煮 りんご	
22木	屋食	おかゆ 米 たらのみそ煮 たら さつまいも たまねぎ にんじん ビーマン かつお・昆布だし汁 上白糖 みそ すまし汁 焼酎 たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 薄口醤油	10倍がゆ 米 たらのとうとろ煮 たら さつまいも たまねぎ にんじん	29木	屋食	おかゆ 米 カレイのケチャップ煮 カラスガイ たまねぎ にんじん キャベツ ビーマン かつお・昆布だし汁 上白糖 ケチャップ ポテトスープ じゃがいも たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 薄口醤油	10倍がゆ 米 カレイのとうとろ煮 カラスガイ たまねぎ にんじん キャベツ
	おやつ	パンケーキ バナナ 小麦粉 ベーキングパウダー 上白糖 調製豆乳 りんご煮 りんご			おやつ	パンケーキ バナナ 小麦粉 ベーキングパウダー 上白糖 調製豆乳 りんご煮 りんご	
23金	屋食	おかゆ 米 豚肉のみそ煮 豚も肉 たまねぎ にんじん だいこん キャベツ かつお・昆布だし汁 上白糖 みそ すまし汁 たまねぎ にんじん かぼちゃ かつお・昆布だし汁 薄口醤油	10倍がゆ 米 野菜のとうとろ煮 たまねぎ にんじん かぼちゃ キャベツ	30金	屋食	おかゆ 米 鶏肉と野菜の煮物 鶏も肉 にんじん たまねぎ ちやし えだまめ かつお・昆布だし汁 上白糖 濃口醤油 みそ汁 木綿豆腐 たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 みそ じゃがスティック じゃがいも にんじん 片栗粉 濃口醤油	10倍がゆ 米 豆腐のとうとろ煮 木綿豆腐 じゃがいも たまねぎ にんじん
	おやつ	りんご煮 りんご			おやつ	りんご煮 りんご	
24土	屋食	おかゆ 米 鶏肉のケチャップ煮 鶏も肉 にんじん たまねぎ ビーマン かつお・昆布だし汁 上白糖 ケチャップ ポテトスープ じゃがいも たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 薄口醤油	10倍がゆ 米 豆腐のとうとろ煮 木綿豆腐 じゃがいも たまねぎ にんじん	31土	屋食	おかゆ 米 豚じゃが 豚も肉 じゃがいも たまねぎ にんじん ブロッコリー かつお・昆布だし汁 上白糖 濃口醤油 みそ汁 焼酎 たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 みそ	10倍がゆ 米 野菜のとうとろ煮 じゃがいも たまねぎ にんじん ブロッコリー
	おやつ	めんのくたくた煮 スパゲティ たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 濃口醤油 りんご煮 りんご			おやつ	おじゃ めし たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 濃口醤油 りんご煮 りんご	

※食材の納入の都合により献立が変更する場合があります。 ※食べたことのない食材は、当日までに必ずご家庭で試してみてください。

