

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 金	昼食	おかゆ 米 豚肉のみそ煮 豚もも肉 たまねぎ にんじん キャベツ もやし 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 豆腐のとうとろ煮 木綿豆腐 たまねぎ にんじん キャベツ	8 金	昼食	おかゆ 米 鶏肉のみそ煮 鶏もも肉 じゃがいも たまねぎ にんじん キャベツ かつお・昆布だし汁 上白糖 みそ すまし汁 焼肉 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 じゃがいも たまねぎ にんじん キャベツ
	おやつ	じゃがスティック じゃがいも にんじん 片栗粉 濃口醤油 りんご煮 りんご			おやつ	じゃがスティック じゃがいも にんじん 片栗粉 濃口醤油 りんご煮 りんご	
2 土	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 はくさい かつお・昆布だし汁 上白糖 濃口醤油 みそ汁 焼肉 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 はくさい	9 土	昼食	おかゆ 米 鶏肉のみそ煮 鶏もも肉 じゃがいも たまねぎ にんじん ピーマン かつお・昆布だし汁 上白糖 みそ すまし汁 焼肉 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
	おやつ	パンケーキ 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 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	
4 月	昼食	おかゆ 米 牛肉のケチャップ煮 牛もも肉 ひじき 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 ケチャップ 野菜スープ たまねぎ にんじん えだまめ ホールコーン缶 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 じゃがいも たまねぎ にんじん ブロッコリー	12 火	昼食	おかゆ 米 鶏肉のみそ煮 鶏もも肉 じゃがいも たまねぎ にんじん キャベツ かつお・昆布だし汁 上白糖 みそ すまし汁 焼肉 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 じゃがいも 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			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 りんご	
5 火	昼食	おかゆ 米 たらのみそ煮 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 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 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	13 水	昼食	おかゆ 米 カレーのケチャップ煮 カラスガレイ たまねぎ にんじん だいこん ホールコーン缶 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 カレーのとうとろ煮 カラスガレイ たまねぎ にんじん だいこん
	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 りんご			おやつ	蒸し芋 さつまいも りんご煮 りんご	
6 水	昼食	おかゆ 米 豚肉と野菜の煮物 豚もも肉 たまねぎ にんじん はくさい もやし かつお・昆布だし汁 上白糖 濃口醤油 みそ汁 チンゲンサイ 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 はくさい	14 木	昼食	おかゆ 米 豚肉と野菜の煮物 豚もも肉 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 みそ汁 焼肉 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 ブロッコリー たまねぎ にんじん キャベツ
	おやつ	蒸し芋 さつまいも 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	
7 木	昼食	おかゆ 米 鮭のケチャップ煮 さけ じゃがいも たまねぎ にんじん こまつな かつお・昆布だし汁 上白糖 ケチャップ かぼちゃスープ かぼちゃ 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 かぼちゃ たまねぎ にんじん こまつな	15 金	昼食	おかゆ 米 カレーのみそ煮 カラスガレイ 高野豆腐 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 もやし かつお・昆布だし汁 薄口醤油	10倍がゆ 米 カレーのとうとろ煮 カラスガレイ じゃがいも たまねぎ にんじん
	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	じゃがスティック じゃがいも にんじん 片栗粉 濃口醤油 りんご煮 りんご	



	中・後期	初期
16 土	おかゆ 米 豚肉と野菜の煮物 豚ばら肉 じゃがいも たまねぎ にんじん だいこん 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 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 豆腐のとうとう煮 木綿豆腐 たまねぎ にんじん だいこん
18 月	おかゆ 米 豆腐とツナの野菜あんかけ 木綿豆腐 ツナ水煮缶 たまねぎ にんじん かぼちゃ かつお・昆布だし汁 上白糖 濃口醤油 片栗粉 みそ汁 だいこん たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 みそ 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	10倍がゆ 米 野菜のとうとう煮 かぼちゃ たまねぎ にんじん だいこん
19 火	おかゆ 米 鮭のみそ煮 さけ じゃがいも たまねぎ にんじん ホールコーン缶 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 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 りんご	10倍がゆ 米 豆腐のとうとう煮 木綿豆腐 じゃがいも たまねぎ にんじん
20 水	おかゆ 米 豚肉と野菜の煮物 豚もも肉 たまねぎ にんじん キャベツ こまつな 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 りんご煮 りんご	10倍がゆ 米 野菜のとうとう煮 こまつな たまねぎ にんじん キャベツ
21 木	おかゆ 米 ホキのみそ煮 ホキ じゃがいも たまねぎ にんじん 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 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 ホキのとうとう煮 ホキ じゃがいも たまねぎ にんじん
22 金	おかゆ 米 豚肉のみそ煮 豚肩ロース肉 たまねぎ にんじん もやし ビーマン 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 りんご煮 りんご	10倍がゆ 米 豆腐のとうとう煮 木綿豆腐 じゃがいも たまねぎ にんじん
23 土	おかゆ 米 そばろのケチャップ煮 豚ひき肉 たまねぎ にんじん キャベツ ホールコーン缶 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 パンケーキ 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 野菜のとうとう煮 じゃがいも たまねぎ にんじん キャベツ

※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。

	中・後期	初期
25 月	おかゆ 米 牛肉のみそ煮 牛もも肉 たまねぎ にんじん キャベツ ホールコーン缶 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 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	10倍がゆ 米 野菜のとうとう煮 さつまいも たまねぎ にんじん キャベツ
26 火	おかゆ 米 カレイのみそ煮 カラスカレイ たまねぎ にんじん こまつな もやし 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 蒸しパン こまつな 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 カレイのとうとう煮 カラスカレイ たまねぎ にんじん こまつな
27 水	おかゆ 米 鶏肉のケチャップ煮 鶏もも肉 にんじん たまねぎ キャベツ ブロッコリー 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 ホールコーン缶 かつお・昆布だし汁 薄口醤油 蒸し芋 さつまいも りんご煮 りんご	10倍がゆ 米 野菜のとうとう煮 じゃがいも たまねぎ にんじん ブロッコリー
28 木	おかゆ 米 カレイのみそ煮 カラスカレイ たまねぎ にんじん だいこん 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 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 カレイのとうとう煮 カラスカレイ たまねぎ にんじん だいこん
29 金	おかゆ 米 豚肉と野菜の煮物 豚もも肉 ひじき たまねぎ にんじん なす かつお・昆布だし汁 上白糖 濃口醤油 みそ汁 じゃがいも 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 りんご煮 りんご	10倍がゆ 米 豆腐のとうとう煮 木綿豆腐 じゃがいも たまねぎ にんじん
30 土	おかゆ 米 そばろのみそ煮 豚ひき肉 たまねぎ にんじん キャベツ かつお・昆布だし汁 上白糖 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 パンケーキ 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 豆腐のとうとう煮 木綿豆腐 たまねぎ にんじん キャベツ

