



離乳食献立表

2025年 10月 大宮まぶね保育園

曜日	1	2	3	4	6	7	8	9	10	11	14	15	16
や朝 つお	水	木	金	土	月	火	水	木	金	土	火	水	木
	バナナ	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	バナナ	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	バナナ	お菓子
後 期	①軟飯→ご飯 ②豚煮 豚肩ロース・玉ねぎ ブロッコリー・砂糖 だし汁・しょうゆ ③味噌汁 キャベツ・青葱 だし汁・みそ	①みそラーメン 中華麺・豚肩ロース チンゲン菜・玉ねぎ だし汁・砂糖 みそ ②野菜煮 じゃがいも・人参 だし汁・しょうゆ 砂糖	①おじや 米・鶏もも皮なし 人参・インゲン だし汁・しょうゆ・砂糖 ②白和え 豆腐・ほうれん草 砂糖・しょうゆ ③野菜スープ 白菜・みつば だし汁・塩	①軟飯→ご飯 ②麻婆豆腐 豚挽肉・玉ねぎ ほうれん草・しょうゆ だし汁・みそ・砂糖 ③和え物 ブロッコリー・人参 砂糖・しょうゆ ③野菜スープ 大根・コーン だし汁・塩	①軟飯→ご飯 ②豚のケチャップ煮 豚挽肉・玉ねぎ ほうれん草 ケチャップ・コンソメ ③大根スープ 大根・人参 コンソメ ③野菜スープ 大根・コーン だし汁・塩	①軟飯→ご飯 ②煮魚 たら・人参 小松菜・しょうゆ だし汁・砂糖 ③味噌汁 なす・かいわれ大根 だし汁・みそ	①軟飯→ご飯 ②鶏の味噌煮 鶏もも皮なし キャベツ・人参 だし汁・みそ ③野菜スープ 玉ねぎ・青葱 だし汁・塩	①スープパグティ 合挽・スパグティ たまねぎ・人参 ケチャップ・コンソメ ②野菜煮 ブロッコリー カリフラワー コンソメ ③野菜スープ 玉ねぎ・コーン だし汁・塩	①軟飯→ご飯 ②豚煮 豚肩ロース・人参 キャベツ・しょうゆ だし汁・砂糖 ③野菜スープ 玉ねぎ・コーン だし汁・塩	①軟飯→ご飯 ②鶏煮 鶏挽肉・人参 大根・しょうゆ だし汁・砂糖 ③野菜スープ 花麩・白菜 だし汁・塩	①軟飯→ご飯 ②魚の味噌煮 赤魚・かぼちゃ 玉ねぎ・みそ だし汁・しょうゆ ③野菜スープ ほうれん草・人参 だし汁・塩	①軟飯→ご飯 ②豚煮 豚肩ロース・人参 キャベツ・しょうゆ だし汁・砂糖 ③味噌汁 もやし・麩 だし汁・みそ	①軟飯→ご飯 ②ケチャップそばろ 米・合挽・人参 たまねぎ・しょうゆ ケチャップ・砂糖
	①軟飯→ご飯 ②豚肉とごぼうのしぐれ煮 ③花野菜サラダ ④キャベツの味噌汁	①味噌ラーメン ②ポテトサラダ	①店のごとろの炊き込みご飯 ②ほうれん草の白和え ③野菜スープ白菜のすまし汁	①麻婆豆腐丼 ②ブロッコリーとさきみの和え物 ③チンゲン菜の中華スープ	①軟飯→ご飯 ②ハンバーグ ③ほうれん草のソテー ④大根のスープ	①軟飯→ご飯 ②白身魚の唐揚げ ③小松菜の煮びたし ④茄子の味噌汁	①軟飯→ご飯 ②鶏肉のみそマヨ焼き ③野菜スープキャベツとしらすのサラダ ④玉ねぎのすまし汁	①ミートソーススパグティ ②ブロッコリーの胡麻和え ③カリフラワーのスープ	①軟飯→ご飯 ②野菜炒め ③春雨の中華和え ④わかめの中華スープ	①軟飯→ご飯 ②鶏煮 ③根菜のみそマヨ和え ④花麩のすまし汁	①軟飯→ご飯 ②赤魚の西京焼き ③かぼちゃのサラダ ④ほうれん草のすまし汁	①軟飯→ご飯 ②豚肉の生姜焼き ③切干大根の酢の物 ④麩の味噌汁	①ケチャップそばろ丼 ②レンコンのサラダ ③小松菜のスープ
果 物		梨	りんご		りんご	オレンジ		オレンジ	バナナ		オレンジ		りんご
午 後 お や つ 完 了 期	お菓子	混ぜご飯	ちんすこう	お菓子	麩のラスク	蒸しパン	お菓子	混ぜご飯	カルビスゼリー	お菓子	りんごケーキ	お菓子	お菓子
	お菓子	米 塩昆布 ごま油	小麦粉 砂糖 サラダ油	お菓子	麩 砂糖 マーガリン	ホットケーキミックス 砂糖 牛乳 サラダ油	お菓子	米 糸かつお 濃口醤油	カルビス 砂糖 寒天	お菓子	小麦粉 ベーキングパウダー 砂糖 りんご 牛乳 サラダ油	お菓子	お菓子

曜日	17	18	20	21	22	23	24	25	27	28	29	30	31
や朝 つお	金	土	月	火	水	木	金	土	月	火	水	木	金
	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	バナナ	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	バナナ	お菓子	お菓子
後 期	①肉うどん うどん・豚肩ロース ほうれん草・青葱 だし汁・砂糖・しょうゆ ②野菜煮 じゃがいも・玉ねぎ コンソメ	①軟飯→ご飯 ②豚煮 豚肩ロース 里芋・人参 だし汁・しょうゆ・砂糖 ③野菜スープ 豆腐・青葱 だし汁・塩	①軟飯→ご飯 ②鶏煮 鶏もも皮なし・大根 チンゲン菜・砂糖 だし汁・しょうゆ ③味噌汁 玉ねぎ・青葱 だし汁・みそ	①軟飯→ご飯 ②魚のコンソメ煮 鮭・ブロッコリー 人参・だし汁 しょうゆ・砂糖 ③野菜スープ 玉ねぎ・かいわれ大根 コンソメ	①軟飯→ご飯 ②豚煮 豚挽肉・人参 チンゲン菜・だし汁 砂糖・しょうゆ ③野菜スープ 春雨・コーン だし汁・塩	①軟飯→ご飯 ②鶏煮 鶏もも皮なし・人参 里芋・だし汁 砂糖・しょうゆ ③野菜スープ 花麩・玉ねぎ だし汁・塩	①野菜ラーメン 中華麺・豚肩ロース 玉ねぎ・人参 だし汁・砂糖 しょうゆ ②野菜煮 キャベツ・コーン だし汁・しょうゆ 砂糖	①軟飯→ご飯 ②ケチャップ煮 米・豚挽肉 玉ねぎ・コーン コンソメ・ケチャップ ③小松菜の和え物 小松菜 砂糖・しょうゆ ④野菜スープ 玉ねぎ・人参 コンソメ	①ロールパン ②ケチャップ煮 豚肩ロース じゃがいも・ブロッコリー コンソメ・ケチャップ ③野菜スープ カリフラワー・コーン コンソメ	①軟飯→ご飯 ②煮魚 カレイ・玉ねぎ さつまいも・だし汁 砂糖・しょうゆ ③野菜スープ 豆腐・青葱 だし汁・塩	①おじや 米・豚挽肉 玉ねぎ・人参 だし汁・砂糖・しょうゆ ②豆腐煮 豆腐・チンゲン菜 だし汁・砂糖・しょうゆ ③野菜スープ もやし・コーン だし汁・塩	①野菜うどん うどん・鶏もも皮なし ほうれん草・玉ねぎ だし汁・砂糖・しょうゆ ②野菜煮 大根・人参 だし汁・砂糖 しょうゆ ③野菜スープ 白菜・人参 コンソメ	①洋風おじや 米・合挽 玉ねぎ・コーン コンソメ・ケチャップ ②蒸しじゃがいも じゃがいも・塩 ③野菜スープ 白菜・人参 コンソメ
	①きつねうどん ②ジャーマンポテト ③里芋の煮物 ④豆腐の中華スープ	①軟飯→ご飯 ②ブルコギ炒め ③里芋の煮物 ④豆腐の中華スープ	①軟飯→ご飯 ②鶏肉と大根の甘辛煮 ③チンゲン菜のナムル ④ごぼうの味噌汁	①軟飯→ご飯 ②鮭のフライ ③ブロッコリーのおかか和え ④玉ねぎのスープ	①軟飯→ご飯 ②厚揚げの炒め物 ③もやしとピーマンの胡麻酢和え ④春雨の中華スープ	①軟飯→ご飯 ②鶏肉と野菜の甘酢炒め ③里芋とれんこんの炒り煮 ④花麩のすまし汁	①ちゃんぽん麺 ②ひじきとごぼうのサラダ	①キーマカレー ②小松菜の胡麻和え ③しめじのスープ	①ロールパン ②ボークビーンズ ③ブロッコリーのツナ和え ④カリフラワーのスープ	①軟飯→ご飯 ②カレイの煮付 ③さつまいものサラダ ④豆腐の味噌汁	①混ぜ込みチャーハン ②豆腐チャンプルー ③もやしの中華スープ	①鶏南蛮うどん ②大根とちくわの煮物	①カレーライス ②白菜サラダ
果 物	バナナ		りんご	オレンジ		りんご	バナナ		りんご		オレンジ	バナナ	オレンジ
午 後 お や つ 完 了 期	混ぜご飯	お菓子	ホットケーキ	食パン	お菓子	大学芋	混ぜご飯	お菓子	混ぜご飯	マカロニきな粉	お菓子	混ぜご飯	かぼちゃクッキー
	米 合挽 人参 砂糖 濃口醤油 みりん風調味料 すりごま	お菓子	ホットケーキミックス 牛乳 メープルシロップ	食パン	お菓子	さつまいも サラダ油 砂糖 薄口醤油 みりん風調味料 黒ごま	米 しらす わかめ 薄口醤油 和風だしの素 すりごま ごま油	お菓子	米 塩昆布 ごま油	マカロニ 砂糖 きな粉	お菓子	米 人参 しらす 料理酒 薄口醤油 すりごま	かぼちゃ 小麦粉 片栗粉 砂糖 マーガリン

だし汁：昆布だし