

2026年 2月 離乳食献立表（後期）

中野区保育園・幼稚園課

曜日		月	火	水	木	金	土	月	火	水	木	金	土
日		2 16	3 17	4 18	5 19	6 20	7 21	9	10 24	25	12 26	13 27	14 28
<div>午前</div> <div></div>	主食	おかゆ	おかゆ	おかゆ	おかゆ	おかゆ	おかゆ	おかゆ	うどんのケチャップ炒め	おかゆ	おかゆ	おかゆ	煮込みうどん
	副食	つくねの煮物 さつま芋の煮物 味噌汁	白身魚の煮物 人参のスティック煮 味噌汁	ソフトオムレツ トマト 味噌汁	豆腐の煮物 粉ふき芋 味噌汁	ミートボールの煮物 胡瓜のスティック煮 味噌汁	南瓜のそぼろ煮 青菜の煮物 味噌汁	ミートボールの味噌煮 人参とコーンの煮物 味噌汁	人参のスティック煮 粉ふき芋 スープ	高野豆腐の煮物 胡瓜のスティック煮 味噌汁	つくねの煮物 ブロッコリー ミルクスープ	鮭の煮物 トマト 味噌汁	ミートボールの煮物 粉ふき芋
	材料	米	米	米	米	米	米	米	乾めん 豚ひき肉 玉葱 人参 なたね油	米	米	米	乾めん 玉葱 人参 かつおだし 醤油 砂糖
		鶏ひき肉 玉葱 片栗粉 醤油 砂糖 かつおだし	白身魚 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉	鶏卵 玉葱 粉ミルク 塩 なたね油	豆腐 醤油 砂糖 片栗粉 かつおだし	豚ひき肉 玉葱 片栗粉 醤油 砂糖 かつおだし	南瓜 豚ひき肉 かつおだし 醤油 砂糖	豚ひき肉 玉葱 片栗粉 大豆味噌 砂糖 かつおだし	人参 醤油 砂糖 かつおだし	高野豆腐 人参 醤油 砂糖 片栗粉 かつおだし	鶏ひき肉 玉葱 片栗粉 醤油 砂糖 かつおだし	鮭 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉	豚ひき肉 玉葱 人参 かつおだし 醤油 砂糖
さつま芋 醤油 砂糖		人参 醤油 砂糖	トマト 人参 大豆味噌 かつおだし	じゃが芋 青菜 大豆味噌 かつおだし	胡瓜 じゃが芋 大豆味噌 かつおだし	キャベツ 大豆味噌 かつおだし	人参 ホールコーン 醤油	じゃが芋 玉葱 スープ 塩	胡瓜 玉葱 大豆味噌 かつおだし	ブロッコリー 玉葱 人参 粉ミルク スープ 塩	人参 大豆味噌 かつおだし	じゃが芋	
<div>午後</div>	主食	おかゆ	煮込みうどん	おかゆ	パン	煮込みうどん	煮込みうどん	おかゆ	おかゆ	煮込みうどん	パン	味噌煮込みうどん	おかゆ
	副食	人参とツナの煮物 白菜の煮物 味噌汁	胡瓜としらすの煮物 キャベツの煮物	さつま芋のそぼろ煮 ブロッコリー 味噌汁	白身魚のケチャップ煮 キャベツの煮物 スープ	鶏レバーの煮つぶし 南瓜の煮物	白身魚の煮物 人参のスティック煮	豆腐のケチャップ煮 青菜の煮物 味噌汁	キャベツとツナの煮物 大根のおかか煮 すまし汁	じゃが芋のそぼろ煮 キャベツの煮物	人参とツナの煮物 胡瓜のスティック煮 味噌汁	大根のそぼろ煮 白菜の煮物	青菜としらすの煮物 人参のスティック煮 味噌汁
	材料	米	乾めん 人参 葱	米	食パン バター	乾めん 玉葱 人参 かつおだし	乾めん わかめ 葱	米	米	乾めん 玉葱 人参 かつおだし	食パン バター	乾めん 玉葱 人参 青菜 かつおだし	米
		人参 ツナ缶	かつおだし	さつま芋 豚ひき肉 かつおだし 醤油 砂糖	白身魚 ケチャップ	醤油 砂糖	人参 かつおだし 醤油 砂糖	豆腐 ケチャップ	ツナ缶	かつおだし	人参	かつおだし 青菜	青菜 しらす 醤油
		醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉	醤油 砂糖 胡瓜 しらす 醤油 キャベツ 醤油	醤油 砂糖 ブロッコリー 大根 大豆味噌 かつおだし	砂糖 かつおだし 片栗粉	鶏レバー 醤油 砂糖 片栗粉 かつおだし	白身魚 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉	砂糖 かつおだし 片栗粉	醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉	醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉	醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉	醤油 砂糖 大根 豚ひき肉 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉	醤油 砂糖 人参 白菜 大豆味噌 かつおだし
白菜 醤油				キャベツ 醤油	キャベツ 醤油	南瓜 醤油 砂糖	青菜 醤油	大根 醤油 かつお節	じゃが芋 豚ひき肉 醤油 砂糖 かつおだし	胡瓜	じゃが芋 大豆味噌 かつおだし	白菜 醤油	
給与目標量													
エネルギー304Kcal		333	246	332	290	305	276	308	311	283	341	286	283
タンパク質12.8g		12.1	9.6	10.7	12.0	13.1	11.3	11.1	9.7	10	12.7	11.8	10.0

*野菜は柔らかく茹でてから調理しています。



*献立内容は都合により変更する場合があります。

*で囲まれた食材は、アレルギーの確認が必要な加工食品です。

*スープは野菜の煮汁を使用しています。