

2026年 8 月 離 乳 食 献 立 表 (中 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		10 24	25	12 26	13 27	14 28	1 15 29	3 17 31	4 18	5 19	6 20	7 21	8 22
午前	主食	おかゆ	おかゆ	おかゆ	おかゆ	おかゆ	おかゆ	おかゆ	おかゆ	おかゆ	おかゆ	おかゆ	やわらか煮うどん
	副食	白身魚の煮物 刻みトマト 味噌汁	じゃが芋のそぼろ煮 人参の煮物 味噌汁	なすのそぼろ煮 大根の煮物 すまし汁	高野豆腐の煮物 南瓜の煮物 味噌汁	つくねの煮物 刻みブロッコリー 味噌汁	ミートボールの煮物 粉ふき芋 味噌汁	キャベツとツナの煮物 人参の煮物 味噌汁	白身魚の煮物 刻みトマト 味噌汁	キャベツのそぼろ煮 刻みブロッコリー スープ	つくねのケチャップ煮 粉ふき芋 味噌汁	卵黄の粗ほぐし 胡瓜の煮物 味噌汁	南瓜のそぼろ煮 人参の煮物
	材料	米 白身魚 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉 トマト 青菜 大豆味噌 かつおだし	米 じゃが芋 豚ひき肉 醤油 砂糖 かつおだし 人参 醤油 砂糖 玉葱 わかめ 大豆味噌 かつおだし	米 なす 豚ひき肉 かつおだし 砂糖 醤油 片栗粉 大根 醤油 砂糖 葱 塩 醤油 かつおだし	米 高野豆腐 人参 醤油 砂糖 片栗粉 かつおだし 南瓜 醤油 砂糖 人参 大豆味噌 かつおだし	米 鶏ひき肉 玉葱 片栗粉 醤油 砂糖 かつおだし ブロッコリー かつおだし 片栗粉 わかめ 人参 大豆味噌 かつおだし	米 豚ひき肉 玉葱 片栗粉 醤油 砂糖 かつおだし じゃが芋 葱 大豆味噌 かつおだし 南瓜 大豆味噌 かつおだし	米 キャベツ ツナ缶 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉 人参 醤油 砂糖 南瓜 大豆味噌 かつおだし	米 白身魚 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉 トマト 玉葱 大豆味噌 かつおだし 人参 スープ 塩	米 キャベツ 豚ひき肉 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉 ブロッコリー かつおだし 片栗粉 人参 スープ 塩	米 鶏ひき肉 玉葱 片栗粉 ケチャップ 砂糖 かつおだし じゃが芋 なす かつおだし 大豆味噌	米 卵黄 玉葱 かつおだし 胡瓜 人参 大豆味噌 かつおだし 人参 醤油 砂糖	乾めん 青菜 玉葱 醤油 砂糖 かつおだし 南瓜 豚ひき肉 醤油 砂糖 かつおだし 人参 醤油 砂糖
午後	主食	おかゆ	やわらか煮うどん	やわらか煮うどん	おかゆ	おかゆ	やわらか煮うどん	おかゆ	やわらか煮うどん	やわらか煮うどん	おかゆ	おかゆ	おかゆ
	副食	人参のそぼろ煮 キャベツの煮物 味噌汁	大根のそぼろ煮 青菜の煮物	じゃが芋の煮物 人参の煮物	ミートボールの煮物 キャベツの煮物 味噌汁	白身魚の煮物 人参とコーンの煮物 味噌汁	キャベツとしらすの煮物 なすの煮物	豆腐の味噌煮 青菜の煮物 すまし汁	南瓜の煮物 キャベツの煮物	白身魚の味噌煮 南瓜の煮物	ズッキーニのそぼろ煮 大根の煮物 スープ	豆腐の煮物 じゃが芋の煮物 味噌汁	人参とツナの煮物 胡瓜の煮物 味噌汁
	材料	米 人参 豚ひき肉 醤油 砂糖 かつおだし キャベツ 醤油 玉葱 大豆味噌 かつおだし	乾めん ツナ缶 玉葱 キャベツ かつおだし 醤油 砂糖 大根 豚ひき肉 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉 青菜 醤油	乾めん 豚ひき肉 人参 玉葱 醤油 砂糖 かつおだし じゃが芋 醤油 砂糖 人参 醤油 砂糖	米 豚ひき肉 玉葱 片栗粉 醤油 砂糖 かつおだし キャベツ 醤油 葱 大豆味噌 かつおだし	米 白身魚 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉 人参 ホールコーン 醤油 玉葱 大豆味噌 かつおだし	米 乾めん 人参 玉葱 醤油 砂糖 かつおだし キャベツ しらす 醤油 なす 醤油 砂糖	米 豆腐 大豆味噌 砂糖 片栗粉 かつおだし 青菜 醤油 葱 塩 醤油 かつおだし	乾めん 豚ひき肉 人参 玉葱 醤油 砂糖 かつおだし 南瓜 醤油 砂糖 キャベツ 醤油	乾めん 青菜 玉葱 醤油 砂糖 かつおだし 白身魚 大豆味噌 砂糖 片栗粉 かつおだし 大根 醤油 砂糖 玉葱 スープ 塩	米 ズッキーニ 豚ひき肉 かつおだし 砂糖 醤油 片栗粉 大根 醤油 砂糖 キャベツ 大豆味噌 かつおだし	米 豆腐 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉 じゃが芋 醤油 砂糖 人参 大豆味噌 かつおだし 人参 醤油 砂糖	米 人参 ツナ缶 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉 胡瓜 青菜 大豆味噌 かつおだし

* 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。