

2025年 4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		14 28	1 15	2 16 30	3 17	4 18	5 19	7 21	8 22	9 23	10 24	11 25	12 26
午前 	主食	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	おかゆ	味噌煮込みうどん
	副食	豆腐とツナの煮物 トマト 味噌汁	つくねの煮物 南瓜の煮物 味噌汁	ミートボールの煮物 人参のスティック煮 味噌汁	つくねのケチャップ煮 胡瓜のスティック煮 スープ	白身魚の煮物 粉ふき芋 味噌汁	じゃが芋のそぼろ煮 キャベツの煮物 味噌汁	人参とツナの煮物 白身魚の照り焼き トマト 味噌汁	じゃが芋のそぼろ煮 いんげんの煮物 味噌汁	つくねの煮物 人参のスティック煮 味噌汁	ソフトオムレツ ブロッコリー 味噌汁	大根とツナの煮物 胡瓜のスティック煮 味噌汁	
	材料	米	米	米	米	米	米	乾めん 豚ひき肉 玉葱 人参 なたね油	米	米	米	米	乾めん 人参 玉葱 青菜 大豆味噌 砂糖 かつおだし
		豆腐	鶏ひき肉	豚ひき肉	鶏ひき肉	白身魚 醤油	じゃが芋 豚ひき肉 醤油	白身魚 醤油	じゃが芋 豚ひき肉 醤油	鶏ひき肉 玉葱 片栗粉 醤油	鶏卵 玉葱 片栗粉 醤油	鶏卵 玉葱 片栗粉 醤油	人参 玉葱 青菜 大豆味噌 砂糖 かつおだし
		ツナ缶	玉葱	玉葱	玉葱	片栗粉	片栗粉	ケチャップ	かつおだし	かつおだし	かつおだし	かつおだし	ミルク 塩 なたね油
		醤油	片栗粉	片栗粉	片栗粉	砂糖	砂糖	砂糖	砂糖	砂糖	砂糖	砂糖	砂糖
		砂糖	醤油	醤油	醤油	かつおだし	かつおだし	かつおだし	かつおだし	かつおだし	かつおだし	かつおだし	かつおだし
		片栗粉	砂糖	砂糖	砂糖	片栗粉	かつおだし	人参	人参	なたね油	なたね油	なたね油	かつおだし
		かつおだし	かつおだし	かつおだし	かつおだし	片栗粉	かつおだし	ツナ缶	ツナ缶	かつおだし	かつおだし	かつおだし	かつおだし
		トマト	南瓜	人参	胡瓜	じゃが芋	キャベツ 醤油	醤油	トマト	さやいんげん 醤油	人参 醤油	ブロッコリー	大根 ツナ缶
万能葱		醤油	醤油	わかめ	青菜	人参	かつおだし	人参	人参	わかめ	わかめ	醤油	
大豆味噌		砂糖	砂糖	葱	大豆味噌	大豆味噌	片栗粉	大豆味噌	大豆味噌	葱	葱	砂糖	
かつおだし	人参	白菜	塩	かつおだし	かつおだし	胡瓜	胡瓜	玉葱	キャベツ	キャベツ	片栗粉		
	大豆味噌	大豆味噌	醤油	スープ			スープ	スープ	大豆味噌	大豆味噌	胡瓜		
	かつおだし	かつおだし					塩						
午後	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	煮込みうどん	おかゆ
	副食	大根のそぼろ煮 人参のスティック煮 味噌汁	豆腐の味噌煮 キャベツとしらすの煮物	白身魚の煮物 ブロッコリー スープ	豚ひき肉と人参の煮物 キャベツの煮物 すまし汁	ミートボールの煮物 胡瓜としらすの煮物	白身魚の味噌煮 南瓜の煮物	豆腐の煮物 キャベツとしらすの煮物 味噌汁	ミートボールの煮物 粉ふき芋 味噌汁	鶏レバーの煮つぶし 南瓜の煮物	白身魚のケチャップ煮 青菜の煮物 スープ	いんげんとツナの煮物 粉ふき芋	白身魚の煮物 ブロッコリー 味噌汁
	材料	米	乾めん 玉葱 人参 かつおだし	米	食パン バター	乾めん 玉葱 人参 かつおだし	乾めん 玉葱 青菜 醤油 砂糖 かつおだし	米	米	乾めん 玉葱 青菜 醤油 砂糖 かつおだし	食パン バター	乾めん 玉葱 人参 醤油 砂糖 かつおだし	米
		大根	かつおだし	白身魚	豚ひき肉	かつおだし	かつおだし	豆腐	豚ひき肉	かつおだし	白身魚	かつおだし	白身魚
		豚ひき肉	醤油	醤油	人参	醤油	醤油	醤油	玉葱	醤油	ケチャップ	砂糖	醤油
		醤油	砂糖	砂糖	醤油	砂糖	砂糖	片栗粉	片栗粉	片栗粉	砂糖	かつおだし	砂糖
		砂糖	砂糖	かつおだし	砂糖	かつおだし	かつおだし	片栗粉	片栗粉	片栗粉	かつおだし	かつおだし	かつおだし
		かつおだし	豆腐	ブロッコリー	片栗粉	豚ひき肉	白身魚	キャベツ	じゃが芋	鶏レバー	片栗粉	さやいんげん	片栗粉
		片栗粉	大豆味噌			玉葱	大豆味噌	しらす	わかめ	醤油	青菜	ツナ缶	ブロッコリー
		人参	砂糖	じゃが芋	キャベツ	片栗粉	片栗粉	醤油	大豆味噌	砂糖	醤油	醤油	人参
醤油		片栗粉	スープ	醤油	醤油	醤油	青菜	かつおだし	片栗粉	玉葱	かつおだし	大豆味噌	
砂糖		かつおだし	塩		胡瓜	南瓜	胡瓜	胡瓜	南瓜	スープ	じゃが芋	かつおだし	
わかめ	キャベツ		青菜			大豆味噌	大豆味噌		塩				
大豆味噌	しらす		塩			かつおだし							
かつおだし	醤油		醤油	醤油	砂糖			砂糖					
給与目標量													
エネルギー304Kcal		353	301	290	323	291	284	322	291	290	301	314	267
タンパク質12.8g		10.4	11.9	12.5	13.3	13.2	11.4	11.9	12.0	11.9	13.5	11.2	11.2

* 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。