

2025年 4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		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	洋風やわらか煮うどん	おかゆ	おかゆ	おかゆ	おかゆ	味噌やわらか煮うどん
	副食	豆腐とツナの煮物 刻みトマト 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 人参の煮物 味噌汁	つくねのケチャップ煮 胡瓜の煮物 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 胡瓜の煮物	白身魚の煮物 刻みトマト 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 人参の煮物 味噌汁	卵黄の粗ぼぐし 刻みブロッコリー 味噌汁	大根とツナのやわらか煮 胡瓜の煮物
	材料	米	米	米	米	米	米	乾めん 豚ひき肉	米	米	米	米	乾めん 人参
		豆腐	鶏ひき肉	豚ひき肉	鶏ひき肉	白身魚	じゃが芋 豚ひき肉	玉葱 人参	白身魚	じゃが芋 豚ひき肉	鶏ひき肉	卵黄	玉葱
		ツナ缶	玉葱	玉葱	玉葱	醤油	醤油	人参	醤油	醤油	玉葱	玉葱	青菜
		醤油	片栗粉	片栗粉	片栗粉	砂糖	醤油	かつおだし	砂糖	砂糖	片栗粉	片栗粉	大豆味噌
		砂糖	醤油	醤油	ケチャップ	かつおだし	砂糖	砂糖	かつおだし	砂糖	醤油	砂糖	砂糖
		片栗粉	砂糖	砂糖	砂糖	片栗粉	かつおだし	ケチャップ	片栗粉	かつおだし	砂糖	砂糖	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
		トマト	南瓜	人参	胡瓜	じゃが芋	キャベツ	人参	トマト	さやいんげん	片栗粉	片栗粉	大根
		万能葱	醤油	醤油	わかめ	青菜	醤油	ツナ缶	人参	醤油	醤油	わかめ	ツナ缶
		大豆味噌	砂糖	砂糖	葱	大豆味噌	人参	醤油	人参	砂糖	砂糖	葱	醤油
		かつおだし	砂糖	砂糖	塩	かつおだし	大豆味噌	かつおだし	かつおだし	かつおだし	片栗粉	かつおだし	かつおだし
			人参	白菜	味噌	スープ	かつおだし	片栗粉		玉葱	キャベツ	かつおだし	片栗粉
			大豆味噌	かつおだし	かつおだし			胡瓜		大豆味噌	かつおだし	かつおだし	胡瓜
午後	主食	おかゆ	やわらか煮うどん	おかゆ	パンがゆ	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	パンがゆ	やわらか煮うどん	おかゆ
	副食	大根のそぼろ煮 人参の煮物 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 刻みブロッコリー 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 刻みブロッコリー 味噌汁
	材料	米	乾めん 玉葱	米	食パン ミルク	乾めん 玉葱	乾めん 玉葱	米	米	乾めん 玉葱	食パン ミルク	乾めん 玉葱	米
		大根	人参	白身魚	豚ひき肉	人参	青菜	豆腐	豚ひき肉	青菜	白身魚	人参	白身魚
		豚ひき肉	かつおだし	醤油	人参	かつおだし	醤油	醤油	玉葱	醤油	ケチャップ	醤油	醤油
		醤油	砂糖	砂糖	醤油	砂糖	砂糖	砂糖	片栗粉	砂糖	砂糖	砂糖	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	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	片栗粉	かつおだし	片栗粉	片栗粉	かつおだし	かつおだし	片栗粉	片栗粉	片栗粉	片栗粉
		片栗粉	豆腐	ブロッコリー	かつおだし	豚ひき肉	白身魚	キャベツ	かつおだし	鶏レバー	さやいんげん	かつおだし	ブロッコリー
		人参	大豆味噌	かつおだし	片栗粉	玉葱	大豆味噌	しらす	じゃが芋	醤油	ツナ缶	醤油	かつおだし
		醤油	片栗粉	片栗粉	キャベツ	片栗粉	砂糖	醤油	わかめ	片栗粉	青菜	砂糖	片栗粉
		砂糖	かつおだし	かつおだし	醤油	砂糖	かつおだし		大豆味噌	かつおだし	玉葱	かつおだし	大豆味噌
		わかめ	キャベツ	じゃが芋	青菜	胡瓜	南瓜	青菜		南瓜	スープ	じゃが芋	人参
		大豆味噌	しらす	スープ	塩	しらす	醤油	大豆味噌		醤油	塩		大豆味噌
		かつおだし	醤油	かつおだし	かつおだし	醤油	砂糖	かつおだし		砂糖			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。