

2025年 8 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		25	12 26	13 27	14 28	1 15 29	2 16 30	4 18	5 19	6 20	7 21	8 22	9 23	
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	うどんのケチャップ炒め	おかゆ	おかゆ	煮込みうどん	
	副食	キャベツのそぼろ煮 南瓜の煮物 味噌汁	つくねの煮物 人参のスティック煮 味噌汁	じゃが芋のそぼろ煮 青菜の煮物 味噌汁	高野豆腐の煮物 トマト 味噌汁	ミートボールの煮物 ブロッコリー 味噌汁	じゃが芋とツナの煮物 胡瓜のスティック煮 味噌汁	つくねの味噌煮 トマト 味噌汁	ソフトオムレツ 人参のスティック煮 味噌汁	キャベツの煮物 ブロッコリー スープ	白身魚の味噌煮 人参のスティック煮 スープ	豆腐のケチャップ煮 トマト 味噌汁	人参とツナの煮物 粉ふき芋	
	材料	米	米	米	米	米	米	米	米	米	乾めん 豚ひき肉 玉葱 人参 なたね油 ケチャップ	米	米	乾めん 豚ひき肉 人参 玉葱 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉
		キャベツ 豚ひき肉 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉	鶏ひき肉 玉葱 片栗粉 醤油 砂糖 かつおだし	じゃが芋 豚ひき肉 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	豚ひき肉 玉葱 片栗粉 醤油 砂糖 かつおだし	じゃが芋 ツナ缶 醤油 砂糖 かつおだし	鶏ひき肉 玉葱 片栗粉 大豆味噌 砂糖 かつおだし	鶏卵 玉葱 人参 ミルク 塩 なたね油	白身魚 大豆味噌 砂糖 かつおだし 片栗粉	豆腐 ケチャップ 砂糖 片栗粉 かつおだし	人参 玉葱 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉		
		南瓜 醤油 砂糖	人参 醤油 砂糖	青菜 醤油	トマト	ブロッコリー	胡瓜	トマト	人参 醤油 砂糖	キャベツ 醤油 ブロッコリー	人参 醤油 砂糖	トマト	人参 ツナ缶	
		人参 大豆味噌 かつおだし	葱 大豆味噌 かつおだし	わかめ 大豆味噌 かつおだし	青菜 人参 大豆味噌 かつおだし	人参 大豆味噌 かつおだし	玉葱 大豆味噌 かつおだし	人参 大豆味噌 かつおだし	じゃが芋 大豆味噌 かつおだし	人参 スープ 塩	冬瓜 スープ 塩	玉葱 大豆味噌 かつおだし 片栗粉	じゃが芋	
午後	主食	パン	煮込みうどん	おかゆ	煮込みうどん	おかゆ	煮込みうどん	おかゆ	焼うどん	おかゆ	パン	煮込みうどん	おかゆ	
	副食	じゃが芋とツナの煮物 ヨーグルト スープ	大根のスティック煮 南瓜の煮物	人参としらすの煮物 キャベツの煮物 味噌汁	ミートボールのケチャップ煮 人参のスティック煮	白身魚の味噌煮 なすの煮物 味噌汁	つくねの煮物 青菜の煮物	人参とツナの煮物 いんげんの煮物 味噌汁	豆腐の煮物 胡瓜のスティック煮 味噌汁	白身魚の煮物 南瓜のマッシュ 味噌汁	ミートボールの煮物 なすの煮物 味噌汁	キャベツとツナの煮物 じゃが芋の煮物 味噌汁	青菜としらすの煮物 南瓜の煮物 味噌汁	
	材料	食パン バター	乾めん 豚ひき肉 人参 玉葱 醤油	米	乾めん 玉葱 人参 かつおだし 醤油	米	乾めん 玉葱 人参 かつおだし 醤油	米	乾めん 豚ひき肉 玉葱 キャベツ なたね油 醤油 塩	米	食パン バター	乾めん 豚ひき肉 人参 玉葱 醤油	米	
		じゃが芋 ツナ缶	醤油	人参 しらす 醤油	白身魚 大豆味噌 砂糖	白身魚 大豆味噌 砂糖	鶏ひき肉 玉葱 片栗粉	人参 ツナ缶 醤油	キャベツ なたね油 醤油 塩	白身魚 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉	豚ひき肉 玉葱 片栗粉 醤油 砂糖 かつおだし	じゃが芋の煮物 味噌汁	青菜 しらす 醤油	
		醤油 砂糖 かつおだし	砂糖 かつおだし	キャベツ 醤油	豚ひき肉 玉葱 片栗粉	なす 醤油	鶏ひき肉 玉葱 片栗粉	かつおだし 片栗粉	豆腐 醤油 砂糖 片栗粉 かつおだし	南瓜 バター	片栗粉 砂糖 かつおだし	キャベツ ツナ缶	南瓜 醤油 砂糖	
		プレーンヨーグルト 砂糖	大根 醤油 砂糖	玉葱 大豆味噌 かつおだし	ケチャップ 砂糖 かつおだし	じゃが芋 大豆味噌 かつおだし	醤油 砂糖 かつおだし	さやいんげん 醤油 砂糖	胡瓜	玉葱 大豆味噌 かつおだし	なす 醤油	醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉	わかめ 大豆味噌 かつおだし	
		玉葱 スープ 塩	南瓜 醤油 砂糖		人参 醤油 砂糖		青菜 醤油	白菜 大豆味噌 かつおだし	大根 大豆味噌 かつおだし		葱 大豆味噌 かつおだし	じゃが芋 醤油 砂糖		
給与目標量														
エネルギー304Kcal		347	299	290	296	291	297	294	354	310	309	333	321	
タンパク質12.8g		11.9	11.0	9.9	11.5	12.8	10.7	10.2	13.1	12.2	13.2	11.2	12.0	

* 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。