

2025年度



離乳食献立表

中宮まぶね保育園



		中・後期	初期			中・後期	初期
1 水	屋 食	おかゆ 米 豚肉のみそ煮 豚もも肉 たまねぎ にんじん キャベツ ピーマン かつお・昆布だし汁 上白糖 みそ ずまし汁 たまねぎ にんじん チンゲンサイ かつお・昆布だし汁 薄口醤油		8 水	屋 食	おかゆ 米 豚肉と野菜の煮物 豚もも肉 じゃがいも たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 上白糖 濃口醤油 みそ汁 木綿豆腐 たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 みそ	
	お や つ	蒸し芋 さつまいも りんご煮 りんご			お や つ	蒸し芋 さつまいも りんご煮 りんご	
2 木	屋 食	おかゆ 米 ホキと野菜の煮物 ホキ たまねぎ にんじん だいこん はくさい かつお・昆布だし汁 上白糖 濃口醤油 みそ汁 木綿豆腐 たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 みそ		9 木	屋 食	おかゆ 米 鮭のケチャップ煮 さけ たまねぎ にんじん キャベツ ホールコーン缶 かつお・昆布だし汁 上白糖 ケチャップ ポテトスープ じゃがいも たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 薄口醤油	
	お や つ	パンケーキ バナナ 小麦粉 ベーキングパウダー 上白糖 調製豆乳 りんご煮 りんご			お や つ	パンケーキ りんご 小麦粉 ベーキングパウダー 上白糖 調製豆乳 りんご煮 りんご	
3 金	屋 食	おかゆ 米 鶏肉のみそ煮 鶏もも肉 だいす たまねぎ にんじん キャベツ かつお・昆布だし汁 上白糖 みそ ずまし汁 さつまいも たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 薄口醤油		10 金	屋 食	おかゆ 米 牛肉のみそ煮 牛もも肉 たまねぎ にんじん ブロッコリー はくさい かつお・昆布だし汁 上白糖 みそ ずまし汁 焼肉 たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 薄口醤油	
	お や つ	じゃがスティック じゃがいも にんじん 片栗粉 濃口醤油 りんご煮 りんご			お や つ	じゃがスティック じゃがいも にんじん 片栗粉 濃口醤油 りんご煮 りんご	
4 土	屋 食	おかゆ 米 鶏肉のケチャップ煮 鶏もも肉 じゃがいも たまねぎ にんじん ホールコーン缶 かつお・昆布だし汁 上白糖 ケチャップ 野菜スープ たまねぎ にんじん キャベツ かつお・昆布だし汁 薄口醤油		11 土	屋 食	おかゆ 米 鶏肉と野菜の煮物 鶏もも肉 たまねぎ にんじん キャベツ かつお・昆布だし汁 上白糖 濃口醤油 みそ汁 木綿豆腐 たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 みそ	
	お や つ	パンケーキ 小麦粉 ベーキングパウダー 上白糖 調製豆乳 りんご煮 りんご			お や つ	パンケーキ 小麦粉 ベーキングパウダー 上白糖 調製豆乳 りんご煮 りんご	
6 月	屋 食	おかゆ 米 鶏肉と野菜の煮物 鶏むね肉 さつまいも たまねぎ にんじん だいこん かつお・昆布だし汁 上白糖 濃口醤油 みそ汁 たまねぎ にんじん ほうれんそう かつお・昆布だし汁 みそ		14 月	屋 食	おかゆ 米 鶏肉の磯煮 鶏もも肉 ひじき じゃがいも たまねぎ にんじん えだまめ かつお・昆布だし汁 上白糖 濃口醤油 みそ汁 たまねぎ にんじん だいこん かつお・昆布だし汁 みそ	
	お や つ	さつまいものおやき さつまいも 小麦粉 調製豆乳 りんご煮 りんご			お や つ	蒸しパン りんご 小麦粉 ベーキングパウダー 上白糖 調製豆乳 りんご煮 りんご	
7 火	屋 食	おかゆ 米 たらのみそ煮 たら じゃがいも たまねぎ にんじん なす かつお・昆布だし汁 上白糖 みそ ずまし汁 木綿豆腐 たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 薄口醤油		15 火	屋 食	おかゆ 米 カレイのケチャップ煮 カラスガレイ じゃがいも たまねぎ にんじん ブロッコリー かつお・昆布だし汁 上白糖 ケチャップ マカロニスープ マカロニ たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 薄口醤油	
	お や つ	蒸しパン りんご 小麦粉 ベーキングパウダー 上白糖 調製豆乳 りんご煮 りんご			お や つ	蒸し芋 さつまいも りんご煮 りんご	



		中・後期	初期			中・後期	初期
16 木	屋 食	おかゆ 米 そばろのみそ煮 豚ひき肉 たまねぎ にんじん もやし チンゲンサイ かつお・昆布だし汁 上白糖 みそ すまし汁 焼ふ たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 薄口醤油		24 金	屋 食	おかゆ 米 牛肉と野菜の煮物 牛もも肉 たまねぎ にんじん なす ビーマン かつお・昆布だし汁 上白糖 濃口醤油 みそ汁 たまねぎ にんじん キャベツ かつお・昆布だし汁 みそ	
	お や つ	パンケーキ バナナ 小麦粉 ベーキングパウダー 上白糖 調製豆乳 りんご煮 りんご			お や つ	じゃがスティック じゃがいも にんじん 片栗粉 濃口醤油 りんご煮 りんご	
17 金	屋 食	おかゆ 米 ホキと野菜の煮物 ホキ たまねぎ にんじん かぼちゃ キャベツ かつお・昆布だし汁 上白糖 濃口醤油 みそ汁 木綿豆腐 たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 みそ		25 土	屋 食	おかゆ 米 豚肉のみそ煮 豚もも肉 たまねぎ にんじん もやし キャベツ かつお・昆布だし汁 上白糖 みそ すまし汁 焼ふ たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 薄口醤油	
	お や つ	じゃがスティック じゃがいも にんじん 片栗粉 濃口醤油 りんご煮 りんご			お や つ	パンケーキ 小麦粉 ベーキングパウダー 上白糖 調製豆乳 りんご煮 りんご	
18 土	屋 食	おかゆ 米 そばろのみそ煮 豚ひき肉 じゃがいも たまねぎ にんじん ホールコーン缶 かつお・昆布だし汁 上白糖 みそ すまし汁 焼ふ たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 薄口醤油		27 月	屋 食	おかゆ 米 豚肉と野菜の煮物 豚もも肉 さつまいも たまねぎ にんじん ビーマン かつお・昆布だし汁 上白糖 濃口醤油 みそ汁 たまねぎ にんじん こまつな かつお・昆布だし汁 みそ	
	お や つ	パンケーキ 小麦粉 ベーキングパウダー 上白糖 調製豆乳 りんご煮 りんご			お や つ	さつまいものおやき さつまいも 小麦粉 調製豆乳 りんご煮 りんご	
20 月	屋 食	おかゆ 米 豚肉のみそ煮 豚肩ロース肉 たまねぎ にんじん もやし ビーマン かつお・昆布だし汁 上白糖 みそ すまし汁 たまねぎ にんじん キャベツ かつお・昆布だし汁 薄口醤油		28 火	屋 食	おかゆ 米 鮭と野菜の煮物 さけ ひじき たまねぎ にんじん はくさい かつお・昆布だし汁 上白糖 濃口醤油 みそ汁 木綿豆腐 たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 みそ	
	お や つ	さつまいものおやき さつまいも 小麦粉 調製豆乳 りんご煮 りんご			お や つ	蒸しパン バナナ 小麦粉 ベーキングパウダー 上白糖 調製豆乳 りんご煮 りんご	
21 火	屋 食	おかゆ 米 たらと野菜の煮物 たら たまねぎ にんじん だいこん ほうれんそう かつお・昆布だし汁 上白糖 濃口醤油 みそ汁 木綿豆腐 たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 みそ		29 水	屋 食	おかゆ 米 カレイのみそ煮 カラスガレイ たまねぎ にんじん もやし かぶ かつお・昆布だし汁 上白糖 みそ すまし汁 焼ふ たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 薄口醤油	
	お や つ	蒸しパン りんご 小麦粉 ベーキングパウダー 上白糖 調製豆乳 りんご煮 りんご			お や つ	蒸し芋 さつまいも りんご煮 りんご	
22 水	屋 食	おかゆ 米 たららのケチャップ煮 たら じゃがいも たまねぎ にんじん ホールコーン缶 かつお・昆布だし汁 上白糖 ケチャップ 野菜スープ たまねぎ にんじん ブロッコリー かつお・昆布だし汁 薄口醤油		30 木	屋 食	おかゆ 米 そばろのケチャップ煮 豚ひき肉 たまねぎ にんじん ブロッコリー ホールコーン缶 かつお・昆布だし汁 上白糖 ケチャップ かぼちゃスープ かぼちゃ たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 調製豆乳 薄口醤油	
	お や つ	蒸し芋 さつまいも りんご煮 りんご			お や つ	パンケーキ かぼちゃ 小麦粉 ベーキングパウダー 上白糖 調製豆乳 りんご煮 りんご	
23 木	屋 食	おかゆ 米 カレイと野菜の煮物 カラスガレイ たまねぎ にんじん はくさい もやし かつお・昆布だし汁 上白糖 濃口醤油 みそ汁 木綿豆腐 たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 みそ		30 金	屋 食	おかゆ 米 豚肉のケチャップ煮 豚ヒレ肉 たまねぎ にんじん もやし かつお・昆布だし汁 上白糖 ケチャップ ポテトスープ じゃがいも たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 薄口醤油	
	お や つ	パンケーキ バナナ 小麦粉 ベーキングパウダー 上白糖 調製豆乳 りんご煮 りんご			お や つ	じゃがスティック じゃがいも にんじん 片栗粉 濃口醤油 りんご煮 りんご	

※食材の納入の都合により献立が変更する場合があります。 ※食べたことのない食材は、当日までに必ずご家庭で試してみてください。

