

日	曜	全 児		材料名	お や つ		
		主 食	副 食		10時(未満児)	3時(全児)	
1	月	ご飯	豚肉の生姜焼き,ポイル野菜,納豆 わかめとえのきの味噌汁	豚肉-かたロース,たまねぎ,サラダ油,こいくちしょうゆ,上白糖,本みりん, しょうが,きゃべつ,にんじん,もやし,納豆,カットわかめ,えのきたけ,こねぎ, 煮干,麦みそ	牛乳 ビスケット	ミルク いりこ せんべい	
2	火	ご飯	魚のクラッカーフライ,コーンサラダ コンソメスープ,バナナ	白身魚,食塩,薄力粉,鶏卵,ソーダクラッカー,サラダ油,とうもろこし,きゅう り,にんじん,きゃべつ,マヨネーズ,たまねぎ,コンソメ,パセリ,水,バナナ	牛乳 クッキー	牛乳 ★ヨーグルトパン	
3	水	ご飯	炒り豆腐,ポイルウインナー,納豆 かぼちゃの味噌汁	豚ひき肉,木綿豆腐,鶏卵,揚げかまぼこ,にんじん,たまねぎ,乾しいたけ,こね ぎ,サラダ油,上白糖,うすくちしょうゆ,ウインナー,納豆,日本かぼちゃ,カッ トわかめ,煮干,麦みそ	牛乳 キウイ	ミルク ビスケット	
4	木	ご飯	オクラたっぷりドライカレー 野菜サラダ,すいか	オクラ,にんにく,しょうが,たまねぎ,トマト,豚ひき肉,バター,オリーブ油,カ レールウ,食塩,きゃべつ,にんじん,きゅうり,ロースハム,和風ドレッシング, すいか	牛乳 クラッカー	牛乳 ★ホットケーキ	
5	金	ご飯	照焼魚,きゅうりとわかめの酢物 麩としめじの味噌汁	照焼用切り身魚,こいくちしょうゆ,合成清酒,上白糖,本みりん,きゅうり, カットわかめ,すりごま,酢,うすくちしょうゆ,ぶなしめじ,焼心,こねぎ,麦 みそ,煮干,水	牛乳 バナナ	牛乳 ★わらび餅	
6	土	ゆかり ごはん	冷やしそうめん,南瓜の天ぷら バナナ	そうめん,鶏卵,サラダ油,こねぎ,きゅうり,焼き抜きかまぼこ,かつお節,うす くちしょうゆ,食塩,西洋かぼちゃ,薄力粉,ベーキングパウダー,バナナ	牛乳 丸ポーロ	牛乳 スナック	
8	月	ご飯	大豆の五色煮,ごぼうサラダ なすの味噌汁	だいず(ゆで),豚肉-かたロース,にんじん,ごぼう,さやいんげん,揚げかまぼこ,ま ごんぶ,上白糖,うす くちしょうゆ,サラダ油,青ピーマン,とうもろこし,シーチキン,マヨネーズ, こいくちしょうゆ,食塩,こ ま,なす,たまねぎ,こねぎ,カットわかめ,煮干,麦みそ	牛乳 クッキー	牛乳 ★ブルーベリーチョコ ケーキ	
9	火	ご飯	魚のムニエル(カレー風味) きゅうりもみ,湯むきトマト,納豆 小松菜のスープ,バナナ	白身魚,薄力粉,カレー粉,食塩,バター,きゅうり,トマト,納豆,たまねぎ,こま つな,油揚げ,こねぎ,鳥がらだし,ごま油,水,バナナ	牛乳 クラッカー	ミルク ビスケット	
10	水	食パン	ナポリタン,シャキシャキサラダ かぼちゃのミルク煮スープ	スパゲティ,オリーブ油,たまねぎ,にんじん,青ピーマン,ベーコン,リフト油, トマトケチャップ,シーチキン,乾燥わかめ,もやし,レタス,きゅうり,こいく ちしょうゆ,上白糖,酢,かぼちゃ,バター,水,普通牛乳,クリーム(乳脂肪),パ ナナ	牛乳 バナナ	お茶 ★おにぎり	
11	木	ご飯	親子丼,オクラのごま和え,厚揚げの味噌汁	鶏卵,乾しいたけ,鶏肉-もも,たまねぎ,小板,さやいんげん,こいくちしょうゆ, 上白糖,本みりん,オクラ,いりごま,厚揚げ,こねぎ,乾燥わかめ,麦みそ,煮干,水	牛乳 ビスケット	牛乳 ★ちんすこう	
12	金	ご飯	鮭のフライ,ひじきの白和え,納豆 すまし汁(みつば・小板),すいか	鮭,食塩,薄力粉,鶏卵,パン粉,サラダ油,干しひじき,木綿豆腐,ほうれんそう, にんじん,ごま,上白糖,麦みそ,うすくちしょうゆ,納豆,小板,みつば,カットわか め,乾しいたけ,かつお節,すいか	牛乳 キウイ	ミルク ヨーグルト サブシ	
13	土	ご飯	肉じゃが,豆腐の味噌汁,ゴールドキウイ	牛肉-かたロース(和牛),じゃがいも,さやいんげん,にんじん,たまねぎ,し らたき,サラダ油,上白糖,本みりん,うすくちしょうゆ,こいくちしょうゆ,木 綿豆腐,カットわかめ,こねぎ,麦みそ,煮干,水,キウイフルーツ	牛乳 ウエハース	牛乳 スナック	
15	月	海 の 日					
16	火	ご飯	豆腐とひじきのお好みバーグ 野菜のごま酢和え はす芋とうす揚げの味噌汁	しほり豆腐,鶏ひき肉,にんじん,たまねぎ,えのきたけ,とうもろこし(冷凍),干しひじき,かたくり粉, うすくちしょうゆ,トマトケチャップ,ウスターソース,固形コンソメ,本みりん,上白糖,水,きゃべつ, きゅうり,ごま,酢,はす芋,油揚げ,こねぎ,カットわかめ,麦みそ	牛乳 ビスケット	牛乳 ★オレンジゼリー	
17	水	ご飯	肉うどん,かきあげ,納豆,ゴールドキウイ	うどん,牛肉-かたロース(和牛),もやし,たまねぎ,にんじん,こねぎ,かつお 節,サラダ油,上白糖,うすくちしょうゆ,食塩,日本かぼちゃ,むきえび,青ピー マン,そぎごぼう,鶏卵,薄力粉,納豆,キウイフルーツ	牛乳 バナナ	牛乳 ★きなこのラスク	
18	木	ご飯	夏野菜のカレー味煮込み かみかみあえ,バナナ	牛ひき肉,ベーコン,たまねぎ,にんじん,西洋かぼちゃ,なす,青ピーマン,トマト,にんにく,しょうが,サ ラダ油,水,固形コンソメ,トマトケチャップ,ウスターソース,カレールウ,ロースハム,さきいか,たいこん, きゅうり,ごま,こいくちしょうゆ,ごま油,酢,上白糖,バナナ	牛乳 クッキー	ミルク せんべい	
19	金	ご飯	角煮丼,きゅうりとわかめの酢物,かき玉 汁	豚肉-ばら,かたくり粉,チンゲンサイ,鶏卵,根深ねぎ,しょうが,こいくちし ょうゆ,本みりん,上白糖,きゅうり,カットわかめ,すりごま,酢,うすくちし ょうゆ,たまねぎ,こねぎ,かつお節,食塩	牛乳 キウイ	牛乳 ★マシュマロプレート	
20	土	ご飯	筑前煮,うす揚げの味噌汁,すいか	鶏肉-もも,ごぼう,たけのこ(水煮),にんじん,さやえんどう,さといも,乾し いたけ,サラダ油,上白糖,うすくちしょうゆ,なす,油揚げ,こねぎ,麦みそ,煮 干,すいか	牛乳 サブシ	牛乳 スナック	
22	月	ご飯	鶏ももの煮物,春雨サラダ,納豆,すまし汁	鶏肉-もも,サラダ油,こいくちしょうゆ,上白糖,本みりん,緑豆はるさめ,き ゅうり,とうもろこし(冷凍),マヨネーズ,食塩,納豆,乾しいたけ,こねぎ,カッ トわかめ,かつお節,うすくちしょうゆ	牛乳 クラッカー	ミルク ヨーグルト クッキー	
23	火	ご飯	魚のフライ,ひじきと野菜のごま酢和え 豆腐の味噌汁,バナナ	まだい,食塩,薄力粉,鶏卵,パン粉,サラダ油,干しひじき,れんこん,にんじん, オクラ,はくさい,切り干しだいこん,さきいか,ねりごま,上白糖,うすくちし ょうゆ,酢,いりごま,木綿豆腐,カットわかめ,こねぎ,麦みそ,煮干,水,バナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 ★蒸しパン	
24	水	プチパ ン	シチュー,ツナサラダ,すいか	じゃがいも,にんじん,たまねぎ,グリーンピース,豚肉-かたロース,サラダ油, 脱脂乳,薄力粉,バター,食塩,コンソメ,水,シーチキン,きゅうり,きゃべつ,マヨ ネーズ,すいか	牛乳 キウイ	お茶 ★おにぎり	
25	木	ご飯	焼そば,おくらのおかか和え,納豆 わかめスープ	中華めん,豚肉-かたロース,揚げかまぼこ,小板,にんじん,たまねぎ,もやし, きゃべつ,こねぎ,焼きそばソース,サラダ油,オクラ,かつお節,こいくちし ょうゆ,上白糖,納豆,乾燥わかめ,鳥がらだし,食塩,水	牛乳 バナナ	牛乳 ★はちみつケーキ	
26	金	枝豆じゃ ごはん	鶏の唐揚げ,マカロニサラダ,湯むきトマ トちんげん菜の卵スープ,すいか	鶏肉-もも,しょうが,上白糖,こいくちしょうゆ,かたくり粉,サラダ油,マカロ ニ,ロースハム,きゅうり,にんじん,食塩,マヨネーズ,トマト,たまねぎ,チンゲ ンサイ,鳥がらだし,鶏卵,すいか	牛乳 ウエハース	シャーベット	
27	土	ご飯	卵うどん,きんぴらごぼう,バナナ	うどん,鶏卵,小板,はくさい,乾燥わかめ,こねぎ,かつお節,食塩,うすくちし ょうゆ,水,牛肉-かたロース(和牛),そぎごぼう,にんじん,さやいんげん,サ ラダ油,上白糖,本みりん,こいくちしょうゆ,バナナ	牛乳 丸ポーロ	牛乳 スナック	
29	月	ご飯	あんかけ丼,ほうれんそうのごま和え わかめと麩の味噌汁	たまねぎ,にんじん,緑豆はるさめ,豚ひき肉,サラダ油,かつお・昆布だし,上 白糖,こいくちしょうゆ,かたくり粉,ほうれんそう,もやし,ごま,乾燥わかめ, 焼心,こねぎ,米みそ,煮干,水	牛乳 ビスケット	牛乳 ★フルーツヨーグルト	
30	火	ご飯	鮭の塩焼き,きゅうりとわかめの酢物,納 豆じゃがいもの味噌汁,バナナ	鮭,食塩,きゅうり,カットわかめ,すりごま,酢,上白糖,うすくちしょうゆ,納豆, じゃがいも,たまねぎ,にんじん,こねぎ,麦みそ,煮干,バナナ	牛乳 クラッカー	ミルク かみかみ昆布 ビスケット	
31	水	ご飯	もやしと豚肉のにぎり揚げ 切り干し大根のサラダ,なすの味噌汁	もやし,豚ひき肉,しょうが,合成清酒,こいくちしょうゆ,かたくり粉,食塩,サ ラダ油,切り干しだいこん,ロースハム,鶏卵,にんじん,きゅうり,酢,上白糖,う すくちしょうゆ,ごま油,なす,たまねぎ,こねぎ,カットわかめ,煮干,麦みそ	牛乳 キウイ	牛乳 ★南瓜のスコーン	

★手作りおやつ

給食日数	26 日			
平均栄養価	エネルギーKcal	たん白質g	脂肪g	食塩相当量g
3歳以上児	521.9	19.3	18.1	1.7
3歳未満児	477.7	18	17.5	1.4

※3歳以上児・3歳未満児：主食・副食・おやつ

令和6年7月

離乳食献立予定表

結宅こども園

日	曜	初期	中期	後期	日	曜	初期	中期	後期
1	月	おかゆ 人参のペースト キャベツのペースト	おかゆ(納豆) ささみ、人参、キャベツの 煮物 麩の味噌汁	軟飯(納豆) ささみのソテー 人参、キャベツの煮物 麩の味噌汁	17	水	おかゆ さつまいものペースト ブロッコリーのペースト	おかゆ(納豆) うどんの柔らか煮(ささみ、 人参) さつまいもの煮物	軟飯(納豆) うどんの柔らか煮(ささみ、 人参) さつまいもの煮物 キウイ
2	火	おかゆ じゃが芋のペースト ブロッコリーのペースト	おかゆ 白身魚、じゃが芋、ブロッ コリーの煮物 玉ねぎのスープ	軟飯 白身魚のムニエル じゃが芋、ブロッコリーの煮 物 玉ねぎのスープ	18	木	おかゆ じゃが芋のペースト 人参のペースト	おかゆ ささみ、じゃが芋、人参の 煮物 麩の味噌汁	軟飯 ささみのソテー じゃが芋、人参の煮物 麩の味噌汁 バナナ
3	水	おかゆ 人参のペースト 南瓜のペースト	おかゆ(納豆) ささみ、人参、南瓜の煮物 豆腐の味噌汁	軟飯(納豆) ささみのソテー 人参、南瓜の煮物 豆腐の味噌汁	19	金	おかゆ ほうれん草のペースト 南瓜のペースト	おかゆ 豆腐、ほうれん草、南瓜の 煮物 玉ねぎのスープ	軟飯 豆腐、ほうれん草と南瓜の 煮物 玉ねぎのスープ
4	木	おかゆ トマトのペースト じゃが芋のペースト	おかゆ 豆腐、トマト、じゃが芋の 煮物 キャベツの味噌汁	軟飯 豆腐、トマト、じゃが芋の 煮物 キャベツの味噌汁 すいか	20	土	おかゆ 人参のペースト ブロッコリーのペースト	おかゆ ささみ、人参、ブロッコリー の煮物 豆腐のすまし汁	軟飯 ささみのソテー 人参、ブロッコリーの煮物 豆腐のすまし汁 すいか
5	金	おかゆ ブロッコリーのペースト 人参のペースト	おかゆ 白身魚、ブロッコリー、人 参の煮物 麩の味噌汁	軟飯 白身魚のムニエル ブロッコリー、人参の煮物 麩の味噌汁	22	月	おかゆ 南瓜のペースト 人参のペースト	おかゆ(納豆) ささみ、南瓜、人参の煮物 麩のすまし汁	軟飯(納豆) ささみのソテー 南瓜、人参の煮物 麩のすまし汁
6	土	おかゆ 南瓜のペースト じゃが芋のペースト	おかゆ うどんの柔らか煮(ささみ、 人参) 南瓜の煮物	軟飯 うどんの柔らか煮(ささみ、 人参) 南瓜の煮物 バナナ	23	火	おかゆ じゃが芋のペースト ほうれん草のペースト	おかゆ 白身魚、じゃが芋、ほうれ ん草の煮物 豆腐の味噌汁	軟飯 白身魚のムニエル じゃが芋、ほうれん草の煮物 豆腐の味噌汁 バナナ
8	月	おかゆ ほうれん草のペースト 人参のペースト	おかゆ 豆腐、ほうれん草、人参の 煮物 なすの味噌汁	軟飯 豆腐、ほうれん草、人参の 煮物 なすの味噌汁	24	水	おかゆ 南瓜のペースト 人参のペースト	おかゆ ささみ、南瓜、人参の煮物 玉ねぎのスープ	軟飯 ささみのソテー 南瓜、人参の煮物 玉ねぎのスープ すいか
9	火	おかゆ トマトのペースト 人参のペースト	おかゆ(納豆) 白身魚、トマト、人参の煮 物 小松菜のスープ バナナ	軟飯(納豆) 白身魚、トマト、人参の煮 物 小松菜のスープ バナナ	25	木	おかゆ キャベツのペースト さつまいものペースト	おかゆ(納豆) うどんの柔らか煮(ささみ、 人参) さつまいもの煮物	軟飯(納豆) うどんの柔らか煮(ささみ、 人参) さつまいもの煮物
10	水	おかゆ ブロッコリーのペースト 南瓜のペースト	おかゆ うどんの柔らか煮(ささみ、 人参) 南瓜の煮物	軟飯 うどんの柔らか煮(ささみ、 人参) 南瓜の煮物	26	金	おかゆ トマトのペースト じゃが芋のペースト	おかゆ ささみ、トマト、じゃが芋の 煮物 チンゲン菜のスープ	軟飯 ささみのソテー トマト、じゃが芋の煮物 チンゲン菜のスープ すいか
11	木	おかゆ 人参のペースト さつまいものペースト	おかゆ ささみ、人参、さつまいもの 煮物 豆腐の味噌汁	軟飯 ささみのソテー 人参、さつまいもの煮物 豆腐の味噌汁	27	土	おかゆ 南瓜のペースト ブロッコリーのペースト	おかゆ うどんの柔らか煮(ささみ、 人参) 南瓜の煮物	軟飯 うどんの柔らか煮(ささみ、 人参) 南瓜の煮物 バナナ
12	金	おかゆ 南瓜のペースト 人参のペースト	おかゆ(納豆) 白身魚、人参、南瓜の煮 物 麩のすまし汁	軟飯(納豆) 白身魚のムニエル 人参、南瓜の煮物 麩のすまし汁 すいか	29	月	おかゆ ほうれん草のペースト 人参のペースト	おかゆ ささみ、ほうれん草、人参 の煮物 麩の味噌汁	軟飯 ささみのソテー ほうれん草、人参の和え 物 麩の味噌汁
13	土	おかゆ じゃが芋のペースト ブロッコリーのペースト	おかゆ ささみ、じゃが芋、ブロッ コリーの煮物 豆腐の味噌汁	軟飯 ささみのソテー じゃが芋、ブロッコリーの煮 物 豆腐の味噌汁 キウイ	30	火	おかゆ ブロッコリーのペースト 人参のペースト	おかゆ(納豆) 白身魚、ブロッコリー、人 参の煮物 じゃが芋の味噌汁	軟飯(納豆) 白身魚のムニエル ブロッコリー、人参の煮物 じゃが芋の味噌汁 バナナ
15	月	<b>海の日</b>			31	水	おかゆ さつまいものペースト 南瓜のペースト	おかゆ ささみ、さつまいも、南瓜の 煮物 なすの味噌汁	軟飯 ささみのソテー さつまいも、南瓜の煮物 なすの味噌汁
16	火	おかゆ 南瓜のペースト 人参のペースト	おかゆ 豆腐、南瓜、人参の煮物 キャベツの味噌汁	軟飯 豆腐、南瓜、人参の煮物 キャベツの味噌汁					