

日	曜	全 児		材料名	お や つ	
		主 食	副 食		10時(未満児)	3時(全児)
1	土	ご飯	大豆の五色煮 うす揚げときのこの味噌汁 バナナ	だいす(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,まこんぶ,上白糖,うすくちしょうゆ,サラダ油,えのきたけ,木綿豆腐,油揚げ,カットわかめ,こねぎ,麦みそ,煮干,水,バナナ	牛乳 丸ポーロ	牛乳 スナック
3	月	ちらし寿司	鶏の唐揚げ,きゅうりとわかめの酢物 すまし汁(みつば・小板)	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,きゅうり,カットわかめ,すりごま,酢,うすくちしょうゆ,小板,切りみつば,乾しいたけ,かつお節,食塩	牛乳 ウエハース	白桃カルピス カステラ
4	火	ご飯	鮭の西京焼き,ほうれんそうのごま和え わかめ卵スープ	鮭,米みそ(甘みそ),合成清酒,本みりん,ほうれんそう,もやし,にんじん,ごま,上白糖,こいくちしょうゆ,カットわかめ,こねぎ,たまねぎ,鶏卵,固形コンソメ,食塩,水	牛乳 ビスケット	牛乳 ★チョコチップバナナ ケーキ
5	水	ご飯	焼そば,ツナサラダ,納豆 豆腐の味噌汁	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,シーチキン,きゅうり,マヨネーズ,納豆,木綿豆腐,カットわかめ,麦みそ,煮干,水	牛乳 いちご	牛乳 ★オレンジゼリー
6	木	ご飯	ハヤシライス,かみかみあえ,ネーブル	牛肉-もも(和牛),にんにく,たまねぎ,にんじん,じゃがいも,バター,トマト(缶詰・ホール),トマトケチャップ,ウスターソース,ロースハム,さきいか,だいこん,きゅうり,ごま,こいくちしょうゆ,ごま油,酢,上白糖,ネーブル	牛乳 クラッカー	ミルク ヨーグルト クッキー
7	金	ご飯	栄養きんぴら,湯むきトマト,納豆 わかめと麩の味噌汁	豚肉-かたロース,揚げかまぼこ,そぎごぼう,にんじん,さやいんげん,油揚げ,しらたき,サラダ油,上白糖,本みりん,こいくちしょうゆ,トマト,納豆,乾燥わかめ,焼豆,こねぎ,米みそ,煮干,水	牛乳 バナナ	牛乳 ★ちんすこう
8	土	卒園を祝う会(お弁当)			お茶 ウエハース	お茶 クッキー
10	月	ご飯	豆腐ハンバーグ,コーンサラダ,納豆 コンソメスープ	木綿豆腐,干しひじき,豚ひき肉,たまねぎ,鶏卵,サラダ油,パン粉,こいくちしょうゆ,食塩,かつおだし,上白糖,かたくり粉,とうもろこし,きゅうり,にんじん,きゃべつ,マヨネーズ,納豆,コンソメ,パセリ,水	牛乳 クラッカー	牛乳 ★フルーツヨーグルト
11	火	ご飯	鶏ももの煮物,野菜のごま酢和え 厚揚げの味噌汁,キウイ	鶏肉-もも,サラダ油,こいくちしょうゆ,上白糖,本みりん,きゃべつ,きゅうり,にんじん,ごま,酢,うすくちしょうゆ,厚揚げ,たまねぎ,こねぎ,乾燥わかめ,麦みそ,煮干,水,キウイ	牛乳 クッキー	ミルク 食べるいりこ ビスケット
12	水	食パン	ミートソーススパゲティ 野菜たっぷりサラダ コーンクリームスープ	スパゲティ,あいびき肉,パルメザンチーズ,にんじん,たまねぎ,グリーンピース,トマトケチャップ,脱脂乳,食塩,固形コンソメ,サラダ油,青ピーマン,きゃべつ,とうもろこし,マヨネーズ,こいくちしょうゆ,いりごま,とうもろこし(クリームスタイル),普通牛乳,クリーム,パセリ	牛乳 バナナ	お茶 ★おにぎり
13	木	ご飯	チキンカレー,野菜サラダ,バナナ	鶏肉-もも,じゃがいも,たまねぎ,にんじん,グリーンピース,プロセスチーズ,脱脂乳,カレールウ,サラダ油,きゃべつ,きゅうり,ロースハム,和風ドレッシング,バナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 ★豆乳と南瓜の蒸しパン
14	金	ご飯	魚の磯辺フライ,ポテトサラダ,納豆 かき玉汁	白身魚,食塩,薄力粉,鶏卵,あおのり,パン粉,サラダ油,じゃがいも,きゅうり,にんじん,マヨネーズ,納豆,焼豆,こねぎ,かつお節,うすくちしょうゆ,水	牛乳 キウイ	ミルク せんべい
15	土	ゆかり ごはん	たぬきうどん,切り干し大根の煮物 ネーブル	うどん,小板,天かす,とろろこんぶ,こねぎ,かつお節,うすくちしょうゆ,本みりん,食塩,切り干しだいこん,にんじん,丸天,豚肉-かた,上白糖,こいくちしょうゆ,ネーブル	牛乳 ウエハース	牛乳 スナック
17	月	ご飯	あんかけ丼,ツナと大豆のサラダ えのきの味噌汁	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,シーチキン,きゅうり,だいす(ゆで),ごま,マヨネーズ,えのきたけ,カットわかめ,こねぎ,麦みそ,煮干	牛乳 ビスケット	お茶 揚げかまぼこ
18	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 コンソメスープ,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,にんじん,たまねぎ,固形コンソメ,パセリ,水,バナナ	牛乳, クラッカー	牛乳 ★納豆入り揚げぎょうざ
19	水	ご飯	皿うどん,納豆味噌 ちんげん菜の卵スープ	皿うどんめん,豚肉-かたロース,むきえび,はんぺん,にんじん,もやし,きゃべつ,たまねぎ,とうもろこし(冷凍),きくらげ,上白糖,中華だし,かたくり粉,水,サラダ油,食塩,挽きわり納豆,豚ひき肉,おろししょうが,米みそ(赤色辛みそ),三温糖,チンゲンサイ,鳥がらだし,鶏卵	牛乳 ネーブル	牛乳 ★丸ぼうろ
20	木	春分の日				
21	金	ひじき ご飯	ハンバーグ,スパゲティサラダ 湯むきトマト,豆腐の味噌汁,バナナ	あいびき肉,たまねぎ,パン粉,牛乳,鶏卵,食塩,サラダ油,トマトケチャップ,みりん,風調味料,スパゲティ,ロースハム,きゅうり,とうもろこし(冷凍),和風ドレッシング,トマト,木綿豆腐,カットわかめ,こねぎ,麦みそ,煮干,水,バナナ	牛乳 ウエハース	ミルク ロールちゃん
22	土	ご飯	肉じゃが,うす揚げの味噌汁,いちご	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,油揚げ,カットわかめ,こねぎ,麦みそ,煮干,いちご	牛乳 サブレ	牛乳 スナック
24	月	ご飯	豆腐の真砂揚げ きゅうりとわかめの酢物 えのきの味噌汁	しぼり豆腐,たら(すり身),鶏ひき肉,しらす干し,にんじん,パセリ,鶏卵,かたくり粉,食塩,うすくちしょうゆ,サラダ油,きゅうり,カットわかめ,すりごま,酢,上白糖,えのきたけ,たまねぎ,こねぎ,麦みそ,煮干	牛乳 丸ポーロ	牛乳 ★メロンラスク
25	火	ご飯	魚のアーモンドフライ 野菜ののり酢和え,納豆 うす揚げの味噌汁,バナナ	白身魚,食塩,薄力粉,鶏卵,パン粉,アーモンド,サラダ油,きゅうり,にんじん,もやし,もみのり,うすくちしょうゆ,酢,上白糖,納豆,かぼちゃ,油揚げ,カットわかめ,こねぎ,麦みそ,煮干,バナナ	牛乳 クッキー	★お楽しみ
26	水	パン	マカロニグラタン,きゅうりもみ 湯むきトマト,コンソメスープ	マカロニ,鶏肉-もも,にんじん,マッシュルーム(缶詰),たまねぎ,バター(無塩),薄力粉,牛乳,固形コンソメ,プロセスチーズ,パセリ(乾),きゅうり,食塩,トマト,きゃべつ,パセリ,水	牛乳 バナナ	お茶 ★おにぎり
27	木	ご飯	鶏手羽山賊焼き 野菜と竹輪のごま和え 納豆,かき玉汁	にんにく,しょうが,こいくちしょうゆ,鶏肉-もも,きゃべつ,にんじん,もやし,焼き竹輪,ごま,上白糖,納豆,鶏卵,たまねぎ,こねぎ,カットわかめ,かつお節,うすくちしょうゆ,食塩,まこんぶ	牛乳 ビスケット	牛乳 ★さつま芋の天ぷら
28	金	バイキング			牛乳 キウイ	ミルク せんべい
29	土	ご飯	じゃが芋とベーコンの煮込み きゃべつの味噌汁,キウイ	じゃがいも,ベーコン,豚肉-かたロース,たまねぎ,にんじん,さやいんげん,サラダ油,うすくちしょうゆ,上白糖,きゃべつ,カットわかめ,こねぎ,麦みそ,煮干,キウイ	牛乳 ビスケット	牛乳 スナック
31	月	ご飯	きつねうどん,ひじきの炒め煮,バナナ	うどん,油揚げ,小板,こねぎ,かつお節,うすくちしょうゆ,食塩,本みりん,干しひじき,揚げかまぼこ,にんじん,豚肉-かた,いんげんまめ,サラダ油,上白糖,こいくちしょうゆ,バナナ	牛乳 ウエハース	牛乳 ★ドーナツ

★手作りおやつ

給食日数	25 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	479	17.9	16.2	1.6
3歳未満児	448.2	16.9	15.8	1.3

※3歳以上児・3歳未満児：主食・副食・おやつ

食育の日

誕生会

令和7年3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	土	おかゆ 人参のペースト じゃが芋のペースト	おかゆ ささみ、人参、じゃが芋の 煮物 玉ねぎの味噌汁	軟飯 ささみのソテー 人参、じゃが芋の煮物 玉ねぎの味噌汁 バナナ	17	月	おかゆ 人参のペースト じゃが芋のペースト	おかゆ 豆腐、人参、じゃが芋の煮 物 玉ねぎの味噌汁	軟飯 豆腐、人参、じゃが芋の煮 物 玉ねぎの味噌汁
3	月	おかゆ ブロッコリーのペースト 南瓜のペースト	おかゆ ささみ、ブロッコリー、南瓜 の煮物 麩のすまし汁	軟飯 ささみのソテー ブロッコリー、南瓜の煮物 麩のすまし汁	18	火	おかゆ ほうれん草のペースト 南瓜のペースト	おかゆ 白身魚、ほうれん草、南瓜 の煮物 麩の味噌汁	軟飯 白身魚のムニエル ほうれん草、人参の煮物 麩の味噌汁 バナナ
4	火	おかゆ ほうれん草のペースト 人参のペースト	おかゆ 白身魚、ほうれん草、人参 の煮物 豆腐の味噌汁	軟飯 白身魚のソテー ほうれん草、人参の和え 物 豆腐の味噌汁	19	水	おかゆ 人参のペースト ブロッコリーのペースト	おかゆ(納豆) 豆腐、人参、ブロッコリー の煮物 チンゲン菜のスープ	軟飯(納豆) 豆腐、人参とブロッコリー の煮物 チンゲン菜のスープ
5	水	おかゆ キャベツのペースト さつま芋のペースト	おかゆ うどんの柔らかか煮(ささみ、 キャベツ) さつま芋の煮物	軟飯 うどんの柔らかか煮(ささみ、 キャベツ) さつま芋の煮物	20	木	春 分 の 日		
6	木	おかゆ じゃが芋のペースト 人参のペースト	おかゆ 豆腐、大根、人参の煮物 じゃが芋の味噌汁	軟飯 豆腐、大根、人参の煮物 じゃが芋の味噌汁 ネーブル	21	金	おかゆ 南瓜のペースト トマトのペースト	おかゆ ささみ、南瓜、トマトの煮物 ほうれん草の味噌汁	軟飯 ささみのソテー 南瓜、トマトの煮物 ほうれん草の味噌汁
7	金	おかゆ ほうれん草のペースト トマトのペースト	おかゆ(納豆) ささみ、ほうれん草、トマ トの煮物 麩の味噌汁	軟飯(納豆) ささみのソテー ほうれん草、トマトの煮物 麩の味噌汁	22	土	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 麩のすまし汁	軟飯 ささみのソテー じゃが芋、人参の煮物 麩のすまし汁 いちご
8	土	卒園を祝う会(お弁当)			24	月	おかゆ 人参のペースト ブロッコリーのペースト	おかゆ 豆腐、人参、ブロッコリー の煮物 玉ねぎの味噌汁	軟飯 豆腐、人参、ブロッコリー の煮物 玉ねぎの味噌汁
10	月	おかゆ ブロッコリーのペースト 人参のペースト	おかゆ 豆腐、ブロッコリー、人参 の煮物 玉ねぎのスープ	軟飯 豆腐、ブロッコリー、人参 の煮物 玉ねぎのスープ	25	火	おかゆ 南瓜のペースト さつま芋のペースト	おかゆ 白身魚、南瓜、さつま芋の 煮物 大根の味噌汁	軟飯 白身魚のムニエル 南瓜、さつま芋の煮物 大根の味噌汁 バナナ
11	火	おかゆ キャベツのペースト さつま芋のペースト	おかゆ ささみ、キャベツ、さつま芋 の煮物 ほうれん草の味噌汁	軟飯 ささみのソテー キャベツ、さつま芋の煮物 ほうれん草の味噌汁 キウイ	26	水	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 玉ねぎのスープ	軟飯 ささみのソテー トマト、じゃが芋の煮物 玉ねぎのスープ
12	水	おかゆ 人参のペースト じゃが芋のペースト	おかゆ ささみ、人参、じゃが芋の 煮物 麩の味噌汁	軟飯 ささみ、人参、じゃが芋の 煮物 麩の味噌汁	27	木	おかゆ 南瓜のペースト 人参のペースト	おかゆ(納豆) 豆腐、南瓜、人参の煮物 ほうれん草の味噌汁	軟飯(納豆) 豆腐、南瓜、人参の煮物 ほうれん草の味噌汁
13	木	おかゆ 南瓜のペースト ブロッコリーのペースト	おかゆ 豆腐、南瓜、ブロッコリー の煮物 じゃが芋の味噌汁	軟飯 豆腐、南瓜、ブロッコリー の煮物 じゃが芋の味噌汁	28	金	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 麩のすまし汁	軟飯 ささみのソテー 人参、ブロッコリーの煮物 麩のすまし汁
14	金	おかゆ キャベツのペースト 人参のペースト	おかゆ(納豆) 白身魚、キャベツ、人参の 煮物 豆腐の味噌汁	軟飯(納豆) 白身魚のムニエル キャベツ、人参の和え物 豆腐の味噌汁	29	土	おかゆ ブロッコリーのペースト じゃが芋のペースト	おかゆ ささみ、ブロッコリー、じゃ が芋の煮物 キャベツの味噌汁	軟飯 ささみ、ブロッコリー、じゃ が芋の煮物 キャベツの味噌汁 キウイ
15	土	おかゆ 人参のペースト 南瓜のペースト	おかゆ うどんの柔らかか煮(ささ み、人参) 南瓜の煮物	軟飯 うどんの柔らかか煮(ささみ、 人参) 南瓜の煮物 ネーブル	31	月	おかゆ 人参のペースト さつま芋のペースト	おかゆ うどんの柔らかか煮(ささみ、 人参) さつま芋の煮物	軟飯 うどんの柔らかか煮(ささみ、 人参) さつま芋の煮物 バナナ