

給食予定献立表 2025年4月

明の守しんどう学園  
離乳食(中期) (A)

※ 中期食は、食材をみじんぎりサイズにカットしています。  
 ※ 材料の都合で献立を変更することがあります。  
 ※ 食べたことのない食材は、アレルギーの心配があるので必ず給食までに試してください。

献立種類	1日平均				
栄養素	170kcal	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩
平均栄養価	108 kcal	4.5 g	0.9 g	22.2 g	0.3 g

日	曜日	時間	献立名	ざいりょう				おやつ		
				赤◇ 血や肉になるもの	緑◇ からだの働きを助けるもの	黄◇ カや体温となるもの	その他	時間	献立名	ざいりょう
				魚類・肉類・豆類・乳類・卵類・漬物	野菜類・くだもの類	穀類・油脂類・砂糖類・いも類				
1	火	昼	魚とブロッコリーの煮物 南瓜の甘煮 粥	黄金がし かぼちゃ、玉葱	アスパラ さとう	さとう 米	うすくち醤油、和風だし	38分	ハイハイ	ハイハイ
2	水	昼	豆腐のみそ煮 キャベツのお浸し 粥	充填豆腐、みそ	ほうれん草 人参	さとう 米	和風だし うすくち醤油、和風だし	38分	ふかし手	さつま手
3	木	昼	鶏とじゃが芋の煮物 トマトのだし煮 粥	鶏ミンチ	トマト、玉葱	じゃがいも、さとう 米	濃口醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	38分	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
4	金	昼	豆腐の煮物 大根のみそ煮 粥	充填豆腐 みそ	人参 大根、アスパラ	さとう さとう 米	うすくち醤油、和風だし 和風だし	38分	ベビーせんべい	アハ ママ ベー 煎餅
5	土	昼	さつま手のそぼろ煮 白菜のお浸し 粥	鶏ミンチ	白菜、人参	さつま手、さとう、片栗粉 米	濃口醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	38分	ハイハイ	ハイハイ
7	月	昼	魚とじゃが芋の煮物 ブロッコリーのお浸し 粥	たら	アスパラ、人参	じゃがいも、さとう 米	濃口醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	38分	ハイハイ	ハイハイ
8	火	昼	豆腐と人参の煮物 さつま手の甘煮 粥	絹ごし豆腐	人参 玉葱	さとう さつま手、さとう 米	うすくち醤油、和風だし	38分	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
9	水	昼	鶏とほうれん草の白みそ煮 南瓜の煮物 粥	鶏ミンチ、京風白みそ	ほうれん草 かぼちゃ、人参	さとう さとう 米	和風だし 濃口醤油、和風だし	38分	ベビーせんべい	アハ ママ ベー 煎餅
10	木	昼	豆腐(木綿)のあんかけ煮 白菜のお浸し 粥	木綿豆腐	アスパラ 白菜、人参	さとう、片栗粉 米	うすくち醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	38分	ふかし手	さつま手
11	金	昼	しらすとキャベツのくず煮 じゃが芋のみそ煮 粥	しらす干し みそ	人参 人参	片栗粉 じゃがいも、さとう 米	うすくち醤油、和風だし 和風だし	38分	ベビーせんべい	アハ ママ ベー 煎餅
12	土	昼	南瓜のそぼろ煮 ほうれん草のお浸し 粥	鶏ミンチ	かぼちゃ ほうれん草、玉葱	さとう、片栗粉 米	濃口醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	38分	ハイハイ	ハイハイ
14	月	昼	魚とブロッコリーのだし煮 じゃが芋の煮物 粥	黄金がし	アスパラ 人参	じゃがいも、さとう 米	うすくち醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	38分	蒸しかぼちゃ	かぼちゃ
15	火	昼	鶏とキャベツの煮物 さつま手の甘煮 粥	鶏ミンチ	人参 玉葱	さとう さつま手、さとう 米	濃口醤油、和風だし	38分	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
16	水	昼	豆腐(木綿)の煮物 南瓜のみそ煮 粥	木綿豆腐 みそ	玉葱 かぼちゃ、人参	さとう さとう 米	うすくち醤油、和風だし 和風だし	38分	ベビーせんべい	アハ ママ ベー 煎餅
17	木	昼	魚と人参のみそ煮 キャベツのお浸し 粥	ヒノキ、みそ	人参 人参、玉葱	さとう 米	和風だし うすくち醤油、和風だし	38分	ふかし手	さつま手
18	金	昼	鶏とじゃが芋の煮物 アスパラのお浸し 粥	鶏ミンチ	アスパラ、人参	じゃがいも、さとう 米	濃口醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	38分	ハイハイ	ハイハイ
19	土	昼	豆腐のみそ煮 人参の甘煮 粥	充填豆腐、みそ	ほうれん草 人参、玉葱	さとう さとう 米	和風だし	38分	ベビーせんべい	アハ ママ ベー 煎餅
21	月	昼	南瓜のそぼろ煮 ブロッコリーのお浸し 粥	鶏ミンチ	かぼちゃ アスパラ、玉葱	さとう、片栗粉 米	濃口醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	38分	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
22	火	昼	豆腐のだし煮 さつま手の煮物 粥	充填豆腐	白菜 人参	さつま手、さとう 米	うすくち醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	38分	ふかしポテト	じゃがいも、塩
23	水	昼	しらすとアスパラのくず煮 キャベツのお浸し 粥	しらす干し	アスパラ 人参、玉葱	片栗粉 米	うすくち醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	38分	ハイハイ	ハイハイ
24	木	昼	魚とほうれん草の煮物 南瓜の甘煮 粥	たら	ほうれん草 かぼちゃ、人参	さとう さとう 米	濃口醤油、和風だし	38分	ふかし手	さつま手
25	金	昼	鶏の煮物 じゃが芋の煮物 粥	鶏ミンチ	人参 アスパラ	さとう じゃがいも、さとう 米	濃口醤油、和風だし 濃口醤油、和風だし	38分	ベビーせんべい	アハ ママ ベー 煎餅
26	土	昼	豆腐のだし煮 大根の煮物 粥	充填豆腐	玉葱 大根、人参	さとう 米	うすくち醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	38分	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
28	月	昼	じゃが芋の味噌そぼろ煮 ほうれん草のお浸し 粥	鶏ミンチ、みそ	ほうれん草、玉葱	じゃがいも、さとう、片栗粉 米	和風だし うすくち醤油、和風だし	38分	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
30	水	昼	魚と人参の煮物 アスパラのお浸し 粥	黄金がし	人参 アスパラ、玉葱	さとう 米	濃口醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	38分	ベビーせんべい	アハ ママ ベー 煎餅