

給食予定献立表 2025年4月

明の守みに学園
離乳食(中期) (A)

- ※ 中期食は、食材をみじんざ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	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物
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◇ からだの調子を整えるもの	黄◇ 力や体温となるもの	その他	時間	献立名	ざいりょう
				魚類・肉類・豆類・乳類・卵類・藻類	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	黄金ｶﾞｲﾌ	ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ かぼちゃ,玉葱	さとう さとう 米	うすくち醤油,和風だし	3時	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 ｷﾞﾊﾞｸ,人參	さとう 米	和風だし うすくち醤油,和風だし	3時	ふかし芋	さつま芋
3	木	昼	鶏とじゃが芋の煮物 トマトのだし煮 粥	鶏ｼﾝｼﾞ	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	3時	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	人參 大根,ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ	さとう さとう 米	うすくち醤油,和風だし 和風だし	3時	ベビーせんべい	ﾌｯﾊﾟﾝ,ｸﾞﾗﾝﾋﾞｰ,煎餅
5	土	昼	さつま芋のそぼろ煮 白菜のお浸し 粥	鶏ｼﾝｼﾞ	白菜,人參	さつま芋,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	3時	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	ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ,人參	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	3時	ハイハイ	ハイハイ
8	火	昼	豆腐と人參の煮物 さつま芋の甘煮 粥	絹ｺｼ豆腐	人參 玉葱	さとう さつま芋,さとう 米	うすくち醤油,和風だし	3時	野菜ハイハイ	野菜ﾊｲﾊｲ
9	水	昼	鶏とほうれん草の白のみそ煮 南瓜の煮物 粥	鶏ｼﾝｼﾞ,京風白のみそ	ほうれん草 かぼちゃ,人參	さとう さとう 米	和風だし 濃口醤油,和風だし	3時	ベビーせんべい	ﾌｯﾊﾟﾝ,ｸﾞﾗﾝﾋﾞｰ,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	ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ 白菜,人參	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	3時	ふかし芋	さつま芋
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	ｷﾞﾊﾞｸ 人參	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	3時	ベビーせんべい	ﾌｯﾊﾟﾝ,ｸﾞﾗﾝﾋﾞｰ,煎餅
12	土	昼	南瓜のそぼろ煮 ほうれん草のお浸し 粥	鶏ｼﾝｼﾞ	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	3時	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	黄金ｶﾞｲﾌ	ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ 人參	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	3時	蒸しかぼちゃ	かぼちゃ
15	火	昼	鶏とキャベツの煮物 さつま芋の甘煮 粥	鶏ｼﾝｼﾞ	ｷﾞﾊﾞｸ 玉葱	さとう さつま芋,さとう 米	濃口醤油,和風だし	3時	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,人參	さとう さとう 米	うすくち醤油,和風だし 和風だし	3時	ベビーせんべい	ﾌｯﾊﾟﾝ,ｸﾞﾗﾝﾋﾞｰ,煎餅
17	木	昼	魚と人參のみそ煮 キャベツのお浸し 粥	ﾄﾝｼﾞｸ,みそ	人參 ｷﾞﾊﾞｸ,玉葱	さとう 米	和風だし うすくち醤油,和風だし	3時	ふかし芋	さつま芋
18	金	昼	鶏とじゃが芋の煮物 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのお浸し 粥	鶏ｼﾝｼﾞ	ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ,人參	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	3時	ハイハイ	ハイハイ
19	土	昼	豆腐のみそ煮 人參の甘煮 粥	充填豆腐,みそ	ほうれん草 人參,玉葱	さとう さとう 米	和風だし	3時	ベビーせんべい	ﾌｯﾊﾟﾝ,ｸﾞﾗﾝﾋﾞｰ,煎餅
21	月	昼	南瓜のそぼろ煮 ブロッコリーのお浸し 粥	鶏ｼﾝｼﾞ	かぼちゃ ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ,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	3時	野菜ハイハイ	野菜ﾊｲﾊｲ
22	火	昼	豆腐のだし煮 さつま芋の煮物 粥	充填豆腐	白菜 人參	さつま芋,さとう 米	うすくち醤油,和風だし うすくち醤油,和風だし	3時	ふかしポテト	じゃがいも,塩
23	水	昼	しらすとﾌﾞﾛｯｺﾘｰのくず煮 キャベツのお浸し 粥	しらす干し	ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ ｷﾞﾊﾞｸ,玉葱	片栗粉 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	3時	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,人參	さとう さとう 米	濃口醤油,和風だし	3時	ふかし芋	さつま芋
25	金	昼	鶏の煮物 じゃが芋の煮物 粥	鶏ｼﾝｼﾞ	人參 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ	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	3時	ベビーせんべい	ﾌｯﾊﾟﾝ,ｸﾞﾗﾝﾋﾞｰ,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,人參	さとう 米	うすくち醤油,和風だし うすくち醤油,和風だし	3時	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	鶏ｼﾝｼﾞ,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	3時	野菜ハイハイ	野菜ﾊｲﾊｲ
30	水	昼	魚と人參の煮物 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのお浸し 粥	黄金ｶﾞｲﾌ	人參 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ,玉葱	さとう 米	濃口醤油,和風だし うすくち醤油,和風だし	3時	ベビーせんべい	ﾌｯﾊﾟﾝ,ｸﾞﾗﾝﾋﾞｰ,煎餅