

給食予定献立表 2025年4月

明の守おかまち学園
離乳食(完了) (A)



- ※ 完了食は、食材を約1cm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	177kcal	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩
平均栄養価	235 kcal	8 g	1.8 g	49 g	0.8 g

日	曜日	時間	献立名	ざいりょう			その他	おやつ	
				赤く 血や肉になるもの <small>魚類・肉類・豆類・乳類・卵類・藻類</small>	緑く からだの調子を整えるもの <small>野菜類・くだもの類</small>	黄く 力や体温となるもの <small>穀類・油脂類・砂糖類・いも類</small>		時間	献立名
1	火	昼	魚とブロッコリーの煮物 南瓜の甘露 味噌汁 ごはん	黄金がイ ワカメ、みそ	アロカリ- かぼちゃ、玉葱	さとう さとう 米	うすくち醤油、和風だし 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 スープ ごはん	充填豆腐、みそ	ほうれん草 人参、人参 しいたけ	さとう さとう 米	和風だし うすくち醤油、和風だし 鶏がらスープ	3時 ふかし芋	さつま芋
3	木	昼	豚とじゃが芋の煮物 トマトのだし煮 味噌汁 ごはん	豚小間肉 みそ	トマト、玉葱	じゃがいも、さとう そうめん 米	濃口醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし 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 スープ ごはん	充填豆腐 みそ	人参 大根、アロカリ- ほうれん草	さとう さとう 米	うすくち醤油、和風だし 和風だし おろし芋	3時 ベビーせんべい	アロカリ-マヒ-煎餅
5	土	昼	さつま芋のそぼろ煮 白菜のお浸し 味噌汁 ごはん	鶏さし みそ	白菜、人参 玉葱	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 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 味噌汁 ごはん	たら みそ	アロカリ-、人参	じゃがいも、さとう うどん 米	濃口醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし 和風だし	3時 果物(オレンジ)	りんご
8	火	昼	豆腐と人参の煮物 さつま芋の甘露 清汁 ごはん	絹ごし豆腐	人参 玉葱	さとう さつま芋、さとう そうめん 米	うすくち醤油、和風だし 和風だし、うすくち醤油、塩	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みそ煮 南瓜の煮物 清汁 ごはん	鶏むね肉、京風白みそ	ほうれん草 かぼちゃ、人参 玉葱	さとう さとう 米	和風だし 濃口醤油、和風だし 和風だし、うすくち醤油、塩	3時 ベビーせんべい	アロカリ-マヒ-煎餅
10	木	昼	豆腐(木綿)のあんかけ煮 白菜のお浸し スープ ごはん	木綿豆腐	アロカリ- 白菜、人参 しいたけ	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 鶏がらスープ	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 清汁 ごはん	しらす干し みそ	人参 人参 小松菜	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 和風だし、うすくち醤油、塩	3時 ベビーせんべい	アロカリ-マヒ-煎餅
12	土	昼	南瓜のそぼろ煮 ほうれん草のお浸し 清汁 ごはん	鶏さし ワカメ	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 和風だし、うすくち醤油、塩	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 味噌汁 ごはん	黄金がイ みそ	アロカリ- 人参 小松菜	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 和風だし	3時 蒸しかぼちゃ	かぼちゃ
15	火	昼	豚とキャベツの煮物 さつま芋の甘露 味噌汁 ごはん	豚むね肉 みそ	人参 玉葱 えのき	さとう さつま芋、さとう 米	濃口醤油、和風だし 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 清汁 ごはん	木綿豆腐 みそ	玉葱 かぼちゃ、人参 おろし菜	さとう さとう 米	うすくち醤油、和風だし 和風だし 和風だし、うすくち醤油、塩	3時 ベビーせんべい	アロカリ-マヒ-煎餅
17	木	昼	魚と人参のみそ煮 キャベツのお浸し 清汁 ごはん	ヒラメ、みそ	人参 人参、玉葱 ほうれん草	さとう 米	和風だし うすくち醤油、和風だし 和風だし、うすくち醤油、塩	3時 ふかし芋	さつま芋
18	金	昼	じゃが芋のそぼろ煮 アロカリ-のお浸し 味噌汁 ごはん	鶏さし みそ	アロカリ-、人参 玉葱	じゃがいも、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 和風だし	3時 ハイハイ	ハイハイ
19	土	昼	豆腐のみそ煮 人参の甘露 スープ ごはん	充填豆腐、みそ ワカメ	ほうれん草 人参、玉葱	さとう さとう 米	和風だし 和風だし 鶏がらスープ	3時 ベビーせんべい	アロカリ-マヒ-煎餅
21	月	昼	豆腐のだし煮 さつま芋の煮物 味噌汁 ごはん	充填豆腐 みそ	白菜 人参 しめじ	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 和風だし	3時 野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
22	火	昼	南瓜のそぼろ煮 ほうれん草のお浸し スープ ごはん	鶏さし ワカメ	かぼちゃ ほうれん草、玉葱 人参	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 おろし芋	3時 ふかしボテト	じゃがいも、塩
23	水	昼	しらすとアロカリ-のくず煮 キャベツのお浸し スープ ごはん	しらす干し ワカメ	アロカリ- 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 鶏がらスープ	3時 ハイハイ	ハイハイ
24	木	昼	魚とほうれん草の煮物 南瓜の甘露 味噌汁 ごはん	たら みそ	ほうれん草 かぼちゃ、人参 えのき	さとう さとう 米	濃口醤油、和風だし 和風だし	3時 ふかし芋	さつま芋
25	金	昼	鶏のケチャップ煮 じゃが芋の煮物 味噌汁 ごはん	鶏むね肉 みそ	人参 アロカリ- 玉葱	さとう じゃがいも、さとう 米	おろし芋、おろし菜 濃口醤油、和風だし 和風だし	3時 ベビーせんべい	アロカリ-マヒ-煎餅
26	土	昼	豆腐のだし煮 大根の煮物 味噌汁 ごはん	充填豆腐 みそ	玉葱 大根、人参 おろし菜	さとう 米	うすくち醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし 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 スープ ごはん	鶏さし、みそ	ほうれん草、玉葱 しめじ	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 おろし芋	3時 野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
30	水	昼	魚と人参の煮物 アロカリ-のお浸し 味噌汁 ごはん	黄金がイ みそ	人参 アロカリ-、玉葱 おろし菜	さとう 米	濃口醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし 和風だし	3時 ベビーせんべい	アロカリ-マヒ-煎餅