

給食予定献立表 2025年5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	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩
栄養素	177kcal	-	8.1g	1.8g	49g	0.8g
平均栄養価	235kcal	-	8.1g	1.8g	49g	0.8g

日	曜日	時間	献立名	ざいりょう				その他	おやつ		
				赤◇ 血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類・藻類	緑◇ からだの調子を整えるもの 野菜類・くだもの類	黄◇ カや体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類			時間	献立名	ざいりょう
1	木	昼	鶏とほうれん草の煮物 南瓜の甘煮 味噌汁 ごはん	鶏肉 みそ	ほうれん草 かぼちゃ、人参 しいたけ	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	
2	金	昼	豆腐のみそ煮 じゃが芋の煮物 蒲汁 ごはん	充填豆腐、みそ	玉葱 人参 小松菜	さとう じゃがいも、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	ハイハイ	ハイハイ	
7	水	昼	魚とさつま芋の煮物 アロカリのお浸し 味噌汁 ごはん	たら みそ	アロカリ、人参	さつま芋、さとう そうめん 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	
8	木	昼	豆腐の煮物 じゃが芋のみそ煮 スープ ごはん	絹ごし豆腐 みそ	人参 玉葱 ほうれん草	さとう じゃがいも、さとう 米	うすくち醤油、和風だし 和風だし ワカメ	3時	蒸しかぼちゃ	かぼちゃ	
9	金	昼	大根のそぼろ煮 キャベツのお浸し 味噌汁 ごはん	鶏むね みそ	大根 人参 玉葱	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 和風だし	3時	ハイハイ	ハイハイ	
10	土	昼	豆腐のあんかけ煮 南瓜の甘煮 スープ ごはん	充填豆腐	ほうれん草 かぼちゃ、玉葱 なす	さとう、片栗粉 さとう 米	うすくち醤油、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、アロカリ、アロカリ - 煎餅	
12	月	昼	じゃが芋の味噌煮 キャベツのお浸し 蒲汁 ごはん	鶏むね、みそ	人参 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 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	
13	火	昼	鶏とほうれん草の煮物 さつま芋の甘煮 味噌汁 ごはん	鶏肉、みそ	ほうれん草 玉葱	さとう さつま芋、さとう そうめん 米	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、アロカリ、アロカリ - 煎餅	
14	水	昼	豆腐のあんかけ煮 大根の煮物 味噌汁 ごはん	充填豆腐 みそ	玉葱 大根、人参 カブ、小松菜	さとう、片栗粉 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	ふかしポテト	じゃがいも、塩	
15	木	昼	魚と南瓜の煮物 ブロッコリーのお浸し 味噌汁 ごはん	たら みそ	かぼちゃ アロカリ、玉葱 えのき	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	ハイハイ	ハイハイ	
16	金	昼	鶏の洋風煮 ほうれん草のお浸し スープ ごはん	鶏肉 ワカメ	人参 ほうれん草、玉葱	米	ワカメ うすくち醤油、和風だし ワカメ	3時	ふかし芋	さつま芋	
17	土	昼	豆腐のみそ煮 南瓜の甘煮 蒲汁 ごはん	木綿豆腐、みそ	アロカリ かぼちゃ、人参 なす	さとう さとう 米	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	
19	月	昼	豚と玉葱の煮物 白菜のお浸し 味噌汁 ごはん	豚小間肉 ワカメ、みそ	玉葱 白菜、人参	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	蒸しかぼちゃ	かぼちゃ	
20	火	昼	豆腐のだし煮 大根のみそ煮 蒲汁 ごはん	充填豆腐 みそ	ほうれん草 大根、人参 えのき	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	ハイハイ	ハイハイ	
21	水	昼	豚のチキチキ煮 キャベツのお浸し 味噌汁 ごはん	豚小間肉 みそ	人参 アロカリ	じゃがいも、さとう そうめん 米	ワカメ、ワカメ 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、アロカリ、アロカリ - 煎餅	
22	木	昼	鶏と大根のみそ煮 南瓜の煮物 蒲汁 ごはん	鶏肉、みそ	大根 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	ふかし芋	さつま芋	
23	金	昼	しらすとブロッコリーのくす煮 じゃが芋の煮物 味噌汁 ごはん	しらす干し みそ	アロカリ 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 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	
24	土	昼	豆腐のみそ煮 ほうれん草のお浸し 蒲汁 ごはん	充填豆腐、みそ	人参 ほうれん草、玉葱 しめじ	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	ベビーせんべい	アロカリ、アロカリ、アロカリ - 煎餅	
26	月	昼	豆腐の煮物 さつま芋の甘煮 蒲汁 ごはん	充填豆腐	玉葱 人参 えのき	さとう さつま芋、さとう 米	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	
27	火	昼	魚と人参のみそ煮 ブロッコリーのお浸し スープ ごはん	鶏肉、みそ	人参 アロカリ、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 ワカメ	3時	ふかし芋	さつま芋	
28	水	昼	豚と南瓜の煮物 大根のお浸し 味噌汁 ごはん	豚小間肉 みそ	かぼちゃ 大根、玉葱 カブ、小松菜	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、アロカリ、アロカリ - 煎餅	
29	木	昼	豆腐のだし煮 じゃが芋の煮物 味噌汁 ごはん	木綿豆腐 みそ	ほうれん草 人参	じゃがいも、さとう そうめん 米	うすくち醤油、和風だし 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	
30	金	昼	魚とキャベツのみそ煮 南瓜の煮物 蒲汁 ごはん	たら、みそ	人参 かぼちゃ、玉葱	さとう さとう うどん 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	果物(オレンジ)	おやつ	
31	土	昼	じゃが芋のそぼろ煮 ほうれん草のお浸し スープ ごはん	鶏むね	ほうれん草、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 鶏がらスープ	3時	ベビーせんべい	アロカリ、アロカリ、アロカリ - 煎餅	