



日曜	献立	材料名
1 水	軟飯～ご飯（えんどう） ミートスパゲティ 豆腐のすまし汁	米、グリーンピース スパゲティ、牛ひき肉、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、しめじ、油、ケチャップ、片栗粉、水 豆腐、たまねぎ、にんじん、しいたけ、ねぎ、だし汁、しょうゆ
	牛乳（ミルク） ベビーせんべい	ベビーせんべい
2 木	軟飯～ご飯 肉じゃが サラダ いちご	米 牛肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、グリーンピース、油、しょうゆ、砂糖、だし汁 キャベツ、きゅうり、にんじん、酢、しょうゆ、砂糖 いちご
	牛乳（ミルク） 蒸しパン	米粉、ベーキングパウダー、砂糖、水、油
7 火	軟飯～ご飯 五目うどん わかめとえのき煮 オレンジ	米 うどん、鶏肉、たまねぎ、にんじん、しいたけ、ねぎ、だし汁、みりん、しょうゆ わかめ、えのきたけ、しらす干し、ごま、砂糖、しょうゆ、だし汁 オレンジ
	牛乳（ミルク） 焼きじゃが	じゃがいも、油、塩
8 水	軟飯～ご飯 揚げさわらと野菜のケチャップ煮 みそ汁	米 さわら、片栗粉、油、キャベツ、スナックえんどう、にんじん、だし汁、ケチャップ、砂糖 豆腐、たまねぎ、にんじん、わかめ、だし汁、みそ
	牛乳（ミルク） きなこおにぎり	米、きな粉、砂糖、塩
9 木	軟飯～ご飯 マーボー豆腐 アスパラのおかか和え オレンジ	米 豆腐、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、しいたけ、片栗粉、みそ、砂糖、中華だしの素、ごま油、水 アスパラガス、キャベツ、にんじん、かつお節、砂糖、しょうゆ オレンジ
	牛乳（ミルク） ツナサンド	食パン、ツナ缶、マヨネーズ、パセリ粉
10 金	軟飯～ご飯 ハンバーグ しょうゆフレンチ 金時煮豆	米 牛ひき肉、豚ひき肉、たまねぎ、じゃがいも、塩、油、ケチャップ キャベツ、きゅうり、にんじん、しょうゆ、酢、油 いんげんまめ、砂糖、しょうゆ
	フルーツ盛り	バナナ、いちご、レーズン
13 月	ドライカレーライス レモンサラダ バナナ	米、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、油、カレー粉、洋風だしの素、ケチャップ、米粉 キャベツ、きゅうり、にんじん、ツナ缶、レモン、しょうゆ、砂糖 バナナ
	牛乳（ミルク） ふのラスク	麩、油、砂糖
14 火	軟飯～ご飯 あかうおの煮付 フライドポテト 野菜スープ	米 あかうお、砂糖、しょうゆ、だし汁 じゃがいも、油 たまねぎ、キャベツ、にんじん、洋風だしの素、水
	牛乳（ミルク） バナナ	バナナ
15 水	軟飯～ご飯 中華スープ 三色サラダ	米 鶏肉、片栗粉、たまねぎ、にんじん、わかめ、しいたけ、ねぎ、中華だしの素、水 ブロッコリー、にんじん、酢、油
	おかかおにぎり	米、しょうゆ、ごま、かつお節
16 木	軟飯～ご飯 さわらと野菜煮 じゃがいものみそ汁	米 さわら、キャベツ、きゅうり、にんじん、だし汁、しょうゆ じゃがいも、たまねぎ、にんじん、わかめ、ねぎ、だし汁、みそ
	牛乳（ミルク） かぼちゃのソフトクッキー	かぼちゃ、砂糖、油、米粉、片栗粉、ベーキングパウダー
17 金	軟飯～ご飯 ポークビーンズ 青菜のツナ和え オレンジ	米 豚肉、大豆、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油、ケチャップ、砂糖、洋風だしの素、塩、水、パセリ粉 こまつな、キャベツ、にんじん、ツナ缶、しょうゆ オレンジ
	牛乳（ミルク） アップル蒸しパン	米粉、ベーキングパウダー、砂糖、油、りんご、水、レーズン
20 月	軟飯～ご飯 ラーメン 納豆みそ バナナ	米 中華めん、豚肉、キャベツ、にんじん、ごま油、中華だしの素、しょうゆ、水 納豆、豚ひき肉、ねぎ、みそ、砂糖、だし汁 バナナ
	牛乳（ミルク） オレンジゼリー	オレンジジュース、砂糖、かんてん、ゼラチン、水
21 火	軟飯～ご飯 肉豆腐 ほうれん草のナムル オレンジ	米 牛肉、豆腐、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、ねぎ、しょうゆ、砂糖 ほうれん草、にんじん、砂糖、しょうゆ、酢 オレンジ
	牛乳（ミルク） おからのパンケーキ	おから、米粉、ベーキングパウダー、砂糖、きな粉、水、油
22 水	軟飯～ご飯 あげ魚とささみのサラダ すまし汁	米 あかうお、片栗粉、油、ささ身、キャベツ、きゅうり、にんじん、マヨネーズ、酢、だし汁 たまねぎ、えのきたけ、しいたけ、にんじん、麩、ねぎ、しょうゆ、だし汁
	牛乳（ミルク） ベビーせんべい	ベビーせんべい
23 木	軟飯～ご飯 ビビンバ風あんかけ 豆腐スープ バナナ	米 豚ひき肉、ごま油、こまつな、にんじん、砂糖、みそ、しょうゆ、片栗粉 豆腐、たまねぎ、にんじん、中華だしの素、水 バナナ
	牛乳（ミルク） ベビーせんべい	ベビーせんべい
24 金	軟飯～ご飯 鶏肉と野菜煮 スパゲティサラダ オレンジ	米 鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、ねぎ、だし汁、砂糖、しょうゆ スパゲティ、キャベツ、きゅうり、にんじん、ハム、マヨネーズ、しょうゆ、酢 オレンジ
	牛乳（ミルク） バナナ	バナナ
27 月	ハヤシライス アスパラサラダ オレンジ	米、牛肉、たまねぎ、にんじん、しめじ、油、水、洋風だしの素、ケチャップ、ソース、本みりん、米粉 アスパラガス、キャベツ、にんじん、マヨネーズ、しょうゆ、酢 オレンジ
	フルーツヨーグルト	ヨーグルト、バナナ、レーズン
28 火	軟飯～ご飯 さわらと野菜煮 オニオンスープ	米 さわら、キャベツ、たまねぎ、こまつな、にんじん、だし汁、しょうゆ たまねぎ、にんじん、洋風だしの素、水、パセリ粉
	牛乳（ミルク） 焼きじゃが	じゃがいも、しょうゆ、油
29 水	軟飯～ご飯 大豆入りミートボール 粉ふき芋 新玉ねぎのみそ汁	米 大豆、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、片栗粉、米粉、塩、油 じゃがいも、あおのり たまねぎ、キャベツ、にんじん、わかめ、ねぎ、だし汁、みそ
	鶏そぼろおにぎり	米、鶏ひき肉、しょうゆ、あおのり
30 木	軟飯～ご飯 ツナのサラダ すまし汁	米 ツナ缶、キャベツ、きゅうり、にんじん、酢、油、砂糖 たまねぎ、えのきたけ、にんじん、しいたけ、ねぎ、だし汁、しょうゆ
	牛乳（ミルク） バナナ	バナナ
31 金	軟飯～ご飯 厚揚げとじゃが芋のそぼろ煮 拌三条 オレンジ	米 生揚げ、豚ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、いんげん、油、しょうゆ、砂糖、片栗粉 ビーフン、キャベツ、にんじん、きゅうり、酢、しょうゆ、ごま油、砂糖 オレンジ
	牛乳（ミルク） バナナ	バナナ

* 間食について

- ・ 3歳未満児は午前中に牛乳を飲みます。
- ・ 土曜日及び延長（18時以降）の間食は、施設により異なります。
- * 都合により献立を変更することがありますが、ご了承ください。
- * 使用食材の中に食べたことのないものがあれば、お知らせください。

間食はいつから必要？ ⇒ 離乳が完了する頃（1歳～1歳6か月頃）

間食は、3回の食事（離乳食）で不足する栄養を補うために必要になります。母乳やミルクを卒業したら、1日に1～2回、間食時間を設け、牛乳+果物、牛乳+ベビー菓子、果物+ヨーグルトなどを準備しましょう。