

2026年04月

献立表 (中期 離乳食7から8)

アル

日 ／ 曜	献立名	材料名 (昼食・午後おやつ)			
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料
1・15 水	全粥 かぶのそぼろ煮 さつまい オレンジ	米、さつまい も	鶏ひき肉	かぶ、オレン ジ、にんじ ん、たまねぎ	かつおだし 汁
2・16 木	全粥 鮭のとろみ煮 小松菜の納豆あえ 豆腐のすまし汁	米、片栗粉	さけ、絹ごし 豆腐、挽きわ り納豆	にんじん、バ ナナ、こまつ な	かつおだし 汁
3・17 金	全粥 鶏とキャベツのやわらか煮 だいこんのスープ バナナ	米、片栗粉	鶏ひき肉	バナナ、にん じん、だいこ ん、キャベ ツ、たまね ぎ、こまつな	かつおだし 汁
4・18 土	ツナとやさいの全粥 だいこんのとろみ煮 かぼちゃのすまし汁	米、片栗粉	鶏ひき肉	にんじん、た まねぎ、だい こん、かぼ ちゃ	かつおだし 汁
6・20 月	全粥 肉じゃが ブロッコリーのツナ和え 麩とはくさいのすまし汁	米、じゃがい も、焼ひ	鶏ひき肉、ツ ナ水煮缶	オレンジ、ブ ロッコリー、 はくさい、に んじん、たま ねぎ	かつおだし 汁
7・21 火	全粥 つくねとキャベツの煮もの こまつなのすまし汁 バナナ	米、片栗粉	鶏ひき肉、絹 ごし豆腐	バナナ、にん じん、たまね ぎ、キャベ ツ、こまつな	かつおだし 汁
8・22 水	全粥 カレイの煮つけ こまつなのごま和え 豆腐のすまし汁	米、片栗粉	かれい、絹ご し豆腐	にんじん、オ レンジ、もや し、こまつな	かつおだし 汁
9・23 木	トマトあかけ全粥 キャベツのスープ ヨーグルト	米、じゃがい も、片栗粉	ヨーグルト (無糖)、鶏ひ き肉、豆乳	にんじん、た まねぎ、キャ ベツ、トマト ピューレ	かつおだし 汁
30 木	そぼろ全粥 かぼちゃの含め煮 豆乳スープ バナナ	米、片栗粉	豆乳、鶏ひき 肉	バナナ、にん じん、たまね ぎ、かぼちゃ	かつおだし 汁
10 金	全粥 鶏肉とかぶのそぼろ煮 じゃがいものり和え たまねぎのすまし汁	じゃがいも、 米、片栗粉	鶏ひき肉	オレンジ、か ぶ、にんじ ん、たまね ぎ、あおのり	かつおだし 汁
24 金	パン粥 鶏肉とじゃがいものトマト煮 キャベツのスープ バナナ	無添加食パ ン、じゃがい も、片栗粉	鶏ひき肉	バナナ、にん じん、トマト ピューレ、た まねぎ、キャ ベツ	かつおだし 汁

11・25 土	洋風全粥 キャベツのやわらか煮 キャロットスープ	米、片栗粉	豚ひき肉	にんじん、たまねぎ、キャベツ、トマト ピューレ	かつおだし汁
13・27 月	全粥 炒り豆腐 ブロッコリー煮びたし だいこんすまし汁	米、片栗粉	絹ごし豆腐、 鶏ひき肉	オレンジ、にんじん、ブロッコリー、 たまねぎ、だいこん	かつおだし汁
14・28 火	全粥 和風チキンバーグ にんじんのおかか和え ポテトスープ	じゃがいも、 米、片栗粉	鶏ひき肉、か つお節	バナナ、たまねぎ、にんじん、 キャベツ	かつおだし汁

※食材の納入状況により献立を変更する場合があります。

※食パンは卵・牛乳・乳製品不使用のものを使用しています。

、テ子どもと木幼保園

栄 養 価

エネルギー	121	kcal
たんぱく質	4.8	g
脂 質	2.2	g
カルシウム	17	mg
エネルギー	121	kcal
たんぱく質	7.0	g
脂 質	1.9	g
カルシウム	37	mg
エネルギー	109	kcal
たんぱく質	4.6	g
脂 質	2.1	g
カルシウム	20	mg
エネルギー	100	kcal
たんぱく質	4.4	g
脂 質	2.1	g
カルシウム	12	mg
エネルギー	106	kcal
たんぱく質	5.6	g
脂 質	2.2	g
カルシウム	17	mg
エネルギー	107	kcal
たんぱく質	4.3	g
脂 質	1.9	g
カルシウム	26	mg
エネルギー	92	kcal
たんぱく質	5.4	g
脂 質	0.7	g
カルシウム	38	mg
エネルギー	123	kcal
たんぱく質	5.9	g
脂 質	3.4	g
カルシウム	61	mg
エネルギー	126	kcal
たんぱく質	5.4	g
脂 質	2.6	g
カルシウム	15	mg
エネルギー	105	kcal
たんぱく質	4.7	g
脂 質	2.1	g
カルシウム	13	mg
エネルギー	139	kcal
たんぱく質	5.9	g
脂 質	3.4	g
カルシウム	14	mg

エネルギー	118	kcal
たんぱく質	4.7	g
脂質	3.0	g
カルシウム	13	mg
エネルギー	91	kcal
たんぱく質	3.7	g
脂質	1.3	g
カルシウム	29	mg
エネルギー	117	kcal
たんぱく質	4.9	g
脂質	2.1	g
カルシウム	12	mg