2026年08月　　　　　　　　# 献　立　表　　　　　　アルテ子どもと木幼保園(後期 離乳食9～11)

日／曜	献　立　名	午前おやつ／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	栄　養　価
			材料名（昼食・午後おやつ）				
1・15 土	ビビンバ丼（軟飯） さつまいもスティック わかめスープ	パンケーキ	米、さつまいも、小麦粉、三温糖、油、片栗粉	豚ひき肉	にんじん、たまねぎ、ほうれんそう、カットわかめ	かつおだし汁、しょうゆ、食塩	エネルギー 224 kcal たんぱく質 7.2 g 脂質 4.2 g カルシウム 33 mg
3・17 月	軟飯　オレンジ カレイの煮つけ 高野豆腐の含め煮 こまつなのみそ汁	スイートパンプキン	米、三温糖、片栗粉	かれい、凍り豆腐、淡色みそ	かぼちゃ、オレンジ、にんじん、いんげん、こまつな	かつおだし汁、しょうゆ	エネルギー 187 kcal たんぱく質 9.6 g 脂質 2.1 g カルシウム 66 mg
4・18 火	軟飯　バナナ 鶏団子のトマト煮 トマト キャベツのスープ	きな粉蒸しパン	米、小麦粉、三温糖、油、片栗粉	鶏ひき肉、豆乳、きな粉	バナナ、トマト、にんじん、たまねぎ、トマトピューレ、キャベツ	かつおだし汁、食塩	エネルギー 217 kcal たんぱく質 8.2 g 脂質 4.8 g カルシウム 31 mg
5・19 水	軟飯　すいか なすと豚肉のみそ炒め マッシュポテト 豆腐とかぶのすまし汁	ごまスティックパン	米、じゃがいも、無添加食パン、三温糖、油、片栗粉	豚ひき肉、絹ごし豆腐、淡色みそ	すいか、なす、かぶ、すりごま	かつおだし汁、しょうゆ、食塩	エネルギー 205 kcal たんぱく質 7.2 g 脂質 4.5 g カルシウム 27 mg
6・20 木	軟飯　バナナ さけの照り焼き 小松菜とツナのごま和え じゃがいものみそ汁	おかか軟飯	米、じゃがいも、片栗粉、三温糖	さけ、淡色みそ、かつお節	バナナ、もやし、にんじん、こまつな、たまねぎ、すりごま	かつおだし汁、しょうゆ	エネルギー 200 kcal たんぱく質 8.4 g 脂質 1.4 g カルシウム 33 mg
7・21 金	ポークカレーライス風軟飯 ブロッコリーの和風サラダ バナナ	豆乳パンケーキ	米、小麦粉、三温糖、油、片栗粉	豚ひき肉、豆乳	バナナ、にんじん、かぼちゃ、ブロッコリー、トマトピューレ、たまねぎ	かつおだし汁、しょうゆ、食塩	エネルギー 250 kcal たんぱく質 8.5 g 脂質 5.6 g カルシウム 31 mg
8・22 土	豚丼（軟飯） 具だくさんみそ汁	やさいスティック	米、じゃがいも、片栗粉、三温糖、油	豚ひき肉、淡色みそ	にんじん、たまねぎ	かつおだし汁、しょうゆ	エネルギー 166 kcal たんぱく質 6.5 g 脂質 3.9 g カルシウム 19 mg
10・24 月	軟飯　バナナ カレイのホイル焼き こまつなの納豆和え 豆腐とわかめのみそ汁	ツナトースト	米、無添加食パン、油、三温糖	かれい、挽きわり納豆、絹ごし豆腐、ツナ水煮缶、淡色みそ	バナナ、なす、にんじん、こまつな、カットわかめ	かつおだし汁、しょうゆ、食塩	エネルギー 217 kcal たんぱく質 10.7 g 脂質 4.0 g カルシウム 54 mg
12・26 水	軟飯　バナナ 豚とキャベツの炒め物 スティックきゅうり かぼちゃのみそ汁	かぼちゃ蒸しパン	米、小麦粉、三温糖、油、片栗粉	豚ひき肉、淡色みそ	バナナ、かぼちゃ、きゅうり、キャベツ、にんじん	かつおだし汁、しょうゆ	エネルギー 216 kcal たんぱく質 7.1 g 脂質 5.1 g カルシウム 28 mg
13・27 木	軟飯 炒り鶏 なすのみそ汁 オレンジ	芋もち	じゃがいも、米、片栗粉、油、三温糖	鶏ひき肉、淡色みそ	オレンジ、なす、だいこん、にんじん、たまねぎ	かつおだし汁、しょうゆ、食塩	エネルギー 168 kcal たんぱく質 6.8 g 脂質 2.9 g カルシウム 19 mg
14　金 31　月	ツナとやさいのまぜ軟飯 ひじきとじゃがいもの煮物 麩とだいこんのすまし汁 オレンジ	きな粉軟飯	米、じゃがいも、三温糖、焼ふ	ツナ水煮缶、きな粉	オレンジ、にんじん、たまねぎ、だいこん、ひじき	かつおだし汁、しょうゆ	エネルギー 178 kcal たんぱく質 6.8 g 脂質 1.1 g カルシウム 24 mg
25 火	軟飯 肉団子とさつまいもの煮もの かぶのみそ汁 オレンジ	スイートポテト	さつまいも、米、三温糖、片栗粉	豚ひき肉、淡色みそ	オレンジ、かぶ、にんじん、たまねぎ	かつおだし汁、しょうゆ	エネルギー 225 kcal たんぱく質 6.7 g 脂質 3.9 g カルシウム 35 mg
28 金	食パン ミートボールシチュー ブロッコリーサラダ	豆乳ケーキ	無添加食パン、じゃがいも、小麦粉、三温糖、油、片栗粉	豚ひき肉、調製豆乳	ブロッコリー、にんじん、キャベツ、たまねぎ、トマトピューレ	かつおだし汁、食塩	エネルギー 225 kcal たんぱく質 8.7 g 脂質 7.0 g カルシウム 45 mg
29 土	焼き鳥丼 かぼちゃのみそ汁	牛乳 スティックパン	米、無添加食パン、三温糖、油	鶏ひき肉、淡色みそ	にんじん、かぼちゃ、こまつな	かつおだし汁、しょうゆ	エネルギー 193 kcal たんぱく質 7.4 g 脂質 3.8 g カルシウム 26 mg

※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。