

献立表【乳児食・幼児食】

2026年1月



日付	献立名	午前おやつ	材料名	夕飯
		午後おやつ		
1 木	休園日			
2 金				
3 土				
4 日	カレーピラフ 粉ふきいも 玉ねぎとコーンの豆乳スープ ドライフルーツ	牛乳	牛乳／米、ツナ缶詰、たまねぎ、にんじん、オリーブ油、グリンピース、コンソメ、塩、カレー粉／じゃがいも、にんじん、塩／たまねぎ、キャベツ、コーン、豆乳、コンソメ、しょうゆ、水／ブルーン／牛乳／クラッカー、いちごジャム	夕飯の予約がある日には、以下のアバターの中から選び提供させていただきます。 毎回、 チーズ ドライフルーツ のいずれかが付きます。
5 月	ごはん 松風焼 切干大根と大豆の煮物 かぼちゃと玉ねぎのみそ汁 オレンジ	牛乳	牛乳／米／鶏ひき肉、豆腐、たまねぎ、パン粉、牛乳、みそ、しょうゆ、ごま、砂糖／切干大根、にんじん、だいす、かつおだし、しょうゆ、砂糖／かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、みそ、かつおだし／オレンジ／牛乳／小麦粉、ココア、バター、砂糖、油	
6 火	ごはん お煮しめ 大根と人参のなます じゃがいもと高野豆腐のみそ汁 ドライフルーツ	牛乳	牛乳／米／鶏もも、にんじん、さといも、れんこん、砂糖、みりん、しょうゆ、かつおだし／だいこん、にんじん、油、しょうゆ、りんご酢、砂糖／じゃがいも、高野豆腐、わかめ、みそ、かつおだし／ブルーン／牛乳／ホットケーキミックス、豆乳、たまねぎ、ツナ缶詰、コーン、マヨドレ、チーズ	
7 水	ごはん 豚バラ大根 じゃがいもとコーンのソテー キャベツともやしのみそ汁 りんご	牛乳	牛乳／米／豚ばら、油、厚揚げ、だいこん、しめじ、しょうゆ、砂糖、料理酒、かつおだし／じゃがいも、にんじん、コーン、油、しょうゆ、塩／キャベツ、もやし、たまねぎ、油揚げ、みそ、かつおだし／りんご／牛乳／お麸、砂糖、バター、牛乳、メープルシロップ	～献立名～ ① ・ナポリタン ・コンソメスープ ② ・米粉パン ・ポトフ ③ ・ごはん ・そぼろ ・みそ汁 ④ ・ピラフ ・豆乳スープ ⑤ ・ごはん ・魚のムニエル ・トマトスープ ⑥ ・おにぎり ・肉と野菜の中華風炒め ・みそ汁 ⑦ ・肉うどん ・おにぎり
8 木	ごはん 鶏肉のコーンフレーク焼き ひじきとハムのフレンチサラダ えのきと玉ねぎのコンソメスープ みかん	牛乳	牛乳／米／鶏もも、マヨドレ、コーンフレーク／きゅうり、にんじん、ロースハム、ひじき、砂糖、りんご酢、しょうゆ／えのきだけ、にんじん、たまねぎ、水、コンソメ、しょうゆ／みかん／牛乳／米、わかめ、紅鮭、塩、料理酒、ごま	⑧ ・ごはん ・鮭わかめおにぎり ⑨ ・トマトケチャップ、しょうゆ、みりん、砂糖、おろしにんにく／キャベツ、きゅうり、わかめ、しょうが、りんご酢、ごま油、しょうゆ、砂糖／チキンゲンサイ、もやし、コーン、水、鶏がら／バナナ／牛乳／ホットケーキミックス、片栗粉、塩、豆乳、あん、油 ⑩ ・ごはん ・魚のムニエル ・トマトスープ ⑪ ・ごはん ・おにぎり ・肉と野菜の中華風炒め ・みそ汁 ⑫ ・肉うどん ・おにぎり
9 金	ごはん ヤンニョムチキン風 チョレギサラダ チキンゲン菜ともやしの鶏がらスープ バナナ	牛乳	牛乳／米／鶏もも、塩、料理酒、ごま油、片栗粉、ごま、トマトケチャップ、しょうゆ、みりん、砂糖、おろしにんにく／キャベツ、きゅうり、わかめ、しょうが、りんご酢、ごま油、しょうゆ、砂糖／チキンゲンサイ、もやし、コーン、水、鶏がら／バナナ／牛乳／ホットケーキミックス、片栗粉、塩、豆乳、あん、油	
10 土	焼うどん もやしのツナサラダ コーンとほうれん草のみそ汁 パイン缶	牛乳	牛乳／うどん、豚肩、キャベツ、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、砂糖、油、かつお節／もやし、だいす、きゅうり、にんじん、ツナ缶詰、しょうゆ／コーン、ほうれんそう、たまねぎ、みそ、かつおだし／パインアップル缶／牛乳／ぶどうパン	
11 日	ごはん 鶏肉とパプリカの中華炒め キャベツのマヨ和え 小松菜とえのきのコンソメスープ 黄桃缶	牛乳	牛乳／米／鶏もも、ごま油、厚揚げ、ピーマン、赤ピーマン、根深ねぎ、ソース、砂糖、しょうゆ、料理酒、片栗粉、水／キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン、マヨドレ／こまつな、えのきだけ、たまねぎ、コンソメ、しょうゆ、水／もも缶／牛乳／しょうゆ、かつお節、米	⑬ ・補食 せんべい
12 月	ごはん 鶏肉とキャベツの炒め物 大根ときゅうりのごま和え ウインナースープ ドライフルーツ	牛乳	牛乳／米／鶏もも、キャベツ、たまねぎ、にんじん、油、しょうゆ／だいこん、きゅうり、にんじん、ごま、砂糖、しょうゆ／ウインナー、たまねぎ、じゃがいも、コンソメ、しょうゆ、水／ブルーン／牛乳／食パン、ブルーベリージャム、マーガリン	
13 火	食パン タラのパン粉焼き 切干大根とざつまいものサラダ しめじと豆腐のすまし汁 バナナ	牛乳	牛乳／食パン／すけとうだら、塩、パン粉、油、マヨドレ、ソース／さつまいも、にんじん、ツナ缶詰、切干大根、マヨドレ／しめじ、豆腐、わかめ、かつおだし、しょうゆ、塩／バナナ／牛乳／米、チーズ、ロースハム、しょうゆ／あたりめ	
14 水	ゆかりごはん 鶏肉じゃが 魚肉ソーセージときゅうりのごまサラダ 人参と油揚げのみそ汁 りんご	牛乳	牛乳／米／ゆかり／鶏もも、油、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、さやいんげん、しょうゆ、料理酒、みりん、かつおだし／きゅうり、もやし、魚肉ソーセージ、しょうゆ、砂糖、ごま／にんじん、たまねぎ、油揚げ、みそ、かつおだし／りんご／牛乳／だいす、バルメザンチーズ、ホットケーキミックス、バター、牛乳	
15 木	ごはん 厚揚げのそぼろみそ炒め キャベツともやしのツナサラダ 大根と小松菜のすまし汁 オレンジ	牛乳	牛乳／米／鶏ひき肉、油、にんじん、たまねぎ、キャベツ、厚揚げ、みそ、料理酒、しょうゆ、片栗粉、砂糖／キャベツ、もやし、ツナ缶詰、しょうゆ／だいこん、かぶ、こまつな、しょうゆ、塩、かつおだし／オレンジ／牛乳／高野豆腐、水、砂糖、片栗粉、油、きなこ、塩	⑯ ・牛乳、牛肩、コーン、葉ねぎ、バター、しょうゆ、鶏がら、砂糖、みそ、おろしにんにく／こまつな、もやし、にんじん、しらす、しょうゆ／えのきだけ、根深ねぎ、わかめ、鶏がら、水／パインアップル缶／牛乳／超熟ロール、油、砂糖、ココア
16 金	ペッパー ライス風 小松菜ともやしのしらす和え えのきとわかめの鶏ガラスープ グレープフルーツ	牛乳	牛乳／牛乳、牛肩、コーン、葉ねぎ、バター、しょうゆ、鶏がら、砂糖、みそ、おろしにんにく／こまつな、もやし、にんじん、しらす、しょうゆ／えのきだけ、根深ねぎ、わかめ、鶏がら、水／パインアップル缶／牛乳／超熟ロール、油、砂糖、ココア	

日付	献立名	午前おやつ	材料名	夕飯
		午後おやつ		
17 土	焼肉丼 もやしときゅうりのごま和え 厚揚げと大根のみぞ汁 バナナ	牛乳	牛乳／米、豚肩ロース、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、油、しょうゆ、砂糖、料理酒／もやし、きゅうり、コーン、マヨドレ、ごま／厚揚げ、だいこん、にんじん、かつおだし、みそ／バナナ／牛乳／米、しらす、塩、あおさ	
		牛乳 しらすおにぎり		
18 日	塩焼きそば おまめのサラダ 玉ねぎと人参のみぞ汁 みかん缶	牛乳	牛乳／蒸しめん、鶏もも、油、キャベツ、たまねぎ、にんじん、もやし、鶏がら、塩、あおさ／じゃがいも、だいこん、にんじん、マヨドレ／にんじん、たまねぎ、油揚げ、みそ、かつおだし／みかん缶／牛乳／米、ツナ缶詰、塩昆布、ごま	
		牛乳 ツナ昆布おにぎり		
19 月	ごはん かれいの煮つけ キャベツとワインナーの炒め物 小松菜と油揚げのみぞ汁 りんご	牛乳	牛乳／米／かれい、しょうゆ、みりん、料理酒、しょうが／キャベツ、もやし、たまねぎ、ワインナー、ごま油、鶏がら／にんじん、こまつな、油揚げ、みそ、かつおだし／りんご／牛乳／パイカわ、水、ココア、グラニュー糖	
		牛乳 ココアクロワッサン風		
20 火	豚肉の塩だれ丼 コロコロチーズサラダ えのきとわかめの鶏ガラスープ グレープフルーツ	牛乳	牛乳／米、豚肩、根深ねぎ、キャベツ、ごま油、鶏がら、塩、おろし／ににく、しょうが／チーズ、にんじん、きゅうり、じゃがいも、マヨドレ／えのきだけ、根深ねぎ、わかめ、鶏がら、塩、水／グレープフルーツ／牛乳／米、ツナ缶詰、マヨドレ	
		牛乳 ツナマヨおにぎり		
21 水	くまちゃんごはん チーズハンバーグ おからサラダ コーンクリームスープ ドライフルーツ	牛乳	牛乳／米、しょうゆ、ワインナー、チーズ、焼きのり／鶏ひき肉、豆腐、たまねぎ、ソース、トマトケチャップ、パン粉、牛乳、チーズ／おから、きゅうり、ロースハム、コーン、にんじん、マヨドレ／コーン、豆乳、水、コンソメ、塩／フルーツ／牛乳／卵白、グラニュー糖、卵黄、小麦粉、ホイップクリーム、ココア、粉糖、牛乳	
		牛乳 くまちゃんブッセ		
22 木	ごはん てりやきチキン 納豆コロコロ野菜 お麸と小松菜のすまし汁 オレンジ	牛乳	牛乳／米／鶏もも、しょうゆ、みりん、砂糖／にんじん、だいこん、きゅうり、納豆、しょうゆ、ごま、かつお節／こまつな、もやし、お麸、しょうゆ、塩、かつおだし／オレンジ／牛乳／米、鶏ひき肉、ごま油、あおさ、しょうが、料理酒、みりん、砂糖	
		牛乳 鶏そぼろおにぎり		
23 金	ポークカレーライス マカロニサラダ プロッコリーと玉ねぎのコンソメスープ バナナ	牛乳	牛乳／米、豚もも、油、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、だいす、カレールウ、水／マカロニ・スペゲッティ、きゅうり、にんじん、ロースハム、マヨドレ／プロッコリー、たまねぎ、コーン、しょうゆ、コンソメ、水／バナナ／牛乳／ホットケーキミックス、豆腐、油、グラニュー糖	
		牛乳 チュロス		
24 土	豚肉のビラフ もやしといんげんのおかか和え 玉ねぎとじゃがいものコンソメスープ みかん缶	牛乳	牛乳／米、ふたひき肉、油、たまねぎ、にんじん、グリンピース、コンソメ／もやし、はくさい、さやいんげん、かつお節、しょうゆ／じゃがいも、たまねぎ、にんじん、コンソメ、しょうゆ、水／みかん缶／牛乳／マカロニ・スペゲッティ、きなこ、砂糖	
		牛乳 マカロニきなこ		
25 日	ケチャップライス かぼちゃといんげんのツナ和え 大根と人参のコンソメスープ 桃缶（黄桃）	牛乳	牛乳／米、ふたひき肉、オリーブ油、にんじん、ピーマン、たまねぎ、コンソメ／トマトケチャップ／かぼちゃ、さやいんげん、ツナ缶詰、コーン、マヨドレ／だいこん、にんじん、グリンピース、水、コンソメ、しょうゆ／もも缶／牛乳／ピスケット	
		牛乳 たべっこどうぶつ		
26 月	ごはん 鮭のコーンマヨ焼き さといもと厚揚げの煮物 小松菜ともやしのみぞ汁 オレンジ	牛乳	牛乳／米／紅鮭、コーン、マヨドレ／さといも、厚揚げ、にんじん、みりん、しょうゆ、かつおだし／こまつな、もやし、にんじん、みそ、かつおだし／オレンジ／牛乳／小麦粉、砂糖、バター、油、ごま	
		牛乳 ごまクッキー		
27 火	超熟ロール プロッコリーとじゃがいものチーズ焼き キャベツとしらすのフレンチサラダ チンゲン菜と玉ねぎのコンソメスープ パイ生地	牛乳	牛乳／超熟ロール／鶏もも、じゃがいも、プロッコリー、にんじん、たまねぎ、チーズ、パン粉、マヨドレ／キャベツ、にんじん、しらす、砂糖、りんご酢、油、塩／チングンサイ／たまねぎ、さつまいも、しょうゆ、コンソメ、水／パイアップル缶／牛乳／米、チーズ、かつお節、しょうゆ／あたりめ	
		牛乳 おかげチーズおにぎり あたりめ		
28 水	ごはん 麻婆豆腐 ちくわとわかめのサラダ しめじと人参の鶏がらスープ ドライフルーツ	牛乳	牛乳／米／ふたひき肉、豆腐、にんじん、根深ねぎ、鶏がら、水、ごま油、しょうゆ、砂糖、みそ、片栗粉／ちくわ、ひじき、わかめ、きゅうり、もやし、しょうゆ、砂糖、ごま油／しめじ、にんじん、たまねぎ、鶏がら、塩、水／フルーツ／牛乳／バター、砂糖、ホットケーキミックス、牛乳、グラニュー糖	
		牛乳 メロンパン風スコーン		
29 木	ごはん メンチカツ風 小松菜の白和え お麸と人参のすまし汁 オレンジ	牛乳	牛乳／米／ふたひき肉、たまねぎ、だいす、パン粉、油、マヨドレ、ソース／豆腐、こまつな、にんじん、ひじき、しょうゆ、砂糖、みそ、ごま／お麸、にんじん、だいこん、かつおだし、しょうゆ、塩／オレンジ／牛乳／小麦粉、油、砂糖、塩	
		牛乳 塩ちんすこう		
30 金	ごはん 鶏チリ きゅうりとカニカマのサラダ 春雨と玉ねぎの鶏がらスープ りんご	牛乳	牛乳／米／鶏もも、ごま油、水、トマトケチャップ、しょうゆ、砂糖、料理酒、片栗粉／もやし、きゅうり、わかめ、カニカマ、コーン、ごま、しょうゆ、ごま油、りんご酢、砂糖／はるさめ、たまねぎ、チングンサイ、鶏がら、塩、水／りんご／牛乳／鶏ひき肉、豆腐、たまねぎ、片栗粉、鶏がら、塩、おろし／にく、しょうが、油	
		牛乳 チキンナゲット		
31 土	チャーハン おまめサラダ 人参とわかめのすまし汁 バナナ	牛乳	牛乳／米／ふたひき肉、根深ねぎ、にんじん、ピーマン、鶏がら、しょうゆ、塩、油／マヨドレ、じゃがいも、だいこん、にんじん／にんじん、だいこん、わかめ、かつおだし、しょうゆ、塩／バナナ／牛乳／米、カニカマ、マヨドレ、ごま	
		牛乳 カニカママヨおにぎり		

<今月の平均栄養価> 3歳以上児（3歳未満児）

I群 - 557kcal (510kcal)

タンパク 21.5g (19.7g)

脂質 16.6g (15.4g)

鉄 1.9mg (1.6mg)

献立表【完了食】

2026年1月



日付	献立名	午前おやつ	材料名	夕飯
		午後おやつ		
1 木	休園日			
2 金				
3 土				
4 日	カレーピラフ 粉ふきいも 玉ねぎとコーンの豆乳スープ ドライフルーツ	牛乳	牛乳／米、ツナ缶詰、たまねぎ、にんじん、オリーブ油、グリンピース、コンソメ、塩、カレー粉／じゃがいも、にんじん、塩／たまねぎ、キャベツ、コーン、豆乳、コンソメ、しょうゆ、水／ブルーン／牛乳／クラッカー、いちごジャム	夕飯の予約がある日には、以下のアバターンの中から選び提供させていただきます。 毎回、 チーズ ドライフルーツ のいずれかが付きます。
5 月	ごはん 松風焼 切干大根と大豆の煮物 かぼちゃと玉ねぎのみそ汁 オレンジ	牛乳	牛乳／米／鶏ひき肉、豆腐、たまねぎ、パン粉、牛乳、みそ、しょうゆ、ごま、砂糖／切干大根、にんじん、だいす、かつおだし、しょうゆ、砂糖／かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、みそ、かつおだし／オレンジ／牛乳／小麦粉、ココア、バター、砂糖、油	
6 火	ごはん お煮しめ 大根と人参のなます じゃがいもと高野豆腐のみそ汁 ドライフルーツ	牛乳	牛乳／米／鶏もも、にんじん、さといも、れんこん、砂糖、みりん、しょうゆ、かつおだし／だいこん、にんじん、油、しょうゆ、りんご酢、砂糖／じゃがいも、高野豆腐、わかめ、みそ、かつおだし／ブルーン／牛乳／ホットケーキミックス、豆乳、たまねぎ、ツナ缶詰、コーン、マヨドレ、チーズ	
7 水	ごはん 豚バラ大根 じゃがいもとコーンのソテー キャベツともやしのみそ汁 りんご	牛乳	牛乳／米／豚ばら、油、厚揚げ、だいこん、しめじ、しょうゆ、砂糖、料理酒、かつおだし／じゃがいも、にんじん、コーン、油、しょうゆ、塩／キャベツ、もやし、たまねぎ、油揚げ、みそ、かつおだし／りんご／牛乳／お麸、砂糖、バター、牛乳、メープルシロップ	～献立名～ ① ・ナポリタン ・コンソメスープ ② ・米粉パン ・ポトフ ③ ・ごはん ・そぼろ ・みそ汁 ④ ・ピラフ ・豆乳スープ ⑤ ・ごはん ・魚のムニエル ・トマトスープ ⑥ ・おにぎり ・肉と野菜の中華風炒め ・みそ汁 ⑦ ・肉うどん ・おにぎり
8 木	ごはん 鶏肉のコーンフレーク焼き ひじきとハムのフレンチサラダ えのきと玉ねぎのコンソメスープ みかん	牛乳	牛乳／米／鶏もも、マヨドレ、コーンフレーク／きゅうり、にんじん、ロースハム、ひじき、砂糖、りんご酢、しょうゆ／えのきだけ、にんじん、たまねぎ、水、コンソメ、しょうゆ／みかん／牛乳／米、わかめ、紅鮭、塩、料理酒、ごま	⑧ ・ごはん ・そぼろ ・みそ汁 ⑨ ・ピラフ ・豆乳スープ ⑩ ・ごはん ・魚のムニエル ・トマトスープ ⑪ ・ごはん ・おにぎり ・肉と野菜の中華風炒め ・みそ汁 ⑫ ・肉うどん ・おにぎり
9 金	ごはん ヤンニョムチキン風 チョレギサラダ チングン菜ともやしの鶏がらスープ バナナ	牛乳	牛乳／米／鶏もも、塩、料理酒、ごま油、片栗粉、ごま、トマトケチャップ、しょうゆ、みりん、砂糖、おろしにんにく／キャベツ、きゅうり、わかめ、しょうが、りんご酢、ごま油、しょうゆ、砂糖／チングンサイ、もやし、コーン、水、鶏がら／バナナ／牛乳／ホットケーキミックス、片栗粉、塩、豆乳、あん、油	
10 土	焼うどん もやしのツナサラダ コーンとほうれん草のみそ汁 パイン缶	牛乳	牛乳／うどん、豚肩、キャベツ、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、砂糖、油、かつお節／もやし、だいす、きゅうり、にんじん、ツナ缶詰、しょうゆ／コーン、ほうれんそう、たまねぎ、みそ、かつおだし／パインアップル缶／牛乳／ぶどうパン	
11 日	ごはん 鶏肉とパプリカの中華炒め キャベツのマヨ和え 小松菜とえのきのコンソメスープ 黄桃缶	牛乳	牛乳／米／鶏もも、ごま油、厚揚げ、ピーマン、赤ピーマン、根深ねぎ、ソース、砂糖、しょうゆ、料理酒、片栗粉、水／キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン、マヨドレ／こまつな、えのきだけ、たまねぎ、コンソメ、しょうゆ、水／もも缶／牛乳／しょうゆ、かつお節、米	⑬ ・補食 せんべい
12 月	ごはん 鶏肉とキャベツの炒め物 大根ときゅうりのごま和え ウインナースープ ドライフルーツ	牛乳	牛乳／米／鶏もも、キャベツ、たまねぎ、にんじん、油、しょうゆ／だいこん、きゅうり、にんじん、ごま、砂糖、しょうゆ／ウインナー、たまねぎ、じゃがいも、コンソメ、しょうゆ、水／ブルーン／牛乳／食パン、ブルーベリージャム、マーガリン	
13 火	食パン タラのパン粉焼き 切干大根とざつまいものサラダ しめじと豆腐のすまし汁 バナナ	牛乳	牛乳／食パン／すけとうだら、塩、パン粉、油、マヨドレ、ソース／さつまいも、にんじん、ツナ缶詰、切干大根、マヨドレ／しめじ、豆腐、わかめ、かつおだし、しょうゆ、塩／バナナ／牛乳／米、チーズ、ロースハム、しょうゆ／あたりめ	
14 水	ゆかりごはん 鶏肉じゃが 魚肉ソーセージときゅうりのごまサラダ 人参と油揚げのみそ汁 りんご	牛乳	牛乳／米／ゆかり／鶏もも、油、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、さやいんげん、しょうゆ、料理酒、みりん、かつおだし／きゅうり、もやし、魚肉ソーセージ、しょうゆ、砂糖、ごま／にんじん、たまねぎ、油揚げ、みそ、かつおだし／りんご／牛乳／だいす、バルメザンチーズ、ホットケーキミックス、バター、牛乳	
15 木	ごはん 厚揚げのそぼろみそ炒め キャベツともやしのツナサラダ 大根と小松菜のすまし汁 オレンジ	牛乳	牛乳／米／鶏ひき肉、油、にんじん、たまねぎ、キャベツ、厚揚げ、みそ、料理酒、しょうゆ、片栗粉、砂糖／キャベツ、もやし、ツナ缶詰、しょうゆ／だいこん、かぶ、こまつな、しょうゆ、塩、かつおだし／オレンジ／牛乳／高野豆腐、水、砂糖、片栗粉、油、きなこ、塩	
16 金	ペッパーライス風 小松菜ともやしのしらす和え えのきとわかめの鶏ガラスープ グレープフルーツ	牛乳	牛乳／米、牛肩、コーン、葉ねぎ、バター、しょうゆ、鶏がら、砂糖、みそ、おろしにんにく／こまつな、もやし、にんじん、しらす、しょうゆ／えのきだけ、根深ねぎ、わかめ、鶏がら、水／パインアップル缶／牛乳／超熟ロール、油、砂糖、ココア	

日付	献立名	午前おやつ	材料名	夕飯
		午後おやつ		
17 土	焼肉丼 もやしときゅうりのごま和え 厚揚げと大根のみぞ汁 バナナ	牛乳	牛乳／米、豚肩ロース、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、油、しょうゆ、砂糖、料理酒／もやし、きゅうり、コーン、マヨドレ、ごま／厚揚げ、だいこん、にんじん、かつおだし、みそ／バナナ／牛乳／米、しらす、塩、あおさ	
		牛乳 しらすおにぎり		
18 日	塩焼きそば おまめのサラダ 玉ねぎと人参のみぞ汁 みかん缶	牛乳	牛乳／蒸しめん、鶏もも、油、キャベツ、たまねぎ、にんじん、もやし、鶏がら、塩、あおさ／じゃがいも、だいこん、にんじん、マヨドレ／にんじん、たまねぎ、油揚げ、みそ、かつおだし／みかん缶／牛乳／米、ツナ缶詰、塩昆布、ごま	
		牛乳 ツナ昆布おにぎり		
19 月	ごはん かれいの煮つけ キャベツとワインナーの炒め物 小松菜と油揚げのみぞ汁 りんご	牛乳	牛乳／米／かれい、しょうゆ、みりん、料理酒、しょうが／キャベツ、もやし、たまねぎ、ワインナー、ごま油、鶏がら／にんじん、こまつな、油揚げ、みそ、かつおだし／りんご／牛乳／パイカわ、水、ココア、グラニュー糖	
		牛乳 ココアクロワッサン風		
20 火	豚肉の塩だれ丼 コロコロチーズサラダ えのきとわかめの鶏ガラスープ グレープフルーツ	牛乳	牛乳／米、豚肩、根深ねぎ、キャベツ、ごま油、鶏がら、塩、おろし／ににく、しょうが／チーズ、にんじん、きゅうり、じゃがいも、マヨドレ／えのきだけ、根深ねぎ、わかめ、鶏がら、塩、水／グレープフルーツ／牛乳／米、ツナ缶詰、マヨドレ	
		牛乳 ツナマヨおにぎり		
21 水	くまちゃんごはん チーズハンバーグ おからサラダ コーンクリームスープ ドライフルーツ	牛乳	牛乳／米、しょうゆ、ワインナー、チーズ、焼きのり／鶏ひき肉、豆腐、たまねぎ、ソース、トマトケチャップ、パン粉、牛乳、チーズ／おから、きゅうり、ロースハム、コーン、にんじん、マヨドレ／コーン、豆乳、水、コンソメ、塩／フルーツ／牛乳／卵白、グラニュー糖、卵黄、小麦粉、ホイップクリーム、ココア、牛乳	
		牛乳 くまちゃんブッセ		
22 木	ごはん てりやきチキン 納豆コロコロ野菜 お麸と小松菜のすまし汁 オレンジ	牛乳	牛乳／米、鶏もも、しょうゆ、みりん、砂糖／にんじん、だいこん、きゅうり、納豆、しょうゆ、ごま、かつお節／こまつな、もやし、お麸、しょうゆ、塩、かつおだし／オレンジ／牛乳／米、鶏ひき肉、ごま油、あおさ、しょうが、料理酒、みりん、砂糖	
		牛乳 鶏そぼろおにぎり		
23 金	ポークカレーライス マカロニサラダ プロッコリーと玉ねぎのコンソメスープ バナナ	牛乳	牛乳／米、豚もも、油、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、だいす、カレールウ、水／マカロニ・スペゲッティ、きゅうり、にんじん、ロースハム、マヨドレ／プロッコリー、たまねぎ、コーン、しょうゆ、コンソメ、水／バナナ／牛乳／ホットケーキミックス、豆腐、油、グラニュー糖	
		牛乳 チュロス		
24 土	豚肉のビラフ もやしといんげんのおかか和え 玉ねぎとじゃがいものコンソメスープ みかん缶	牛乳	牛乳／米、ふたひき肉、油、たまねぎ、にんじん、グリンピース、コンソメ／もやし、はくさい、さやいんげん、かつお節、しょうゆ／じゃがいも、たまねぎ、にんじん、コンソメ、しょうゆ、水／みかん缶／牛乳／マカロニ・スペゲッティ、きなこ、砂糖	
		牛乳 マカロニきなこ		
25 日	ケチャップライス かぼちゃといんげんのツナ和え 大根と人参のコンソメスープ 桃缶（黄桃）	牛乳	牛乳／米、ふたひき肉、オリーブ油、にんじん、ピーマン、たまねぎ、コンソメ／トマトケチャップ／かぼちゃ、さやいんげん、ツナ缶詰、コーン、マヨドレ／だいこん、にんじん、グリンピース、水、コンソメ、しょうゆ／もも缶／牛乳／ピスケット	
		牛乳 たべっこどうぶつ		
26 月	ごはん 鮭のコーンマヨ焼き さといもと厚揚げの煮物 小松菜ともやしのみぞ汁 オレンジ	牛乳	牛乳／米／紅鮭、コーン、マヨドレ／さといも、厚揚げ、にんじん、みりん、しょうゆ、かつおだし／こまつな、もやし、にんじん、みそ、かつおだし／オレンジ／牛乳／小麦粉、砂糖、バター、油、ごま	
		牛乳 ごまクッキー		
27 火	超熟ロール プロッコリーとじゃがいものチーズ焼き キャベツとしらすのフレンチサラダ チンゲン菜と玉ねぎのコンソメスープ パイ生地	牛乳	牛乳／超熟ロール／鶏もも、じゃがいも、プロッコリー、にんじん、たまねぎ、チーズ、パン粉、マヨドレ／キャベツ、にんじん、しらす、砂糖、りんご酢、油、塩／チングンサイ／たまねぎ、さつまいも、しょうゆ、コンソメ、水／パインアップル缶／牛乳／米、チーズ、かつお節、しょうゆ／あたりめ	
		牛乳 おかげチーズおにぎり あたりめ		
28 水	ごはん 麻婆豆腐 ちくわとわかめのサラダ しめじと人参の鶏がらスープ ドライフルーツ	牛乳	牛乳／米／ふたひき肉、豆腐、にんじん、根深ねぎ、鶏がら、水、ごま油、しょうゆ、砂糖、みそ、片栗粉／ちくわ、ひじき、わかめ、きゅうり、もやし、しょうゆ、砂糖、ごま油／しめじ、にんじん、たまねぎ、鶏がら、塩、水／フルーツ／牛乳／バター、砂糖、ホットケーキミックス、牛乳、グラニュー糖	
		牛乳 メロンパン風スコーン		
29 木	ごはん メンチカツ風 小松菜の白和え お麸と人参のすまし汁 オレンジ	牛乳	牛乳／米／ふたひき肉、たまねぎ、だいす、パン粉、油、マヨドレ、ソース／豆腐、こまつな、にんじん、ひじき、しょうゆ、砂糖、みそ、ごま／お麸、にんじん、だいこん、かつおだし、しょうゆ、塩／オレンジ／牛乳／小麦粉、油、砂糖、塩	
		牛乳 塩ちんすこう		
30 金	ごはん 鶏チリ きゅうりとカニカマのサラダ 春雨と玉ねぎの鶏がらスープ りんご	牛乳	牛乳／米／鶏もも、ごま油、水、トマトケチャップ、しょうゆ、砂糖、料理酒、片栗粉／もやし、きゅうり、わかめ、カニカマ、コーン、ごま、しょうゆ、ごま油、りんご酢、砂糖／はるさめ、たまねぎ、チングンサイ、鶏がら、塩、水／りんご／牛乳／鶏ひき肉、豆腐、たまねぎ、片栗粉、鶏がら、塩、おろし／にく、しょうが、油	
		牛乳 チキンナゲット		
31 土	チャーハン おまめサラダ 人参とわかめのすまし汁 バナナ	牛乳	牛乳／米／ふたひき肉、根深ねぎ、にんじん、ピーマン、鶏がら、しょうゆ、塩、油／マヨドレ、じゃがいも、だいこん、にんじん／にんじん、だいこん、わかめ、かつおだし、しょうゆ、塩／バナナ／牛乳／米、カニカマ、マヨドレ、ごま	
		牛乳 カニカママヨおにぎり		

<今月の平均栄養価> 3歳以上児（3歳未満児）

I群 - 557kcal (510kcal)

タンパク 21.5g (19.7g)

脂質 16.6g (15.4g)

鉄 1.9mg (1.6mg)

献立表【後期食】

2026年1月



日付	献立名	午前おやつ 午後おやつ	材料名	夕飯
1 木	休園日			
2 金				
3 土				
4 日	ツナおじや 玉ねぎとコーンの豆乳スープ ミルク	ミルク マンナウエハース	米、ツナ缶詰、たまねぎ、にんじん、グリンピース、コンソメ、水／たまねぎ、キャベツ、コーン、豆乳、コンソメ、水／調製粉乳、水／調製粉乳、水／ウエハース	夕飯の予約がある日には、以下の7パターンの中から選び提供させて頂きます。
5 月	お粥 鶏肉と豆腐の煮物 かぼちゃと玉ねぎのみぞ汁 人参スティック ミルク	ミルク マンナビスケット	米、水／鶏ひき肉、豆腐、たまねぎ、切干大根、みそ、かつおだし、片栗粉／かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、みそ、かつおだし／にんじん／調製粉乳、水／調製粉乳、水／ビスケット	
6 火	お粥 鶏肉の野菜煮 じゃがいもと高野豆腐のみぞ汁 ミルク	ミルク ホットケーキ	米、水／鶏もも、にんじん、さといも、しょうゆ、かつおだし、片栗粉／じゃがいも、高野豆腐、わかめ、みそ、かつおだし／調製粉乳、水／調製粉乳、水／ホットケーキミックス、豆乳	
7 水	お粥 豚バラ大根 キャベツともやしのみぞ汁 じゃがいもスティック ミルク	ミルク お麸のミルク煮	米、水／豚ばら、だいこん、じゃがいも、しめじ、しょうゆ、かつおだし、片栗粉／キャベツ、もやし、たまねぎ、みそ、かつおだし／じゃがいも／調製粉乳、水／調製粉乳、水／お麸、調製粉乳	～献立名～ ① ・スープパスタ ・コンソメスープ ・ミルク ② ・お粥 ・コンソメスープ ・ミルク ③ ・お粥 ・そぼろ煮 ・みぞ汁 ・ミルク ④ ・おじや ・豆乳スープ ・ミルク ⑤ ・お粥 ・そぼろ煮 ・みぞ汁 ・ミルク ⑥ ・お粥 ・魚と野菜の煮物 ・トマトスープ ・ミルク ⑦ ・汁うどん ・ごま粥 ・ミルク
8 木	お粥 鶏肉と野菜の煮物 えのきと玉ねぎのコンソメスープ ミルク	ミルク 鮭わかめおじや	米、水／鶏もも、たまねぎ、にんじん、かつおだし、しょうゆ、片栗粉／えのきだけ、にんじん、たまねぎ、水、コンソメ／調製粉乳、水／調製粉乳、水／米、紅鮭、わかめ、水、しょうゆ	
9 金	お粥 鶏肉の野菜煮 チンゲン菜ともやしの鶏がらスープ きゅうりスティック ミルク	ミルク 豆乳ホットケーキ	米、水／鶏もも、キャベツ、もやし、かつおだし、しょうゆ、片栗粉／チンゲンサイ、もやし、コーン、鶏がら、水／きゅうり／調製粉乳、水／調製粉乳、水／豆乳、ホットケーキミックス	
10 土	煮込みうどん コーンとほうれん草のみぞ汁 ミルク	ミルク マンナウエハース	うどん、豚肩、キャベツ、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、かつおだし／コーン、ほうれん草、たまねぎ、みそ、かつおだし／調製粉乳、水／調製粉乳、水／ウエハース	補食 ハイハイイン
11 日	お粥 鶏肉とパプリカの煮物 小松菜とえのきのコンソメスープ ミルク	ミルク おかか粥	米、水／鶏もも、ビーマン、赤ビーマン、根深ねぎ、しょうゆ、片栗粉、かつおだし／こまつな、えのきだけ、たまねぎ、コンソメ、水／調製粉乳、水／調製粉乳、水／米、かつお節、水、しょうゆ	
12 月	お粥 鶏肉とキャベツの煮物 大根と玉ねぎのスープ にんじんスティック ミルク	ミルク パン粥	米、水／鶏もも、キャベツ、たまねぎ、にんじん、かつおだし、しょうゆ、片栗粉／だいこん、たまねぎ、じゃがいも、コンソメ、水／にんじん／調製粉乳、水／調製粉乳、水／食パン、調製粉乳	
13 火	パン粥（食パン） タラと野菜の煮物 しめじと豆腐のすまし汁 ミルク	ミルク しょうゆ粥	食パン、調製粉乳／すけとうだら、さつまいも、にんじん、しょうゆ、かつおだし、片栗粉／しめじ、豆腐、わかめ、かつおだし、しょうゆ／調製粉乳、水／調製粉乳、水／水、米、しょうゆ	
14 水	お粥 鶏肉じゃが 人参と玉ねぎのみぞ汁 人参スティック ミルク	ミルク 大豆ホットケーキ	米、水／鶏もも、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、さやいんげん、しょうゆ、かつおだし、片栗粉／にんじん、たまねぎ、みそ、かつおだし／にんじん／調製粉乳、水／調製粉乳、水／ホットケーキミックス、牛乳、だいす	
15 木	お粥 鶏肉とキャベツの煮物 大根と小松菜のすまし汁 ミルク	ミルク マンナウエハース	米、水／鶏ひき肉、にんじん、たまねぎ、キャベツ、みそ、かつおだし、片栗粉／だいこん、かぶ、こまつな、しょうゆ、かつおだし／調製粉乳、水／調製粉乳、水／ウエハース	
16 金	豚肉おじや えのきとわかめの鶏がらスープ 人参スティック ミルク	ミルク パン粥	米、水、豚もも、コーン、にんじん、こまつな、しょうゆ／えのきだけ、根深ねぎ、わかめ、鶏がら、水／にんじん／調製粉乳、水／調製粉乳、水／ロールパン、調製粉乳	

日付	献立名	午前おやつ	材料名	夕飯
		午後おやつ		
17 土	豚肉おじや 人参と大根のみそ汁 ミルク	ミルク しらす粥	米、豚肩ロース、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ビーマン、しょうゆ、水／だいこん、にんじん、かつおだし、みそ／調製粉乳、水／調製粉乳、水／米、水、しらす、しょうゆ	
18 日	スープ焼きそば じゃがいもと大豆の煮物 ミルク	ミルク ツナ粥	蒸しめん、鶏もも、キャベツ、たまねぎ、にんじん、もやし、鶏がら、水、片栗粉／じゃがいも、だいこん、にんじん、しょうゆ、かつおだし、片栗粉／調製粉乳、水／調製粉乳、水／米、ツナ缶詰、しょうゆ、水	
19 月	お粥 かれいと野菜の煮物 小松菜と人参のみそ汁 人参スティック ミルク	ミルク マンナウエハース	米、水／かれい、キャベツ、たまねぎ、にんじん、もやし、片栗粉／にんじん、こまつな、みそ、かつおだし／にんじん／調製粉乳、水／調製粉乳、水／ウエハース	
20 火	豚肉おじや えのきとわかめの鶏がらスープ ミルク	ミルク ツナ粥	米、豚肩、キャベツ、にんじん、しょうゆ、水／えのきだけ、根深ねぎ、わかめ、水、鶏がら／調製粉乳、水／調製粉乳、水／米、しょうゆ、ツナ缶詰、水	
21 水	お粥 鶏ひき肉と野菜の煮物 コーンスープ きゅうりスティック ミルク	ミルク マンナビスケット	米、水／鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、かつおだし、しょうゆ、片栗粉／コーン、たまねぎ、水、コンソメ／きゅうり／調製粉乳、水／調製粉乳、水／ビスケット	
22 木	お粥 鶏肉とたまねぎの煮物 お麸と小松菜のすまし汁 ミルク	ミルク 鶏そぼろ粥	米、水／鶏もも、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、かつおだし、片栗粉／こまつな、もやし、お麸、しょうゆ、かつおだし／調製粉乳、水／調製粉乳、水／米、鶏ひき肉、水、しょうゆ	
23 金	豚肉おじや プロッコリーと玉ねぎのコンソメスープ きゅうりスティック ミルク	ミルク ホットケーキ	米、豚もも、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、水／プロッコリー、たまねぎ、コーン、コンソメ、水／きゅうり／調製粉乳、水／調製粉乳、水／ホットケーキミックス、牛乳	
24 土	豚肉おじや 玉ねぎとじゃがいものコンソメスープ ミルク	ミルク マカロニきなこ煮	米、ぶたひき肉、たまねぎ、にんじん、グリンピース、コーンソメ、水／じゃがいも、たまねぎ、にんじん、コンソメ、水／調製粉乳、水／調製粉乳、水／マカロニ・スペゲッティ、きなこ、水	
25 日	豚肉おじや 大根と人参のコンソメスープ ミルク	ミルク マンナビスケット	米、ぶたひき肉、にんじん、ビーマン、たまねぎ、コンソメ、トマトケチャップ、水／だいこん、にんじん、グリンピース、水、コンソメ／調製粉乳、水／調製粉乳、水／ビスケット	
26 月	お粥 鮭の煮物 小松菜ともやしのみそ汁 人参スティック ミルク	ミルク ハイハイン	米、水／紅鮭、にんじん、さといも、しょうゆ、かつおだし、片栗粉／こまつな、もやし、にんじん、みそ、かつおだし／にんじん／調製粉乳、水／調製粉乳、水／せんべい	
27 火	パン粥 プロッコリーとじゃがいもの煮物 チンゲン菜と玉ねぎのコンソメスープ ミルク	ミルク おかか粥	超熟ロール、調製粉乳、水／鶏もも、じゃがいも、プロッコリー、にんじん、コンソメ、水、片栗粉／チンゲンサイ、たまねぎ、さつまいも、コンソメ、水／調製粉乳、水／調製粉乳、水／米、水、かつお節、しょうゆ	
28 水	お粥 麻婆豆腐 しめじと人参の鶏がらスープ 人参スティック ミルク100	ミルク ホットケーキ	米、水／ぶたひき肉、豆腐、にんじん、根深ねぎ、鶏がら、水、みそ、片栗粉／しめじ、たまねぎ、にんじん、鶏がら、水／にんじん／調製粉乳、水／調製粉乳、水／ホットケーキミックス、牛乳	
29 木	お粥 豚肉と玉ねぎの煮物 お麸と人参のすまし汁 ミルク	ミルク ハイハイン	米、水／ぶたひき肉、たまねぎ、こまつな、にんじん、しょうゆ、かつおだし、片栗粉／お麸、にんじん、だいこん、しょうゆ、かつおだし／調製粉乳、水／調製粉乳、水／せんべい	
30 金	お粥 鶏肉と野菜の煮物 春雨と玉ねぎの鶏がらスープ きゅうりスティック ミルク	ミルク マンナビスケット	米、水／鶏もも、もやし、たまねぎ、しょうゆ、かつおだし、片栗粉／はるさめ、たまねぎ、チンゲンサイ、鶏がら、水／きゅうり／調製粉乳、水／調製粉乳、水／ビスケット	
31 土	豚肉おじや 人参とわかめのすまし汁 ミルク	ミルク ごま粥	米、ぶたひき肉、根深ねぎ、にんじん、ビーマン、しょうゆ、水／にんじん、だいこん、わかめ、かつおだし、しょうゆ／調製粉乳、水／調製粉乳、水／米、ごま、しょうゆ、水	

<今月の平均栄養価> 離乳食後期

I群 - 376kcal

タンパク 11g

脂質 11g

鉄 2.3mg

献立表【中期食】



2026年1月

日付	献立名	午前おやつ 午後おやつ	材料名	夕飯
1 木	休園日			
2 金				
3 土				
4 日	ツナおじや 玉ねぎと人参の豆乳スープ ミルク	ミルク	米、ツナ缶詰、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、かつおだし／たまねぎ、にんじん、豆乳、しょうゆ／調製粉乳、水／調製粉乳、水	ミルク
5 月	全粥 たらとじゃがいもの煮物 キャベツと人参のみぞ汁 ミルク	ミルク	米、水／すけとうだら、じゃがいも、たまねぎ、しょうゆ、かつおだし、片栗粉／キャベツ、にんじん、みそ、かつおだし／調製粉乳、水／調製粉乳、水	ミルク
6 火	鶏肉おじや 大根とじゃがいものみぞ汁 ミルク	ミルク	米、鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、ひじき、しょうゆ、かつおだし／だいこん、じゃがいも、みそ、かつおだし／調製粉乳、水／調製粉乳、水	ミルク
7 水	全粥 しらすとじゃがいもの煮物 玉ねぎと人参のみぞ汁 ミルク	ミルク	米、水／しらす、じゃがいも、にんじん、しょうゆ、かつおだし、片栗粉／たまねぎ、にんじん、みそ、かつおだし／調製粉乳、水／調製粉乳、水	
8 木	全粥 たらと玉ねぎの煮物 白菜とかぼちゃのすまし汁 ミルク	ミルク	米、水／すけとうだら、はくさい、にんじん、しょうゆ、かつおだし、片栗粉／はくさい、かぼちゃ、しょうゆ、かつおだし／調製粉乳、水／調製粉乳、水	ミルク
9 金	ツナスープスパゲッティ 玉ねぎとしめじの煮物 ミルク	ミルク	マカロニ・スパゲッティ、ツナ缶詰、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、かつおだし／にんじん、たまねぎ、しょうゆ、かつおだし、片栗粉／調製粉乳、水／調製粉乳、水	ミルク
10 土	全粥 なすとしらすのみぞ煮 人参と白菜のすまし汁 ミルク	ミルク	米、水／しらす、なす、にんじん、たまねぎ、みそ、かつおだし、片栗粉／はくさい、にんじん、しょうゆ、かつおだし／調製粉乳、水／調製粉乳、水	ミルク
11 日	全粥 ツナと野菜の煮物 小松菜と玉ねぎのみぞ汁 ミルク	ミルク	米、ツナ缶詰、小松菜、しょうゆ、かつおだし／こまつな、たまねぎ、しょうゆ、かつおだし／調製粉乳、水／調製粉乳、水	ミルク
12 月	全粥 しらすとキャベツの煮物 玉ねぎと大根のみぞ汁 ミルク	ミルク	米、水／しらす、キャベツ、にんじん、しょうゆ、かつおだし、片栗粉／たまねぎ、だいこん、みそ、かつおだし／調製粉乳、水／調製粉乳、水	ミルク
13 火	全粥 たらと人参の煮物 小松菜と人参のすまし汁 ミルク	ミルク	米、水／すけとうだら、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、かつおだし、片栗粉／たまねぎ、にんじん、こまつな、しょうゆ、かつおだし／調製粉乳、水／調製粉乳、水	ミルク
14 水	全粥 しらすと人参の煮物 人参と玉ねぎのみぞ汁 ミルク	ミルク	米、水／しらす、にんじん、しょうゆ、かつおだし、片栗粉／にんじん、たまねぎ、みそ、かつおだし／調製粉乳、水／調製粉乳、水	
15 木	全粥 鮭とキャベツのみぞ煮 キャベツと大根のすまし汁 ミルク	ミルク	米、水／紅鮭、キャベツ、たまねぎ、みそ、かつおだし、片栗粉／だいこん、キャベツ、しょうゆ、かつおだし／調製粉乳、水／調製粉乳、水	ミルク
16 金	ツナおじや じゃがいもと人参のみぞ汁 ミルク	ミルク	米、ツナ缶詰、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、かつおだし／じゃがいも、にんじん、みそ、かつおだし／調製粉乳、水／調製粉乳、水	ミルク

日付	献立名	午前おやつ	材料名	夕飯
		午後おやつ		
17 土	たらおじや 人参と玉ねぎのすまし汁 ミルク	ミルク	米、すけとうだら、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、かつおだし／にんじん、たまねぎ、しょうゆ、かつおだし／調製粉乳、水／調製粉乳、水	ミルク
18 日	全粥 ツナとキャベツの煮物 じゃがいもと人参のみぞ汁 ミルク	ミルク	米、水／ツナ缶詰、キャベツ、たまねぎ、しょうゆ、かつおだし、片栗粉／じゃがいも、にんじん、みそ、かつおだし／調製粉乳、水／調製粉乳、水	ミルク
19 月	全粥 しらすと玉ねぎの煮物 お麸と小松菜のみぞ汁 ミルク	ミルク	米、水／しらす、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、かつおだし、片栗粉／お麸、こまつな、みそ、かつおだし／調製粉乳、水／調製粉乳、水	ミルク
20 火	全粥 たらと人参の煮物 人参のすまし汁 ミルク	ミルク	米、水／すけとうだら、にんじん、しょうゆ、かつおだし、片栗粉／にんじん、しょうゆ、かつおだし／調製粉乳、水／調製粉乳、水	ミルク
21 水	全粥 しらすとキャベツの煮物 玉ねぎと小松菜のみぞ汁 ミルク	ミルク	米、水／しらす、にんじん、キャベツ、しょうゆ、かつおだし、片栗粉／たまねぎ、小松菜、みそ、かつおだし／調製粉乳、水／調製粉乳、水	
22 木	全粥 鶏肉と人参の煮物 人参と玉ねぎのみぞ汁 ミルク	ミルク	米、水／鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、かつおだし、片栗粉／にんじん、たまねぎ、みそ、かつおだし／調製粉乳、水／調製粉乳、水	ミルク
23 金	ツナおじや 玉ねぎと人参のすまし汁 ミルク	ミルク	米、ツナ缶詰、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、かつおだし／たまねぎ、にんじん、しょうゆ、かつおだし／調製粉乳、水／調製粉乳、水	ミルク
24 土	しらすおじや じゃがいもと玉ねぎのすまし汁 ミルク	ミルク	米、しらす、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、かつおだし／たまねぎ、じゃがいも、にんじん、しょうゆ、かつおだし／調製粉乳、水／調製粉乳、水	ミルク
25 日	たらおじや 大根と人参のみぞ汁 ミルク	ミルク	米、すけとうだら、にんじん、たまねぎ、かつおだし、しょうゆ／だいこん、にんじん、みそ、かつおだし／調製粉乳、水／調製粉乳、水	ミルク
26 月	全粥 しらすと人参の煮物 玉ねぎとお麸のみぞ汁 ミルク	ミルク	米、水／しらす、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、かつおだし、片栗粉／たまねぎ、お麸、みそ、かつおだし／調製粉乳、水／調製粉乳、水	ミルク
27 火	全粥 鶏肉と豆腐の煮物 大根とじゃがいものすまし汁 ミルク	ミルク	米、水／鶏ひき肉、豆腐、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、かつおだし、片栗粉／だいこん、じゃがいも、にんじん、しょうゆ、かつおだし／調製粉乳、水／調製粉乳、水	ミルク
28 水	全粥 鶏肉と人参の煮物 キャベツと玉ねぎのみぞ汁 ミルク	ミルク	米、水／鶏ひき肉、キャベツ、しょうゆ、かつおだし、片栗粉／たまねぎ、キャベツ、みそ、かつおだし／調製粉乳、水／調製粉乳、水	
29 木	全粥 鶏ひき肉と野菜の煮物 お麸と人参のすまし汁 ミルク	ミルク	米、水／とりひき肉、たまねぎ、こまつな、にんじん、しょうゆ、かつおだし、片栗粉／お麸、にんじん、だいこん、にんじん、しょうゆ、かつおだし／調製粉乳、水／調製粉乳、水	
30 金	全粥 しらすと野菜の煮物 人参と玉ねぎのみぞ汁 ミルク	ミルク	米、水／しらす、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、かつおだし、片栗粉／にんじん、たまねぎ、みそ、かつおだし／調製粉乳、水／調製粉乳、水	
31 土	ツナおじや 人参と玉ねぎのすまし汁 ミルク	ミルク	米、ツナ缶詰、にんじん、しょうゆ、水／にんじん、だいこん、かつおだし、しょうゆ／調製粉乳、水／調製粉乳、水	

献立表【初期食】

2026年1月



日付	献立名	午前おやつ 午後おやつ	材料名	夕飯
1 木	休園日			
2 金				
3 土				
4 日	全粥 しらすペースト、じゃがいもペースト 野菜スープ ミルク	ミルク	米、水／しらす、じゃがいも、水／調製粉乳、水／調製粉乳、水	ミルク
5 月	全粥 豆腐ペースト、大根ペースト 野菜スープ ミルク	ミルク	米、水／豆腐、たいこん、水／調製粉乳、水／調製粉乳、水	ミルク
6 火	全粥 しらすペースト、かぼちゃペースト 野菜スープ ミルク	ミルク	米、水／しらす、かぼちゃ、水／調製粉乳、水／調製粉乳、水	ミルク
7 水	全粥 しらすペースト、人参ペースト 野菜スープ ミルク	ミルク	米、水／しらす、にんじん、水／調製粉乳、水／調製粉乳、水	
8 木	全粥 しらすペースト、ほうれん草ペースト 野菜スープ ミルク	ミルク	米、水／しらす、ほうれんそう、水／調製粉乳、水／調製粉乳、水	ミルク
9 金	全粥 しらすペースト、さつまいもペースト 野菜スープ ミルク	ミルク	米、水／しらす、さつまいも、水／調製粉乳、水／調製粉乳、水	ミルク
10 土	全粥 たらペースト、大根ペースト 野菜スープ ミルク	ミルク	米、水／すけどうだら、たいこん、水／調製粉乳、水／調製粉乳、水	ミルク
11 日	全粥 豆腐ペースト、ほうれん草ペースト 野菜スープ ミルク	ミルク	米、水／豆腐、ほうれんそう、水／調製粉乳、水／調製粉乳、水	ミルク
12 月	全粥 豆腐ペースト、人参ペースト 野菜スープ ミルク	ミルク	米、水／豆腐、にんじん、水／調製粉乳、水／調製粉乳、水	ミルク
13 火	全粥 しらすペースト、大根ペースト 野菜スープ ミルク	ミルク	米、水／しらす、だいこん、水／調製粉乳、水／調製粉乳、水	ミルク
14 水	全粥 たらペースト、人参ペースト 野菜スープ ミルク	ミルク	米、水／すけどうだら、にんじん、水／調製粉乳、水／調製粉乳、水	
15 木	全粥 しらすペースト、キャベツペースト 野菜スープ ミルク	ミルク	米、水／しらす、にんじん、水／調製粉乳、水／調製粉乳、水	ミルク
16 金	全粥 しらすペースト、大根ペースト 野菜スープ ミルク	ミルク	米、水／しらす、だいこん、水／調製粉乳、水／調製粉乳、水	ミルク

日付	献立名	午前おやつ	材料名	夕飯
		午後おやつ		
17 土	全粥 豆腐ペースト、人参ペースト 野菜スープ ミルク	ミルク	米、水／豆腐、にんじん、水／調製粉乳、水／調製粉乳、水	ミルク
18 日	全粥 しらすペースト、かぼちゃペースト 野菜スープ ミルク	ミルク	米、水／しらす、かぼちゃ、水／調製粉乳、水／調製粉乳、水	ミルク
19 月	全粥 しらすペースト、じゃがいもペースト 野菜スープ ミルク	ミルク	米、水／しらす、じゃがいも、水／調製粉乳、水／調製粉乳、水	ミルク
20 火	全粥 豆腐ペースト、小松菜ペースト 野菜スープ ミルク	ミルク	米、水／豆腐、こまつな、水／調製粉乳、水／調製粉乳、水	ミルク
21 水	全粥 しらすペースト、玉ねぎペースト 野菜スープ ミルク	ミルク	米、水／しらす、たまねぎ、水／調製粉乳、水／調製粉乳、水	
22 木	全粥 しらすペースト、じゃがいもペースト 野菜スープ ミルク	ミルク	米、水／しらす、じゃがいも、水／調製粉乳、水／調製粉乳、水	ミルク
23 金	全粥 たらペースト、玉ねぎペースト 野菜スープ ミルク	ミルク	米、水／豆腐、たまねぎ、水／調製粉乳、水／調製粉乳、水	ミルク
24 土	全粥 しらすペースト、ほうれん草ペースト 野菜スープ ミルク	ミルク	米、水／しらす、ほうれんそう、水／調製粉乳、水／調製粉乳、水	ミルク
25 日	全粥 しらすペースト、さつまいもペースト 野菜スープ ミルク	ミルク	米、水／しらす、さつまいも、水／調製粉乳、水／調製粉乳、水	ミルク
26 月	全粥 豆腐ペースト、じゃがいもペースト 野菜スープ ミルク	ミルク	米、水／豆腐、じゃがいも、水／調製粉乳、水／調製粉乳、水	ミルク
27 火	全粥 しらすペースト、にんじんペースト 野菜スープ ミルク	ミルク	米、水／しらす、にんじん、水／調製粉乳、水／調製粉乳、水	ミルク
28 水	全粥 たらペースト、にんじんペースト 野菜スープ ミルク	ミルク	米、水／すけとうだら、にんじん、水／調製粉乳、水／調製粉乳、水	
29 木	全粥 しらすペースト、にんじんペースト 野菜スープ ミルク	ミルク	米、水／しらす、にんじん、水／調製粉乳、水／調製粉乳、水	
30 金	全粥 豆腐ペースト、玉ねぎペースト 野菜スープ ミルク	ミルク	米、水／しらす、たまねぎ、水／調製粉乳、水／調製粉乳、水	
31 土	全粥 たらペースト、にんじんペースト 野菜スープ ミルク	ミルク	米、水／たら、にんじん、水／調製粉乳、水／調製粉乳、水	